

Le carnet de voyage des *Pyrénées Ariégeoises*



**PYRÉNÉES
ARIÉGOISES**
TOURISME

SELON VOS ENVIES

Glisse, détente, découvertes
et bien plus encore...

La montagne l'esprit libre !

Édito

Dans le doux manteau de l'hiver, les Pyrénées Ariégeoises se transforment au rythme de la nature. Au cœur de nos belles montagnes, la vie se dévoile sous de multiples facettes : le sport fait naître l'adrénaline, la détente enveloppe chaque recoin, la dégustation réchauffe les âmes, et la découverte éveille les esprits curieux.

Au fil des pages de ce carnet aux couleurs de l'hiver, vous découvrirez un paysage hivernal unique, où chaque pas est une aventure, chaque souffle d'air pur une évasion, et chaque sourire chaleureux une invitation à vivre l'instant présent.







Les services de l'Office

Une équipe de conseillers en séjour à votre écoute !
sur nos 6 points d'informations

Un conseil avisé ? Une information que vous n'avez pas trouvée vous-même ?
Envie de sortir et d'animations ? Une question sur les activités proposées ?
Réserver sa visite guidée ? Envie d'un souvenir ? Un plan ou un guide papier ?
Y aura-t-il de la neige cet hiver ?
Venez nous rencontrer à l'Office de Tourisme, marqué « Qualité Tourisme », toute
notre équipe est là pour vous !

Sur place... Bienvenue...

- Conseil et réservation
- Un service billetterie : pour les grottes, les animations, les visites guidées,...
- Vente de forfaits de ski : Ax 3 Domaines à Tarascon sur Ariège, Beille à Les Cabannes (vacances de février)
- Le programme des animations et sorties de la semaine
- Un espace boutique dans nos points d'information
- Votre RoadBook ou carnet de voyage numérique personnalisé
- Infos pratiques et bons plans sur le territoire
- Des brochures et des cartes touristiques sur demande
- Accès Wifi et bornes d'informations touristiques tactiles
- Un service commercial groupes

Par contre, pour la neige...on a bien la météo...mais c'est tout...



Qualité de l'accueil
 Expert du territoire
 Professionnel
 Bons plans
 Bienveillance
 Conseils avisés
 Connecté
 Convivialité
 Suggestion

Nos horaires



SOMMAIRE

Laissez-vous guider...

PREPARER VOS VACANCES.....P.6



8

LA GLISSE A L'ETAT PUR

Station Ax 3 Domaines.....P.10

Station d'Ascou.....P.13

Station Goulier Neige.....P.14

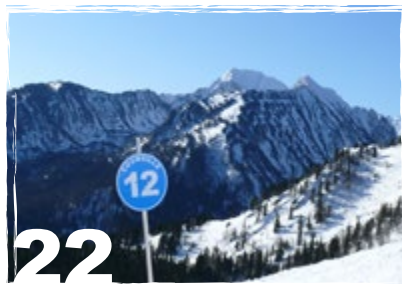


16

LES STATIONS NORDIQUES

Station Beille.....P.18

Station du Chioula.....P.20



22

LE DONEZAN

Station de Mijanès.....P.24

DIVERS SPORTS D'HIVER.....P.26



28

CHANGEMENT DE DECORS

Balades nature.....P.30

Balades culturelles.....P.32

Les visites culturelles.....P.34

PortfolioP.36

Idées week-end.....P.39

CHALEUR DE L'APRES SKI

Ça bouge !.....P.41

Moments de détente.....P.42

METTEZ-VOUS EN APPETIT

Réveillez vos papilles.....P.45

Shopping list.....P.47



48

POUR LES ENFANTSP.49

EN MODE ETEP.52

CARNET D'ADRESSES

Nos partenaires.....P.55

Détails stations.....P.56

Infos pratiques.....P.81

Je voyage en camping car...P.85

Carte touristique.....P.87

Crédit photos : C. Ripon ADT09, P. Guillon, F. Forget, SAVASEM, Station d'Ascou, Station de Goulier, Station de Mijanès, RENVA, Station Camurac, Station Les Angles, Lezbroz ADT09, A. Caballero ADT09, Acrofilm ADT09, G. Payen ADT09, C. Brochado ADT09, M. Guipponi, ESF, ESI, L. et O. Bosc, M. Savy, OT PA, Bureau des guides, X. Phan, CCHA, G. Vigneau, V. Milhau, V. Guinot, J.P. Pouchayret, Terre Sauvage, Angaka, L. Jourdes, SESTA, Grotte de Lambrives, Rêve et Magie du rail, ADT09 S. Meurisse, ADT09, La ferme des lamas, Trotte Occitanie, ADAVS, S. Avon, Montcalm Aventure, Ax Animation, Mairie Ax-les-Thermes, Mairie Tarascon-sur-Ariège, Mairie de Montaliou, J. Prosper, A. Greillat, I. Prenel, R. Kan, Le Ciel et Vous, L. Morais, S. Grandin, P. Pénigaud, Le P'tit Montagnard, Le Tétras P. Piquemol, G. Gau, F. Rousseau, Mlle Coton, R. Martin, La Mandoline, Le Croustet, M. Labelle, Les Biscuits du Moulin, Les Ateliers de Lo, Ferme de la Cabailère, Casino JOA, F. Marget, C. Bergeron, C. Dellsperger, I. Claustre, M. Sobierajka, N. Imart, C. Armand, S. Humbert, D. Gonthier, M. Monceau, Adobe stock, A. Anglage, G. Lefras, C. Delamplé, D. Maury, F. Ros, G. Clair, C. Vidal, C. Biardec, Eau Neuve, M. Bernadac, M. Dupuis, M. Thiebault, S. Meulenyser, C. Conesa, L. Loze, M. Assenat, C. Pelut, F. Gentil, V. Rauzy, C. Jacquart, C. Ripon, C. Cucuillere, G. Nadalutti-Rebin, P. Malatray, L. Bonet, S. Couderc, S. Chambard, K. Rossi, D. Viet ADT 09, V. Hoscheid, C. Tauveron, N. Exposito, B. Navarro, Y. Riout, A. Beauménil.

Photo de couverture : Station d'Ax 3 Domaines **CP :** C. Ripon ADT09

Magazine Pyrénées Ariégeoises Tourisme : Hiver 2023/2024

Parution : Décembre 2023

Conception réalisation : Agence Homea-Design/ Beauménil Aurélie

Impression : NOVA Scop, Domaine Ruffié, 09000 Foix - Tél. 05 61 65 14 64

Numéro gratuit, ne peut être vendu - Tous droits de reproduction réservés

Laissez-nous
votre avis



Questionnaire
de satisfaction

Entre le moment où est rédigé ce guide et votre séjour, les informations peuvent être sujettes à modification.

Vous pouvez consulter notre site internet :

www.pyrenees-ariegeoises.com pour y retrouver les dernières informations régulièrement mises à jour.

Bien préparer ses vacances!

Pour voyager en toute sérénité, les vacances ça se prépare ! Que vous soyez en voiture, en train ou même en camping-car, nous avons sélectionné pour vous, toutes les informations indispensables au bon déroulement de votre séjour ainsi qu'une petite liste des choses à ne pas oublier pour des vacances d'hiver réussies !



Parce que voyager, c'est aussi respecter !

- **Avant le voyage** : Préparer son voyage, c'est d'abord s'intéresser à la destination.
- **Pendant le voyage** : Respecter aussi bien la nature que les hommes et leur culture.
- **Après le voyage** : Partager et témoigner de sa satisfaction.

Ici, le tourisme s'est fondu dans le territoire et non l'inverse. On fait du ski, on randonne, on visite, on profite des bienfaits d'une eau thermale. Mais, toutes ces activités se font dans le respect de la Nature. Elle se donne mieux à celui qui l'aime et la considère. Ici, je prends le temps pour moi, la nature me libère, l'eau me soigne et la cuisine m'enchanté, le partage m'enrichit.

Quelle histoire ! Celles de nos montagnes conjuguent harmonieusement 2 destinées : celle de la nature et celle des hommes. La montagne, un espace partagé par tous et pour tous. Tout est à portée de main sur notre territoire : Soyons responsables pour préserver votre destination... (cf page 84)

Infos pratiques !

Détails en page 81

■ **Etat des Routes**

Tél. : 05 61 02 75 75

-<https://www.bison-fute.gouv.fr/pyrenees.html>

-www.inforoute09.fr

- **ATTENTION** : certains cols sont fermés l'hiver.

Météo - Enneigement

Tél. : 3250

- **Info Neige** : www.pyrenees-ariegeoises.com

Peloton de Gendarmerie

de Haute Montagne

Savignac-les-Ormeaux

Tél. : 05 61 64 22 58



Dans le coffre de la voiture, il y a :

- Des chaînes adaptées aux roues du véhicule (les chaînes sont obligatoires)
- Des gants
- Une poche plastique pour s'agenouiller au sol
- Un torchon pour s'essuyer les mains
- Une lampe de poche ou mieux une frontale !
- Une pelle à neige

Et dans la valise, il y a :

- Un bonnet, une paire de gants, des lunettes de soleil adaptées...
- Une tenue de ski, et l'indispensable polaire
- Des après-skis ou chaussures de neige
- La crème solaire
- Vos pièces d'identités et justificatifs pour les réductions (carte étudiant...)
- Chaussons pour une détente totale dans votre hébergement
- Maillot de bain pour les bains d'eaux chaudes
- Le doudou pour les plus petits

Les conseils de l'Office

Parce qu'un séjour en montagne mal préparé peut devenir une vraie galère, nous vous avons facilité le travail avec cette petite liste des indispensables à ne pas oublier. Alors vérifiez que vous cochez bien toutes les cases et prenez la route des vacances en toute sérénité !

UTILE

Entre le 1er novembre et le 31 mars, il est obligatoire d'équiper son véhicule en pneus hiver ou de détenir des chaînes ou chaussettes à neige, dans certaines communes des massifs montagneux.

www.inforoute09.fr

La glisse à l'état pur

Magique comme ça glisse

Foncer, souffler... Bondir, se poser... Transpirer, respirer... dans les Pyrénées Ariégeoises quand la montagne prend ses quartiers d'hiver, pistes de toutes les couleurs, étendues vierges et équipées. Découvrez dans les pages suivantes, 4 stations dans un écrin de nature : la « Créatrice d'émotions » d'Ax 3 Domaines, « le grand secret des petits bonheurs » d'Ascou, « Station Authentique » de Goulier Neige, « La Multi-active » de Mijanès... Ici la nature se révèle dans toute sa puissance...

Retrouvez les grands espaces à seulement 1h30 de Toulouse !



Dir. Toulouse

Foix

Dir. Carcassonne

Tarascon

Ascou

Mijanès

Ax

Auzat

Ax 3 Domaines

Goulier Neige

Quérigut

Dir. Andorre

10 km

AX 3 DOMAINES

Bonascres, Saquet, Campels



Carte d'identité

Altitude : 1400/2400 m

37 pistes, 80 km

www.ax-ski.com

Tél. : 05 61 64 20 06

Détails et tarifs cf page:56



CRÉATRICE D'ÉMOTIONS

Avec ses 3 domaines Saquet, Campels, Bonascres et autant de promesses d'évasion, la station répond aux attentes des skieurs les plus exigeants comme aux envies de promenade au plus près d'un environnement préservé.

Au-delà des sports de glisse, c'est également l'un des domaines les plus vastes et variés des Pyrénées, où il est possible de profiter de la montagne tout en étant bercé par la douceur de l'eau thermale d'Ax-les-Thermes et de l'air pur de l'Ariège.



Au Saquet, profitez d'une vue panoramique avec un point photos, des tables de pique-nique, une balançoire et une table d'orientation.



UNE STATION FACILE D'ACCÈS

Ax 3 Domaines c'est aussi une station facile d'accès, la liberté des grands espaces à seulement 1h30 de Toulouse !

Le pass Skirail vous permet également de bénéficier d'un forfait de ski qui inclut un billet de train direct, reliant Toulouse à la ville d'Ax-les-Thermes, ensuite vous n'avez plus qu'à prendre la télécabine qui vous amènera directement au pied des pistes de Bonascres.

Réservez votre Skirail sur:

<https://m.ter.sncf.com/occitanie/decouvrir/skirail>

Une nature omniprésente et variée

Implantée sur les hauteurs de la commune d'Ax-les-Thermes, la station de ski Ax 3 Domaines surplombe la vallée entre 1400 et 2400 mètres d'altitude, ce qui lui confère une grande variété de paysages.

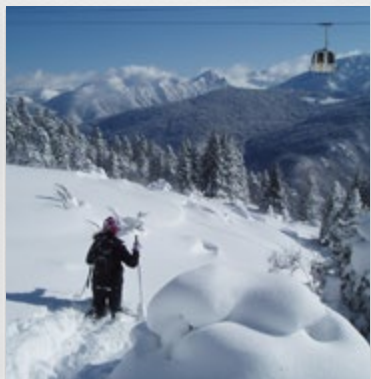
Vous pouvez skier au cœur des sapins, admirer les sommets enneigés ou simplement profiter du soleil en terrasse, il ne vous reste qu'à choisir !

Minute environnement

Depuis 2020 des **zones de quiétude** ont été mises en place dans la station afin de respecter la tranquillité d'espèces protégées.

Plus d'infos : ax.ski/fr/biodiversite

 Notre coup de cœur
Rider au milieu des sapins !



Belle balade nature
à Ax 3 Domaines



Télécabine Baou reliant la ville
de Ax à Bonascre



Grosse descente en snake gliss...
Frissons garantis !
Avec le Bureau des Guides

PRENEZ DE L'ALTITUDE !!!

Télécabine du Saquet 1800m d'altitude



Le restaurant « Le Tétrás » au Saquet, vous accueille à tout moment de la journée pour une pause gourmande. Accessible par les remontées mécaniques skieurs et piétons.

Plusieurs restaurants sont ouverts le soir sur la station, demandez plus d'informations à l'Office de Tourisme

MINUTE ENVIRONNEMENT !



Une station à **Énergie Positive** : Avec la volonté de réduire notre impact énergétique, nous mettons en place un programme qui utilise les sources d'énergie renouvelable : hydroélectrique, photovoltaïque et aérogénérateurs. Programme précurseur sur le massif Pyrénéen face au défi de tous : le réchauffement climatique.

Soirées animées au pied des pistes



Tout au long de l'hiver

Descentes aux flambeaux, courses de luge, musique et animations sur le snowpark, compétitions sportives, lotos... Demandez le programme détaillé à l'Office de Tourisme.



Conseils de l'Office

- Achetez vos forfaits dans les points de vente délocalisés : à Ax-les-Thermes dans certains commerces, Office de Tourisme de Tarascon sur Ariège et Office de Tourisme du Lauragais à Nailloux.

- Découvrez le freerando park Ax 3 Domaines.
- 2 itinéraires raquettes
- 4 parcours de ski de randonnée
- 2 zones freeride

- Gagnez du temps à chaque sortie, rechargez vos forfaits en ligne : achetez ou rechargez vos forfaits sur www.ax.ski/fr/forfaits et bénéficiez de réductions sur vos forfaits ou abonnements.

ASCOU

LE GRAND SECRET DES PETITS BONHEURS !

Carte d'identité

Altitude : 1500/2000m

17 pistes, 15 km

www.ascou-ski.com

Tél. : 05 61 64 28 86

détails et tarifs cf page 58

Tout simplement beau et «vrai»... Si certains mots perdent parfois de leur sens, ils le retrouvent ici pleinement. Ascou offre une expérience merveilleuse pour celles et ceux qui rêvent de montagne préservée, et de nature généreuse. Ici, tout est joli. La station, la forêt,

les pistes... Tout invite à vivre des moments inoubliables de bonheur simple à partager en famille. Le ski pur, loin des tendances « branchées », les paysages merveilleux, l'atmosphère chaleureuse d'**une station qui aime ses visiteurs, c'est ça « l'esprit Ascou » !**



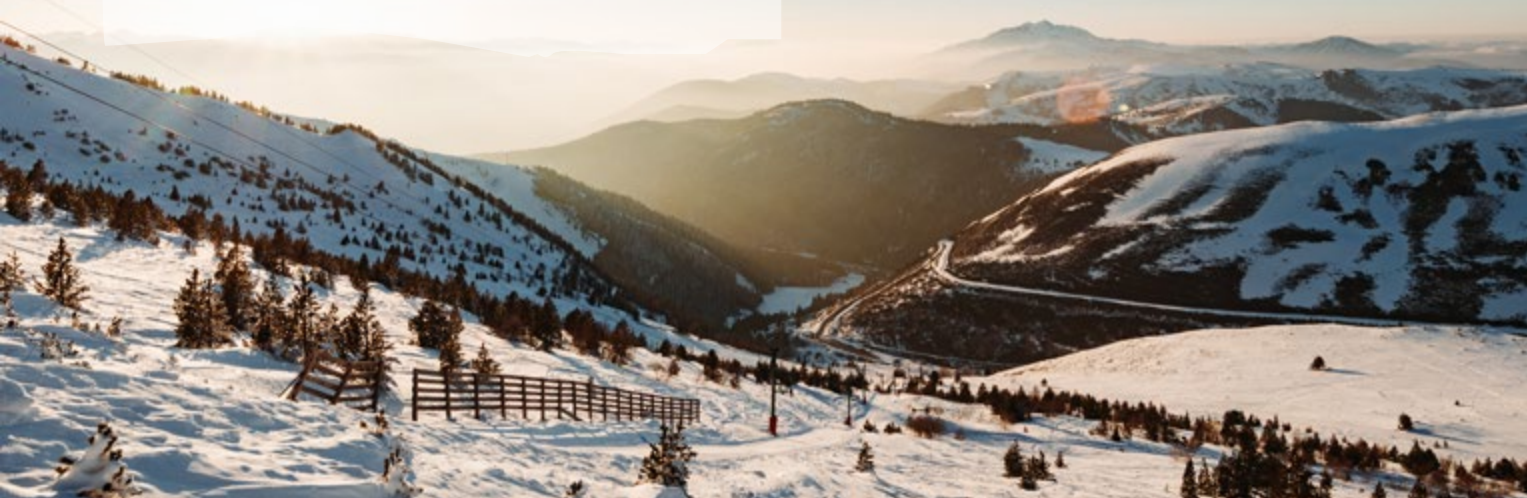
Ascou la station famille

Les enfants peuvent faire leur apprentissage avec l'école de ski grâce aux 4 pistes vertes et 5 pistes bleues, pendant que vous profitez du calme et des paysages de cette station à échelle humaine. Les plus expérimentés pourront dévaler 6 pistes rouges et de 2 pistes noires. Pour une belle balade, la station propose 1 piste de raquette de 4 km hors du domaine skiable. Afin de finir la journée en beauté, vous pourrez vous initier à la luge avec son tapis roulant qui vous évitera l'effort de la montée !
Ascou, la petite station qui a tout d'une grande !

ATELIERS INSOLITES

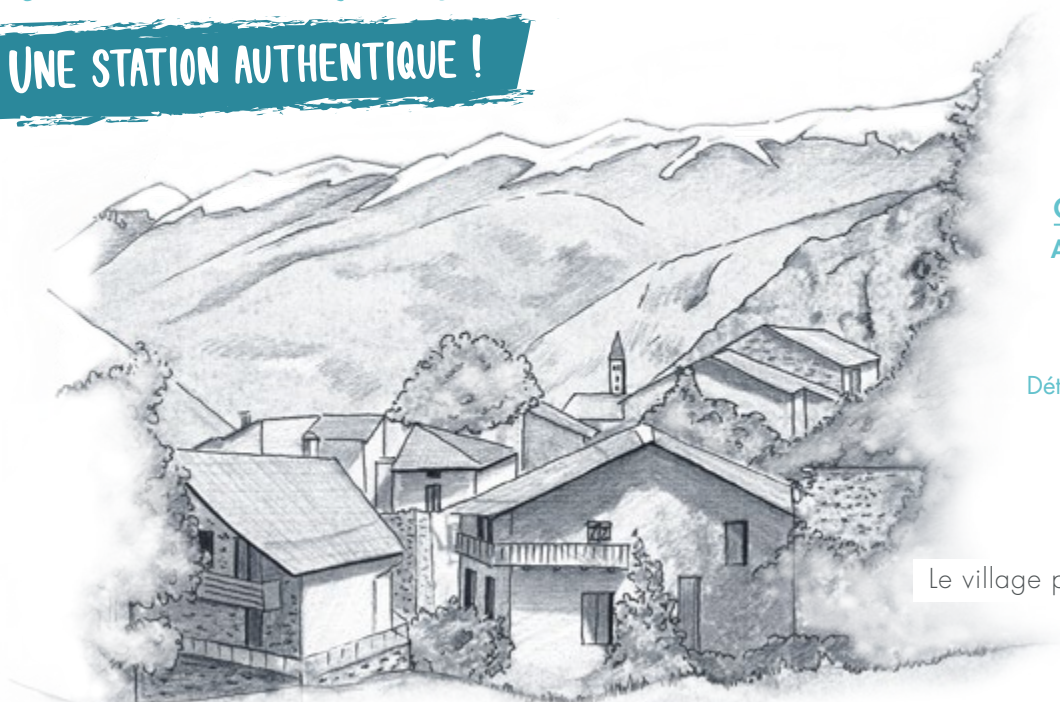
Venez voir la station de l'intérieur
découverte des métiers de la montagne :

Comment fonctionnent les remontées?
Qui sont les pisteurs secouristes leurs missions et leurs spécialités ? Sécurité sur les pistes : sensibilisation, règles de conduite, risques du ski hors piste, détection d'avalanches, maîtres-chiens....
Info tarifs et réservation au 05 61 64 28 86



GOULIER NEIGE

UNE STATION AUTHENTIQUE !



Carte d'identité

Altitude : 1500/1850m

7 pistes, 8 km

www.goulier-neige.fr

Tél. : 05 61 64 88 99

Détails et tarifs cf page 59

Le village pittoresque de Goulier

Au cœur du Parc Naturel Régional «Pyrénées Ariégeoises», venez vous ressourcer à la station de Goulier Neige !

Située dans la vallée du Vicdessos, cette station de ski familiale à taille humaine est conçue et équipée **pour tous les styles de ski**, elle est idéale pour passer une agréable journée en famille ou entre amis.

Vous pourrez apprécier une pause gourmande dans le restaurant avec vue panoramique sur la vallée.

Débutant ou confirmé, il y a toujours des choses à apprendre et de nouvelles sensations à découvrir!!!



L'incontournable massif du Montcalm 



Ça se passe juste à côté !!!



Les Pyrénées Ariégeoises c'est aussi la proximité avec d'autres territoires de montagne.



Station de Camurac

Voici un petit tour d'horizon des stations voisines...

Du côté de l'Andorre avec le plus grand domaine skiable des Pyrénées de Grandvalira ou à Porté-Puymorens dans les Pyrénées Orientales, à environ 30 minutes d'Ax-les-Thermes. L'unique petite station audoise, Camurac, qui se trouve à proximité du Chioula et de Prades.

Les stations de Formiguères et les Angles, dans les Pyrénées Orientales, mais à tout juste 30 minutes du Donezan.

Ou encore, l'étang de Lers (sera cet hiver en accès libre, et non sécurisé) non loin de Tarascon, en passant, par le col de Port ou par la vallée de Vicdessos.

Découvrez les stations d'à côté le temps d'une petite escapade à la journée !



Vue sur la station Les Angles



Vue sur l'étang de Lers

CLIN D'OEIL



Station de Mijanès en Donezan

Notre territoire est riche de petites stations, à la fois natures et authentiques. La station de Mijanès située dans le secteur du Donezan saura également ravir les amoureux de glisse et de nature.

Découvrez plus en détail cette station « à part » en page 22 dans un article spécifiquement dédié à ce territoire singulier du Donezan.

Les stations Nordiques

Vivez l'aventure nature !

Les Pyrénées Ariégeoises vous proposent trois stations nordiques exceptionnelles et très différentes les unes des autres, offrant chacune des panoramas magnifiques à 360°. Beille, premier site nordique des Pyrénées, se distingue par l'immensité de son haut plateau suspendu entre 1800 et 2000 mètres.

À une altitude plus modeste, le Chioula jouxte les villages. Au cœur du domaine, son refuge gardé permet une halte réconfortante.

Vous pourrez également découvrir l'espace nordique de Mijanès en Donezan.



Les chiens de traîneau
au plateau de Beille





Beille

toute la montagne
sur un plateau

Le première station nordique des Pyrénées. Entre ciel et terre, le plateau de Beille tutoie les sommets. En **ski**, en **raquettes**, en **VTT AE sur neige** ou en **chiens de traîneau**, les pistes vous conduisent vers un horizon lointain au cœur de la Haute Ariège. Avec le **ski-rail** vous pourrez arriver en train jusqu'au village de Les Cabannes puis prendre la navette qui vous mènera directement à la station. A votre arrivée, tout est prêt. Régalez-vous selon vos envies, de la luge au ski, du traîneau aux igloos, de la yourte à la marche nordique...

A Beille, vous avez toute la montagne sur un plateau !

Au menu : sport, découverte, nature, détente et émerveillement...

Carte d'identité

Altitude : 1800/2000m

20 parcours, 72 km

www.beille.fr

Tél. : 05 34 09 35 35

détails et tarifs cf page 60



Ski nordique/ Skating

À chacun son plaisir ! Vous êtes adeptes de balades contemplatives, de randonnées sportives, de skating ou de biathlon ? Quel que soit votre niveau, venez profiter des pistes de Beille.

A votre allure, vous découvrirez une «autre glisse» qui offre le temps de profiter d'un cadre naturel exceptionnel.



Laure, votre monitrice de biathlon !

Le biathlon est l'alliance du ski de fond en technique skating et du tir à la carabine ce qui en fait un sport très diversifié et intéressant à pratiquer autant qu'à regarder. Sur le plateau de Beille nous avons la chance de disposer d'un pas de tir de biathlon. Les initiations sont accessibles quelque soit votre niveau à ski (débutant accepté), cela est possible pour les enfants à partir de 8 ans grâce à des carabines laser en remplacement des carabines à air comprimé. Nous proposons également des formules sur plusieurs séances avec une progression qui peut permettre d'utiliser les mêmes carabines qu'en compétition officielle en tir à 50m !





Sensations fortes en luge

Après la pause pique-nique, rien de tel qu'une bonne descente en luge pour vous remettre en piste. Grâce au tapis roulant, plus besoin de remonter la pente à pied ! Un moment idéal de glisse et de partage en famille. Gamelles et fous rires garantis !

ATTENTION : vos luges doivent obligatoirement être munies de freins

Chiens de traîneau

Découvrez à travers cette activité le métier surprenant de musher.

Profitez de ce moment unique avec ces chiens magnifiques aux yeux bleus qui pétillent, ils sont toujours impatients de vous emmener en balade !

Réservation obligatoire auprès d'Angaka
05 61 01 75 60

Hors glisse

Les raquettes

Les paysages et les sensations vous adorez ! Quatre paires de raquettes et huit pieds à Beille, cela suffit pour rendre une famille heureuse. Partez à la découverte d'un environnement où chaque mètre cache un univers, chaque carrefour des bonhommes de neige à saluer, chaque bosse des cabanes à construire avec des blocs de neige, celles que les inuits appellent plus communément des igloos.

La marche nordique / Piétons

Vous aimez la nature !!!
La randonnée c'est aussi l'hiver !!!
Venez découvrir nos 2 pistes piétons (9.7 km)

Finir la journée en beauté !



Les professionnels de la montagne d'Angaka sauront vous faire découvrir la faune hivernale, les nuits au coin d'un feu de bois et l'ambiance des douces nuits de Beille au ciel étoilé. Ils vous apprendront également à construire un igloo ou, si vous préférez, vous promèneront dans un traîneau tiré par leur cheval de Mérens.

Mon premier Igloo

De 4 à 99 ans, faites votre premier igloo sous les conseils avisés de votre accompagnateur. Il vous montrera comment découper et assembler des blocs selon la méthode inuit.

Ski alpin débutant

Le ski alpin, c'est aussi à Beille !

Beille dispose d'un téléski pour petits et grands. Deux pistes parfaites pour les débutants avec des premières sensations de glisse et de vitesses garanties.





Le Chioula

Station Nature

Carte d'identité

Altitude : 1240-1725 m

13 parcours, 60 km

www.chioula.fr

Tél. : 05 61 64 20 00

détails et tarifs cf page 61



Au cœur d'une nature bienveillante et paisible, à deux pas d'Ax 3 Domaines, ses pistes de **ski nordique** suivent le tracé doux et naturel des sentiers et des chemins ruraux jusqu'aux villages. Elles s'étendent au cœur de la forêt, en direction des vestiges du château cathare de Montailiou, ailleurs le long d'une large croupe où le **panorama** s'ouvre sur la chaîne des Pyrénées.

On peut aussi s'essayer aux **raquettes à neige** sur des pistes tracées et balisées pour rejoindre le **refuge gardé** au cœur du domaine skiable.

La marche nordique / Piétons

Vous aimez la nature !!!

La randonnée c'est aussi l'hiver !!!

Avec l'espace luge, c'est du bonheur pour les petits et les grands! Une longue **piste de luge** pour toute la famille!!!

Attention : vos luges doivent obligatoirement être munies de freins.

L'hiver c'est également la saison idéale pour découvrir les balades en **chiens de traîneau**.

Un conseil : Réservez le plus tôt possible, cette activité est très prisée.

PENSEZ À RÉSERVER
VOTRE SORTIE EN
CHIENS DE TRAÎNEAU

TERRE SAUVAGE

Tél. : 07 69 43 56 06

www.terre-sauvage.org



Le refuge du Chioula

Que vous ayez choisi le ski de fond ou la balade en raquettes, vous pourrez faire une halte au refuge du Chioula magnifiquement situé au cœur du domaine. Pour vous réchauffer, rien de tel qu'un chocolat chaud et une bonne crêpe. A moins que vous ne préférerez vous régaler de petits plats à base de produits locaux qu'Alvaro vous concocte avec plaisir. Vous pouvez aussi y passer une nuit confortable et vous réveiller au lever du soleil dans un paysage magnifique.

Sur réservation : 05 61 64 06 97
www.refugeduchioula.com



La Marmotte Toquée

Avec l'appellation "Restaurant de qualité", ce restaurant panoramique fait face à la chaîne des Pyrénées, il vous propose une carte constituée de produits frais et locaux dans un cadre exceptionnel. (contact cf page : 71)

Pour encore plus d'activités
à découvrir au col du Chioula !

Pour en savoir plus:
www.colduchioula.com

Chioula Activités Nature

Retrouvez un grand choix d'activités
natures et sportives accessibles à tous.

Le CAN, c'est une association composée
de prestataires indépendants proposant de multiples
activités dans un espace naturel montagnard avec
une vue panoramique parmi les
plus belles d'Ariège !

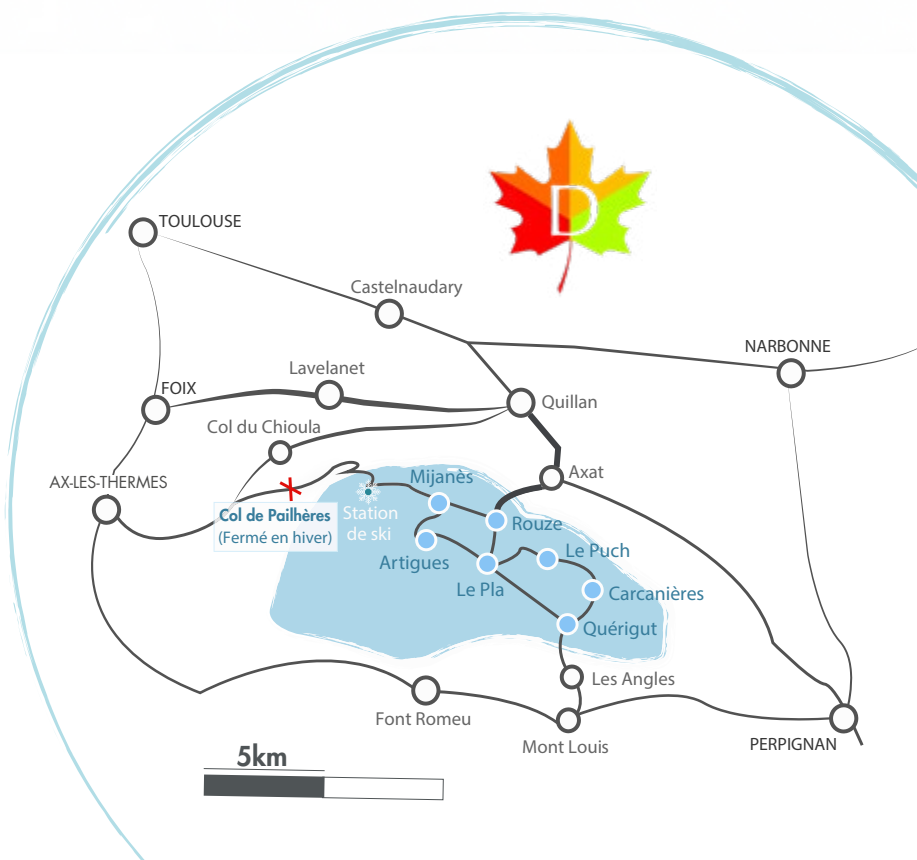
Le Donezan

Un territoire à part

Le territoire du Donezan est la partie la plus orientale de l'Ariège. Composé de 7 villages de 970 à 1200 m, ce petit « pays » offre **120 km² de nature préservée**.

Le col de Pailhères étant fermé tout l'hiver, le Donezan est **accessible uniquement par l'Aude ou les Pyrénées Orientales**, prévoyez donc au moins une journée pour venir profiter du **ski**, des itinéraires **raquettes**, de l'**espace nordique**, des balades en **chiens de traîneau**, du **snakegliss**, des levers et couchers de soleil sur les montagnes, du ski de rando, des balades avec ou sans neige, des pique-niques autour de cabanes, des vues sur le Roc Blanc ou le Madres...

Il va certainement vous falloir plus d'une journée pour tout découvrir !



L'hiver, avec ou sans neige

L'attrait principal du **Donezan** étant la nature, ça passe forcément par la balade ou la randonnée pour le découvrir ! Bien que le balisage soit prévu pour l'été, il est tout à fait possible d'en profiter en hiver si la neige tarde à venir.

Idées balades/randonnées.

A retrouver sur notre site internet www.pyrenees-ariegeoises.com rubrique à voir à faire/balades randos autour de Quérigut.

-**Le tour des villages** : de 30 minutes à 5h30 pour le tour complet, à adapter en fonction du village de départ, des niveaux et âges !

-**Noubals** : depuis Mijanès ou Artigues, la retenue d'eau de Noubals est un lieu paisible et magnifique quand il est gelé.

Lorsque la neige est là, les routes forestières font de bonnes pistes de raquettes en complément de celles balisées de la station. (Attention, les routes forestières ne sont pas balisées raquettes, veuillez à prendre toutes les dispositions nécessaires).

-**Les châteaux en mode « Hiver »** :

Quérigut : profitez toute l'année du panorama qu'offre ce petit château en accès libre.

Usson : le château est la plus ancienne des deux forteresses du Donezan, découvrez-le en visites commentées, en fonction des conditions météorologiques.

Ski de rando sous le soleil



Sortie en raquettes accompagnée



MINUTE ENVIRONNEMENT !

Encore plus en hiver, veillons à ne pas importuner les animaux sauvages. Restons bien sur les chemins et, parce que la neige ne fait rien disparaître, rapportons nos déchets !

Grand bol d'air au Laurenti





STATION DE MIJANES

La multi-active

La station de Mijanès, c'est la station déconnexion : des structures réduites au minimum pour profiter de la nature au maximum !

Vous trouvez ici toute une palette d'activités liées à la neige, comme le **ski de piste**, bien sûr, mais aussi un espace **ski de fond**, des itinéraires **raquettes** balisés, la **luge** « snakegliss » ou encore des baptêmes en **chiens de traîneau**.

Et pour les plus aguerris, une sortie en ski de rando au cœur des montagnes...

Tout est réuni pour vous retrouver en famille ou entre amis dans une station à taille humaine où chacun peut s'adonner à sa pratique favorite, plus ou moins sportive au milieu d'une nature préservée où toute l'équipe vous réserve un accueil chaleureux et convivial !

Carte d'identité :

Altitude : 1530/2000m

15 pistes, 12 km

www.ski-mijanes.fr

Tél. : 04 68 20 40 44

Comcom : 04 68 20 41 37

contact@ski-mijanes.fr

détails et tarifs cf page 59

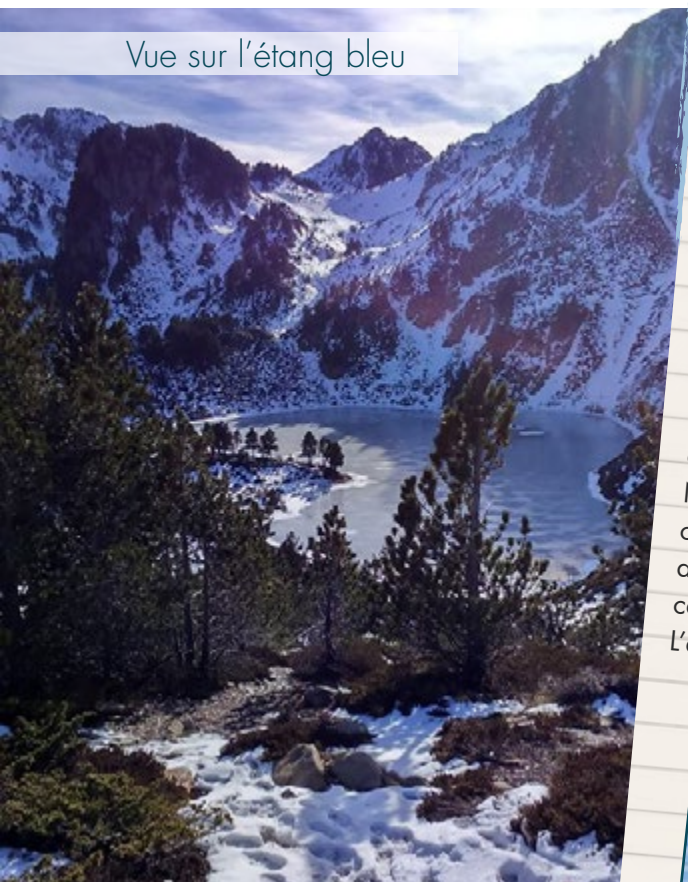


Lise Jourdes *musheuse à Mijanès*

« Je suis passionnée de chiens nordiques, de mushing et j'aime faire découvrir l'univers du chien husky. Assis dans le traîneau, nous partons à la découverte des paysages enneigés, en forêt, sur la station de Mijanès. Vous assisterez au travail fourni par les chiens et partagerez de réels moments de complicité avec eux. Découvrez également mon métier lors des visites pédagogiques que je propose sous forme de questions-réponses. Des activités plus sportives vous sont aussi proposées tout au long de l'année sous forme de cani-marche où la relation chien/humain est mise en avant. »



Vue sur l'étang bleu



COTE PRATIQUE

Le seul et unique commerce se trouve à Quérigut, la superette **Utile**. Vous y trouverez tout ce dont vous avez besoin : pain, alimentation, primeur, traiteur, produits locaux, tabac, presse, carburant, cadeaux, souvenirs, articles de sports et bien d'autres choses... Anne et Renaud se plient en quatre pour vous !

Restaurant :

Le Laurenti à Quérigut : François, Gaëlle et Jérémy vous accueillent dans une ambiance chaleureuse et familiale. Niché au cœur de Quérigut, **le Laurenti** vous propose une cuisine traditionnelle et de délicieuses pizzas cuites au feu de bois ! Au menu, de bons plats généreux : confit aux cariolettes, spécialités fromagères... L'établissement propose aussi des pizzas à emporter.



Pour l'hébergement, des gites communaux et privés sont proposés à la location semaine ou week-end (suivant les périodes) sur les 7 communes qui composent le Donezan : Artigues, Carcanières, Le Pla, Le Puch, Quérigut, Mijanès et Rouze.

Détails sur [www.pyrenees-ariegeoises.com/rubrique «dormir»](http://www.pyrenees-ariegeoises.com/rubrique%20«dormir»)

ÇA SE PASSE
PAS LOIN !

Le Donezan c'est également la proximité avec les Pyrénées Orientales ! Retrouvez, à une demi-heure de route, beaucoup d'autres choses à faire :

-Le marché de producteurs, samedi matin, Formiguères.

-Angleo, espace balnéo bien-être, Les Angles

-Grotte de Fontrabieuse

-Parc animalier, Les Angles

-Circuits de « Voies blanches », sur le Capcir.
(pistes en accès libre, damées 2 fois par semaine elles autorisent différentes pratiques comme le ski de fond, les raquettes, le cani-ski, le fat-bike ou le ski-joëring)

-Bowling, bars et restaurants



Divers sports d'hiver !



Balade en calèche
au plateau de Beille

C'est le moment de varier les plaisirs !

Le ski ce n'est pas votre tasse de thé ? Ou tout simplement envie de varier les plaisirs ? Les professionnels de la montagne sont là pour vous proposer un grand nombre d'activités annexes, parfois insolites, mais toujours réjouissantes !

Partez à l'assaut des Pyrénées Ariégeoises en raquettes, en VTT, en trottinette, en patins, en luge, avec un cheval, sur une falaise, sur la glace, sous terre ou sous les étoiles...

Conjuguiez vos vacances au pluriel et offrez-vous des sensations inédites, et qui sait, faites naître en vous de nouvelles passions !



Escaladez une cascade de glace



Escapade sportive en trottinette

Vivre la montagne différemment !

Ressentez des sensations fortes avec des activités singulières comme les sorties spéléologiques pour découvrir nos montagnes de l'intérieur tel un explorateur.

Vous pouvez également sentir l'immensité en observant les étoiles, en montagne et sans pollution lumineuse le ciel s'offre à vous plus étincelant que jamais. Un moment magique à partager avec toute la famille !

Retrouvez tous les détails des activités hors glisse et les contacts de nos prestataires dans le carnet d'adresses en P 62.

Parole d'expert

ISABELLE CORBIERES, monitrice d'équitation et accompagnatrice Moyenne Montagne ANGAKA VILLAGE NORDIQUE

«Les chevaux de Mérens sont très polyvalents. Ils montrent leurs qualités physiques et mentales sur la neige, et en particulier pour l'activité **ski joëring**. J'ai commencé à pratiquer cette activité comme détente pour mes chevaux l'hiver, pour alterner avec l'activité traîneau. J'ai ressenti tellement de plaisir et de légèreté pour moi et mes chevaux, que j'ai eu envie de partager cela avec le public.

Selon le niveau de pratique, le moniteur équestre vous apprend à bien tenir vos skis et vous laisser tracter par le cheval, puis à gagner en autonomie dans la pratique, à travers des ateliers de menage progressifs dans un espace sécurisé.»



Ski joëring à Beille



Changement de décors

Détente, balades et découverte



Vue sur Ax-les-Thermes

Les détails et itinéraires de ces balades sont disponibles sur notre site pyrenees-ariegeoises.com

Les balades Nature

Parce que la montagne l'hiver, ça n'est pas que le ski, on peut aussi profiter de quelques balades, à pied, en voiture ou en moto, pour découvrir les panoramas de notre territoire !

A l'Office de Tourisme, nous vous proposons nos balades préférées, facilement accessibles l'hiver (attention s'il y a de la neige, les balisages peuvent être recouverts).

A travers ces parcours, vous découvrirez une nature différente de l'été, plus confidentielle et plus sobre mais tout aussi agréable. Ce sont également des balades insolites ou culturelles que nous souhaitons vous faire découvrir : une ville, un village, une histoire, afin de vous imprégner de notre patrimoine montagnard.



Le village d'Orgeix et sa vue sur la dent d'Orlu

LE SENTIER DE LA QUERE

Conseillée par Céline

Un autre chemin pour rejoindre Savignac par les hauteurs de la rive droite de l'Ariège avec un parc dans la forêt, puis dans les rochers et au bord de la rivière avec l'opportunité d'un beau point de vue sur la vallée.

Vous découvrirez un pont « romain » qui n'est pas de l'époque romaine mais doit son qualificatif à la forme de ses 3 voutes.



Association des Amis des Chemins d'Ax et du Patrimoine

Catherine Tauveron

« Venez vous balader sur nos circuits découvertes qui vous emmèneront au départ d'Ax vers le village pittoresque d'Orgeix, de Savignac, les hameaux de Petches ou des Bazerques. Ces balades, balisées de 3h00 avec un dénivelé moyen de 350m, vous feront emprunter des anciens chemins de muletiers empierrés que nous nous chargeons d'entretenir toute l'année. Vous pourrez y admirer des points de vue magnifiques sur nos vallées, et croiserez des constructions en pierre sèches (murs, orris) témoins de l'activité de nos anciens.

Les paysages, la nature, l'atmosphère de ces balades évoluent au fil des saisons et donnent toujours envie d'y revenir. A consommer sans modération. »



! Les balades natures que nous vous conseillons ici ne sont pas réservées qu'aux sportifs aguerris ! Ce sont des balades familiales et faciles d'accès en toutes saisons.

LE TOUR DE MONTFERRANT

Conseillée par Isabelle

Cet itinéraire familial permet d'accéder facilement à un pont de vue panoramique sur toute la vallée.

De village en village, ce sentier donne lieu à la découverte de la vie passée à travers l'ancienne filature ou encore des vestiges en pierre (mur de pierre et gravure sur la roche)



Vue du village de Le Pla

TOUR DE NORGEAT

Conseillée par Agnès

Accès facile : parking à l'entrée du hameau de Norgeat

Le tracé emprunte une route goudronnée peu fréquentée sauf en été, fait le tour du hameau de Norgeat, habitat traditionnel de montagne aux jolies maisons entretenues, en seconde partie le chemin suit le ruisseau avec une jolie vue sur les montagnes.

Le petit + : au début de la balade, vous découvrirez l'église de Norgeat où des panneaux ont été installés à l'extérieur pour expliquer sa particularité : financée par les habitants qui voulaient leur propre église...



L'église St Hilaire de Norgeat

BALADE RAIL

Et si on oubliait la voiture ?

Nous vous proposons des balades au départ des gares des Pyrénées Ariégeoises...

Depuis Tarascon sur Ariège jusqu'à l'Hospitalet près l'Andorre.

Idée : Gare de Tarascon-sur-Ariège

"Le tour de la Pique" (3h50 boucle, 600 m de dénivelé). Cet itinéraire, est consacré plus particulièrement à la visite de la **chapelle romane de Saint-Paul d'Arnavé**, joyau de quiétude dans un écrin champêtre. De son promontoire, elle vous suggère d'y aller paisiblement... de prendre tout le temps qu'il faut. Continuer jusqu'au col d'Ussat puis retour par Ussat village.

Rendez-vous sur : www.pyrenees-ariegeoises.com, cliquer sur « à voir à faire/balades à pied/à partir d'une gare ».



Les balades Culturelles

Découvrez tous les secrets de nos villages

Pour plus d'infos et de détails sur ces balades, nous vous invitons à venir nous rendre visite à l'Office, nous nous ferons une joie de vous renseigner !

Sortez des sentiers battus

Profitez de nos villages d'une manière différente, découvrez-les de l'intérieur grâce aux nombreuses balades autant culturelles qu'insolites, parfois ludiques mais toujours passionnantes !

Des topo-guides en vente à l'Office de Tourisme reprennent les itinéraires « d'un village à l'autre ».

INSOLITE !

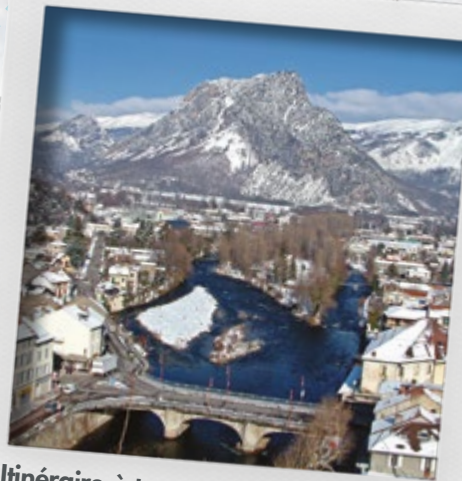
La tour du castella de Tarascon l'une des nombreuses horloges qui dominent le pays de Tarascon.



LES HORLOGES

Coup de cœur de Sylvie

« A mon arrivée en terre ariégeoise, j'ai été surprise de ne pas voir uniquement des horloges sur les églises des villages... mais ici, elles étaient sur des hauteurs, des tours, visibles de partout et de tous... J'ai appris ensuite que la transition du monde rural vers le monde industriel imposait aux travailleurs de passer du rythme du soleil au rythme des pointeuses ! »



Itinéraire à travers la ville de Tarascon
Visite libre, dépliant à disposition à l'Office afin de guider votre parcours



Parcours photographique
Parcours libre dans le village de Saurat
autour des clichés de Clément Sans
(1834-1911)



Chemin de l'Aluminium
Cheminement artistique à travers le
village d'Auzat, d'une durée de 1h30



Le circuit des églises romanes
De tarascon-sur-Ariège à Merens-les-Vals



Usine hydroélectrique du Teich
Sentier d'interprétation extérieur (Ax)



Balade au parc du Teich
Sculpture remarquable créée sur la
souche d'un séquoia (Ax)



Itinéraire à travers la ville d'Ax
Visite libre, dépliant à disposition à
l'Office afin de guider votre parcours

Les visites culturelles

LA GROTTTE DE NIAUX

Une visite pas comme les autres

La grotte de Niaux s'étend sur plus de deux kilomètres de galeries spacieuses, de voûtes basses et de lacs souterrains. **Une centaine de représentations animales et plusieurs centaines de signes** ont été relevés sur les parois et sur le sol. Ici point de spots ni de leds ! Accompagnés d'un guide, vous évoluez dans le noir, éclairés uniquement par des lampes portatives. D'une durée d'environ 1h40, la visite démarre par un parcours à pied de 800 mètres dans une vaste galerie. Les voûtes sont hautes de plusieurs mètres, et, par endroit, se perdent hors de portée des lampes. Le sol est resté inchangé depuis la nuit des temps...

Dans cette galerie, on peut voir « le panneau des signes » sur lequel se concentrent de nombreux signes géométriques généralement peints en rouge, dont la signification reste encore mystérieuse.

L'apothéose de la visite se trouve lors de la découverte du Salon Noir, vaste rotonde à la hauteur de voûte impressionnante. C'est dans cette salle majestueuse que nos ancêtres ont choisi de représenter plus de 70 peintures d'animaux : bisons, chevaux, bouquetins et cerfs.

Réalisées entre 17 000 et 16 000 ans avant notre ère, elles procurent à tous, initiés ou non, une émotion incomparable : la rencontre unique avec notre Histoire, le tête à tête avec Cro-Magnon, entre poésie, magie et questionnements.

Uniquement sur réservation.

La minute Art

L'entrée de la Grotte est marquée par une création contemporaine audacieuse réalisée En 1994 par l'artiste italien Massimiliano Fuksas. Son architecture invite le visiteur à oublier son monde et à se préparer pour un voyage vers les origines de l'art...



« Avec l'émotion d'un explorateur et à la lueur d'une lampe, marchez dans les pas des Cro-Magnons : vous avez rendez-vous avec une part de votre histoire. »

CLIN D'ŒIL : UNE AUTRE VISITE INCONTOURNABLE !

Le Musée départemental

Vivez le moyen-âge comme si vous y étiez !

Découvrez un espace muséographique de 2 000 m² et faites connaissance avec les Comtes de Foix.

Le musée est ouvert les week-ends et tous les jours pendant les vacances scolaires.

(Le Château de Foix est fermé pour travaux jusqu'en juin 2024.)

www.sites-touristiques-ariège.fr





GROTTE DE LOMBRIVES

La Fascinante

L'incontournable concrétion de la sorcière

Lombrives, où légendes, protohistoire et histoire ont laissé leurs empreintes...

Abris pour les Magdaléniens, lieu de sépulture pour l'homme de l'âge de bronze, lieu sacré cathare, refuge protestant, fréquentée par les Rois... Lombrives a toujours fasciné l'Homme qui y laissa des milliers de signatures et de symboles énigmatiques.

Visite guidée de 2h

La randonnée commence par une montée possible en petit train touristique (avec un supplément) jusqu'à l'entrée de la grotte, là, un guide vous conduit pour une randonnée guidée et contée de 2h.

Vous traversez la Carène, marchez sur la faille, empruntez le Passage du Crime.

Vous voilà dans **le grandiose Amphithéâtre** :

cathédrale sacrée, propice au recueillement mais aussi aux événements culturels (concerts, soirées à thèmes...).

En haut du grand escalier, le niveau supérieur s'ouvre sur la galerie du grand cimetière. Après avoir traversé plusieurs galeries, vous voici devant le tombeau de la princesse Pyrène, à l'origine des Pyrénées, selon la mythologie grecque.

Pour finir, au fond de la grotte contempler calmement le lac aux ondulations mystérieuses.

Pour en savoir plus : www.grottedelombrives.com

Pour vivre des moments uniques !

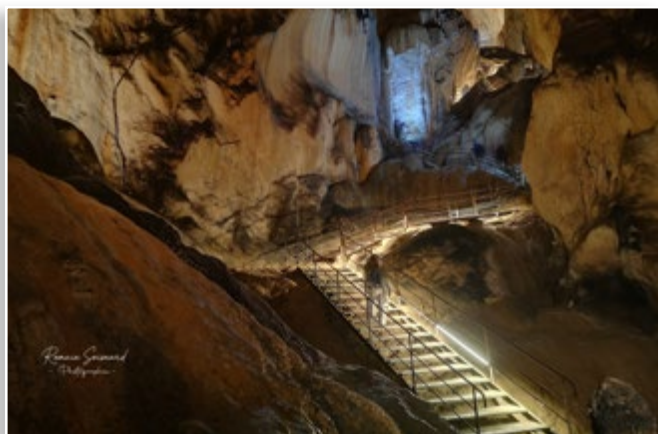
-Tout au long de l'année retrouvez de nombreux événements : apéro concert, soirées à thèmes...

-Apéro concert du 31 décembre

-Visite insolite spéciale enfants

-Visites spéléologiques

A noter !



CLIN D'ŒIL !!!

Le centre historique Jean Duvernoy à Montaillou

Abrite les objets trouvés et répertoriés lors des campagnes de fouilles menées sur le site de l'ancien château de Montaillou. C'est l'histoire vue par les grands historiens, le catharisme et l'inquisition qui sont abordés sur des cimaises en forme de parchemin. On y trouve une large documentation en images et des repères temporaires historiques.

Le musée est ouvert les week-ends et tous les jours pendant les vacances scolaires.

L'entrée du musée est gratuite, en auto-gestion.

Horaires : 9h à 19h - Tél. : 04 68 20 31 91



Portfolio

Les cartes postales automne/hiver

Zoom sur les plus beaux clichés du web avec le hashtag #pyreneesariegeoises



Vallée d'Orlu

Crédit photo: Christophe Lhez

[Instagram](#): valleedorlu3

[#pyreneesariegeoises](#)

Vous aussi partagez avec nous vos plus beaux clichés dans nos montagnes avec le hashtag [#pyreneesariegeoises](#)



Etang d'Izourt - Vallée de Vicdessos

Crédit photo: Helena Moreira

Instagram: [rand.onne](#)

[#pyreneesariegeoises](#)



Cabane de Carausan - Vallée de Soulcem

crédit photo: Tristan Ibarz

[Instagram: tristan_ib](#)

[#pyreneesariegeoises](#)



Evadez-vous le temps d'un week-end...

Que vous soyez en couple, en famille, entre amis, offrez-vous une pause !
En train ou en voiture, envie de neige, de nature, de bien-être et de bonne cuisine.
On couvre bien les petits, on motive les ados, et c'est parti !



Voici quelques idées en images pour un week-end inoubliable en Pyrénées Ariégeoises !



La clé de l'évasion



Un grand bol d'air...



Osez jouer le jeu...



Le temps de la pause...



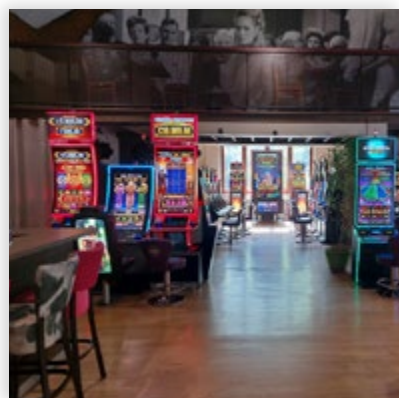
Se baigner peut rimer avec se détendre



Les cheminées sont à l'hiver ce que les terrasses sont à l'été.



Envie d'autres saveurs...



Tentez votre chance !



Vivez l'insolite grâce à une nuit unique !



La chaleur de l'après ski



DANS NOS STATIONS DE SKI :

- Concours de bonhommes de neige
- Courses de luge
- Chasses au trésor
- Soirées mille feux
- Concerts

DANS NOS VILLAGES :

- Cinémas (Tarascon-sur-Ariège et Ax-les-Thermes)
- La formule Ciné Dîner au Casino JOA d'Ax
- Marchés de Noël
- Snow Gay (du 13 au 17/03) à Ax et Ax 3 Domaines
- Conférences/Contes/Spectacles
- Concerts
- Carnaval

Ça bouge !

Ici, la vie n'est jamais triste...

Même en hiver, pas question de passer toutes vos soirées en pyjama au coin du feu, en effet nos villages et nos stations proposent tout au long de la saison une multitude d'animations qui sauront ravir les plus sportifs, les contemplatifs et même les grands gourmands.

Vous trouverez ici quelques idées pour occuper vos soirées :

Chaque semaine l'Office de Tourisme vous propose un programme des animations et des activités...
Récupérez-le dans nos bureaux d'informations !

A SAVOIR !



Le cinéma/théâtre
A Ax-les-Thermes

On a testé pour vous !



Le cochon du Madres

Dans vos assiettes, produits faits maison, du pain au dessert. Patricia et Christian restent à votre écoute, rien ne vous empêche de leur glisser une petite demande dans l'oreille.

11140 Escouloubre



La Vieille Ville

La combinaison d'une vue panoramique imprenable sur les montagnes, d'un service de qualité et d'animations captivantes font de La Vieille Ville l'endroit idéal pour se retrouver.

09400 Tarascon-sur-Ariège



La Cave

Votre chemin passera peut-être par la rue de l'Horloge, rendez-vous à La Cave pour partager entre amis des planches avec une grande variété de bières et de vin.

09110 Ax-les-Thermes

INCONTOURNABLE

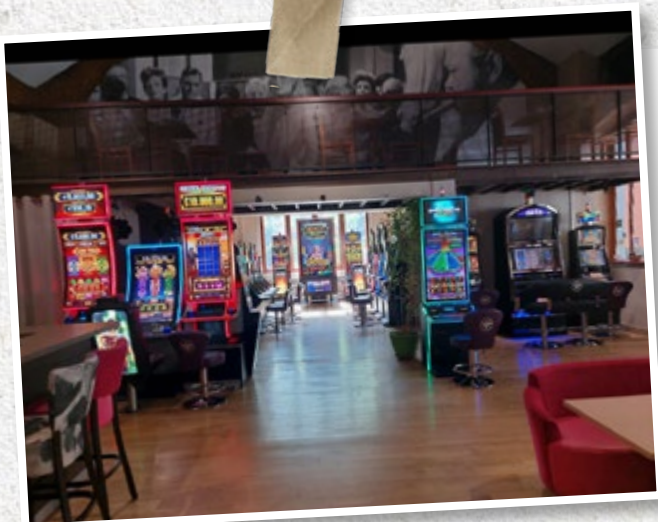
Casino JOA

Au casino, dans un cadre confortable, toute l'équipe vous attend pour vous distraire... Il offre aux amoureux du jeu la palette des distractions d'un casino moderne : boule, machines à sous, roulette anglaise électronique, Black Jack électronique et traditionnel...

Du dimanche au jeudi et jour férié : de 11h00 à 1h00 du matin
Vendredi, samedi et veille de jour férié : de 11h00 à 2h00 du matin

Ax-les-Thermes - 05 61 64 65 00

(réservé aux personnes majeures, sur présentation d'une pièce d'identité)



Moments de détente...



Centre thermo ludique Les Bains du Couloubret

Situés au cœur d'Ax-les-Thermes, « Les Bains du Couloubret » vous invitent à la détente et au bien-être. Dans un splendide décor inspiré de l'antiquité romaine, vous pourrez vous **plonger dans l'eau thermale** délicieusement chaude (34° à 38°) aux vertus particulières selon les différents bassins...

Au rez-de-chaussée s'ouvre un grand bassin central de 200 m² et quatre alcoves latérales, entouré de colonnades et agrémenté de jeux d'eau. Découvrez également une série de bains romains.

A l'extérieur, sur deux niveaux, deux bassins vous

permettent de profiter des joies de se baigner dans l'eau thermale chaude quand l'air est vif...

Un pur bonheur !

A l'étage : les plus de 15 ans pourront découvrir le bain irlando-romain, l'espace nordique avec sauna et douche glacée, l'espace oriental et son hammam.

Pour parfaire votre détente, l'espace bien-être, vous propose toute une gamme de soins et forfaits pensés dans le moindre détail.

Alors laissez-vous immerger dans le bien-être en eau thermale!

Tél. : 05 61 02 64 41
www.bains-couloubret.com

Le Thermalisme

La médecine que la Terre nous a donnée

Ax-les-Thermes est une des rares stations thermales où l'on peut faire une cure toute l'année. Les eaux thermales d'Ax ont des propriétés antalgiques et décongestionnantes. Leur forte teneur en soufre est particulièrement appropriée aux traitements en Rhumatologie et ORL Voies Respiratoires. L'établissement « le Modèle » Vous accueille pour une cure thermale de 18 jours (avec prise en charge) ou une cure de prévention santé, de 3 à 6 jours.



Centre Thermal
Le Teich

UTILES !

www.thermes-ax.com

Tél. 05 61 65 86 60

Le saviez-vous ?

Les plannings de réservation sont ouverts un an à l'avance. Réservez donc votre cure thermale au plus vite.

Après l'effort le réconfort

Après une journée au grand air, une envie de chaleur réconfortante se fait ressentir, pas de problème nous avons tout ce qu'il vous faut !

Quelques adresses pour le plaisir et la détente :

- Un hammam privatif pour 4 ou une séance d'Aquabiking chez Sandrine de « **Destination Bien Etre** » à Ax-les-Thermes.
- Des soins Bio-esthétiques avec Marianne « **Les Fées du Bien-Etre** » à Ax-les-Thermes.
- Un soin Reiki avec Chrystel de « **Planet Rando** ».
- L'**aquagym**, des cours collectifs pour s'entretenir (séances de 45 mn) aux **Bains du Couloubret**.
- Des soins et massages aux **Bains du Couloubret**.
- La nature est abondance de beauté, de partage, de liens, de nourriture, de soins.. Cécile de **Convivialité Végétale** vous invite à venir la rencontrer.
- Pour un moment de relaxation unique au cœur d'un jardin vivant et au pied des montagnes avec **Mélanie Dupuis**.
- Profitez d'un massage chinois par **Martial Wang**, un massage habillé comme en Chine, recouvert d'un drap pur coton.
- Découvrez le massage des 5 continents avec **Caroline** détenant la capacité de réunir d'une manière synergique plusieurs techniques du monde, regroupant le massage, l'aromathérapie et l'énergie du magnétisme.



Retrouvez les contacts de nos prestataires bien-être dans la partie Carnet d'adresses page 66

INSOLITE



Les bains de Bonascre

Venez vivre une expérience inédite, envie de chaleur, relaxation, convivialité en plein air dans "Les Bains de Bonascre" chauffés au feu de bois au pied de la station de ski Ax 3 Domaines sur le plateau de Bonascre. Réservez votre bain pour un moment ou une soirée scandinave en famille ou entre amis !



L'historique bassin des Ladres



Se tremper les pieds dans les nombreux bassins d'eau chaude de la Ville d'Ax-les-Thermes.

Mettez vous en appétit !

Avec les saveurs de notre terroir



Réveillez vos papilles



Plutôt salé ?

Goûtez le bœuf Gascon spécialité de la **Maison Lacube** à Les Cabannes. Du bœuf et du veau biologique de race Limousine, de la **Ferme de la Caballère** qui durant tout l'été ont transhumé dans les hautes vallées de montagnes. La truite des **Chutes d'Aston** ou encore la tomme du **Monastère Notre Dame de Donezan**, fromage rare distribué à l'épicerie « **Utile** » à Quérigut. C'est aussi dans le Donezan que sont cultivées les morilles de l'**Élégante Ariégeoise** !

Plutôt sucré ?

Pour le plus grand plaisir des papilles, goûtez les nombreux produits de la ruche : miels de montagne, nougats, pain d'épices... au **Rucher du Montcalm** et au **Rucher de Saleix**.

Savourez les délicieux **Biscuits du Moulin** à Sinsat, des créations inédites sans additifs ni conservateurs à base de farine d'épeautre, caramel, beurre salé...

Découvrez la **Conserverie « BEAUCOUP »** qui cultive les

saveurs et met l'émotion en pot, au village de Les Cabannes. Des recettes originales, orchestrant avec gourmandise les produits de saison.

Les produits fermiers, du terroir et épicerie fines à la **Boutique de la Ferme**, aux **Saveurs de Moun País** à Ax-les-Thermes, à la boutique de la **Maison Lacube** à Les Cabannes et aux **Trésors de Pyrène** à Tarascon-sur-Ariège.

Fabriqué à Tarascon-sur-Ariège :

Ajoutez dans votre panier l'**Hypocras** boisson 100% naturelle dont la recette médiévale remise au goût du jour, remonte à l'époque du célèbre médecin grec Hippocrate.

A chacun sa **Destral**, 3 types de bières qui vont vous faire aimer la bière ariégeoise : Blonde, Black et Citra.

Tous ces produits sont à déguster dans nos restaurants du coin !

Retrouvez toutes les adresses de nos restaurants pages 69 à 74

Bière Destral



Biscuits du Moulin de Sinsat



La terrine de canard de la Maison Lacube



Rillette de truite d'Aston



Zoom sur les eaux locales !

Eau Neuve puise sa pureté à 1332 m d'altitude dans la chaîne des Pyrénées en Haute-Ariège à Mérens-les-Vals.

Eau Neuve préserve les ressources naturelles et ne puise que 15% de la source afin d'auto-régénérer celle-ci naturellement.

Eau Neuve ne subit aucun traitement, aucun intrant. Toutes ses qualités organiques et minérales sont préservées naturellement par sa longue filtration naturelle.

En vente dans nos points d'information.

www.eauneuve.fr

Depuis près de 30 ans c'est au cœur de la vallée d'Auzat à 1100 m d'altitude que l'**eau minérale naturelle Montcalm** est captée. Issue de la nature elle est filtrée à travers les roches.



Une eau minérale naturelle dans une bouteille en carton entièrement recyclable



Des contenants en aluminium recyclable à l'infini

Du producteur à l'assiette

Circuits courts, produits de qualité, respect de l'environnement...
De nombreux producteurs de notre terroir sont engagés dans cette démarche pour vous faire découvrir toute une palette de saveurs authentiques.
Venez à leur rencontre, ils vous ouvriront les portes de leur exploitation, de leur magasin ou retrouvez-les sur les marchés locaux.
Découvrez ici notre sélection de produits, nous vous promettons une chose, nous avons tout goûté pour vous !!!

La ferme « Les Vieux Prés »

Près du village de Saurat et dans sa toute nouvelle fromagerie propose de la tomme de vache au lait cru Bio. Le troupeau se compose d'une quinzaine de vaches de race Brunes des Alpes et Montbéliardes, choisies pour leur rusticité et leur adaptation au milieu montagnard. Elles pâturent sur les prairies autour de l'étable tout au long de l'année. Déjà bien connu des villageois, cette ferme reprise par Romain et Christine, fournissait jadis du fromage. Un héritage que les deux agriculteurs ont souhaité conserver. L'intégralité du lait est transformé sur cette petite ferme de montagne.

Les valeurs de la ferme :

- promouvoir un élevage naturel
- prioriser le bien-être animal
- alimenter le troupeau de façon simple et saine (Bio)
- maîtriser la qualité : élevage, traite, transformation, affinage et vente

Morilles "L'Élegante Ariégeoise"

Première moricultrice de l'Ariège certifiée BIO !

À 1160m d'altitude en **Donezan**. Cultivée dans l'éthique et le respect de l'environnement local. Une Morille française de qualité, destinée aux professionnels de la cuisine gastronomique et aux particuliers.

Ce noble champignon est commercialisé frais au printemps ou séché toute l'année. Belle découverte et bonne dégustation !

Nos épicerie fines de produits locaux

En explorant les saveurs des Pyrénées Ariégeoises, venez découvrir une palette de produits locaux d'une qualité remarquable, révélant l'authenticité et la richesse de notre terroir .

Laurent de la Boutique de la ferme à Ax-les-Thermes, propose les spécialités qui sont les richesses de la haute vallée ariégeoise. Un savoir qu'il partage lors de «dégustations contées».



Unique en Ariège !



Pour vous fournir en produits frais et locaux, rien de tel qu'un petit tour au marché !

■ **AX-LES-THERMES**
Marchés le matin,
les mardis et samedis
Place Roussel

■ **LES CABANNES**
Marchés tous les
dimanches matin
Place des Platanes

■ **TARASCON S/ ARIÈGE**
Les mercredis matin :
Place Jean-Jaurès.
Les samedis matin :
Place du 19 mars 1962

■ **VAL-DE-SOS**
Les jeudis matin
à la halle du marché

Shopping list



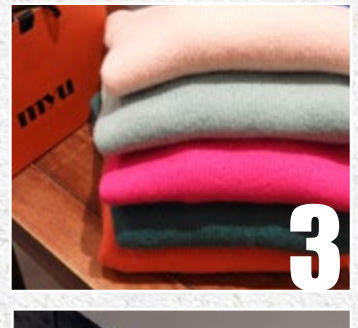
Pour ramener dans sa valise, offrir à Noël, pour la St Valentin ou souvenirs de vacances. Voici quelques idées :



1



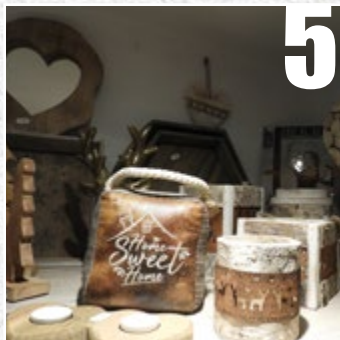
2



3



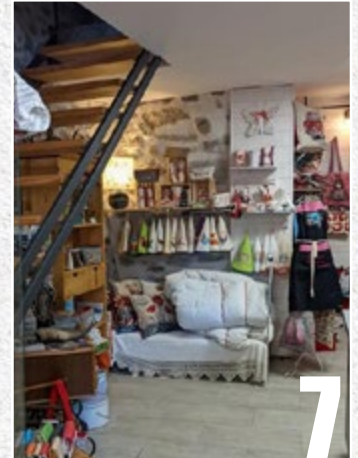
4



5



6



7



8



9



10



11

1- Bonheur du jour (Ax les Thermes)

Envie de changer, Sandrine vous conseillera pour vos articles de décoration, d'art de la table, fait main...

2- Un coin de Paradis (Ax les Thermes)

Pousser la porte d'un coin de Paradis où Virginie vous accueillera pour vos idées de cadeaux...

3-MYU (Ax les Thermes)

Enseigne Axéenne de prêt-à-porter féminin, Myriam réussit une fois de plus à nous séduire, par son originalité et ses choix très avisés.

4-Glisse et Montagne (Ax les Thermes)

Boutique de Prêt à Porter (Femme, Homme et Enfant), un grand choix pour cet hiver.

5-Saveurs de moun País (Ax les Thermes)

Dans le centre d'Ax, face au centre thermoludique, un grand choix de Décoration montagnarde.

6-La Cristallerie (Le Pla en Donezan)

Anna et Ramon, vous accueilleront dans leur atelier d'artisanat verrier.

7-COUETTE MAXIME (Quérigut en Donezan)

Avec sa conception originale et ses caractéristiques techniques, la couette Maxime offre à tous ses utilisateurs un confort maximum et une qualité haut de gamme.

8-Dyppsis Bougies artisanales

Une boutique française de bougies artisanales, véganes et éco responsables, en vente sur www.dyppsis.com.

9-Artisanat Lapon (Larnat)

Des objets artisanaux lapons en Pyrénées Ariégeoises.

10-Ateliers de LO (Tarascon-sur-Ariège)

Chaque pièce unique... Ne laissez pas passer vos coups de cœur !

11-Les Chapeautés (Mercus-Garrabet)

Un atelier-boutique qui vous est dédié : Venez découvrir un large choix de chapeaux uniques et de nombreux accessoires personnalisés.



A la boutique de l'Office de Tourisme, vous pourrez également venir compléter vos souvenirs de vacances !
Poterie de Varilhes, le couteau Montagnol (exclusivité de l'OT), les pierres à aiguiser de Saurat, la Georgette...



Pour les enfants

La montagne un vaste terrain de jeu !



Les vacances à la montagne, c'est tout ça !!!



Faire un bonhomme de neige sous le soleil de l'hiver



Stage de ski



Souvenir d'une folle journée sur la piste de luge du Chioula !

Avec ma tribu

des plus aventuriers aux amoureux de la nature, à chacun sa tribu !

Tribu Sportive

Chausse les **patins à glace** ou fais des figures avec ta planche à roulettes au **Skate Parc**, accompagnes ton petit frère aux **aires de jeux**, joues au basket ou au foot, tu as une panoplie d'activités pour finir ta journée ...

Et bien sûr profites de la montagne pour faire du **ski** ou du **snowboard**, des **raquettes**, de la **luge**.

Tribu Curieuse

Fabrique des fusées hydro-pneumatiques avec « **Ciel et vous** » bolides à base de bouteilles plastiques, qui peuvent atteindre les 60 m et les 180 km/h: Spectaculaire et bluffant ! Tout se passe en pied de pistes à **Ax 3 domaines** et au **Chioula**.

Avec mes amis à 4 pattes

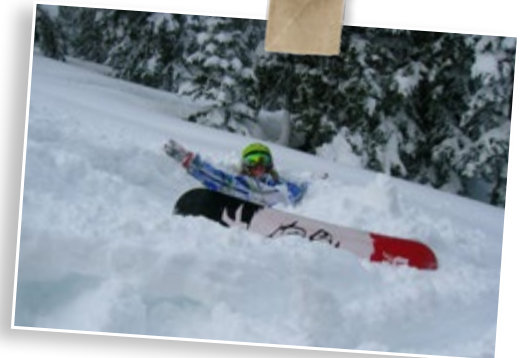
Quelques idées qui pourraient te plaire

Découvre le monde **des lamas** à Saleix au milieu du troupeau avec un llamero (éleveur-conducteur de lamas) : Tous les secrets des lamas.

Installe-toi dans un traîneau et laisse-toi guider par un musher au rythme de ses chiens.

Tu peux te rendre à **la ferme pédagogique** où il fait bon vivre ! **La ferme de P.A.N.** à Arignac où tu découvriras des animaux recueillis dans un parc aménagé... et aussi des ateliers pour tous...

CETTE PHOTO DONNE VRAIMENT ENVIE D'ESSAYER N'EST-CE PAS ?



NOUVEAU !!!

Moi, Aneto, chien de traîneau, je t'emmène découvrir ma vie et celle de mon équipe de chiens de traîneau dont le musher est Cédric. Tu sais, le musher, c'est le conducteur de chiens de traîneau... à Beille.

Plus de renseignement auprès d'Angaka.

Le plein d'activités

Parce que skier tous les jours, c'est fatigant !

Tribu en Intérieur

Visite « **Rêve et Magie du Rail** » dans une voiture voyageur à Tarascon-sur-Ariège, découvre à travers des reconstitutions miniatures le monde fascinant des trains.

A la **grotte de Lombrives** deviens un « Petit explorateur » le temps d'une après-midi !

Équipé d'une frontale et d'un casque, viens explorer les parties rarement ouvertes au public, découvre les ossements et diverses traces d'occupation des hommes au fil du temps...

Tu aimes que l'on te raconte des histoires, découvre nos **bibliothèques** pour un vrai moment de partage au calme autour des livres. C'est gratuit !!! Tu as aussi les **boîtes à livres** à différents endroits dans nos villages, sauras-tu les trouver ? et pour finir la journée tu peux aller au **cinéma** ou au **restaurant** déguster le plat de tes vacances...

Notre coup de cœur « En famille »



La neige est un élément formidable : c'est beau, ça glisse et ça se structure au grés de votre imagination ! A partager avec petits et grands, un parcours illustré sur les animaux de la forêt.

- Découvre **Ma famille trappeur & son igloo** avec le Bureau des Guides.
- Participe à l'atelier **Mon premier igloo** avec Angaka.



NOUVEAU ! Jeu de piste

Le mystère des eaux

Avec l'aide d'Emma et Milo, jeunes aventuriers, pars à travers la ville d'Ax-les-Thermes pour découvrir ses secrets et ses mystères.

Muni de ton carnet de route, pars à l'aventure pendant 2 heures pour résoudre des énigmes et relever les défis !

Ce jeu de piste est à récupérer à l'Office de Tourisme d'Ax-les-Thermes



Le jeu des traces

A TOI DE JOUER !

Dans la neige tu peux apercevoir de multiples traces laissées par le passage des animaux, sauras-tu retrouver la trace associée à chaque animal ?



LE MESSAGE CODÉ

Remplace chaque symbole par la lettre qui lui correspond pour trouver la phrase cachée.

■ = A

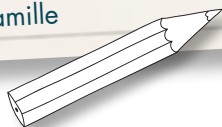
▲ = E

◼ = O

Le ressenti de tes vacances

Voilà une petite liste des activités que tu as certainement faites pendant tes vacances. Entoure le bonhomme qui convient pour savoir si tu as adoré, bien aimé, ou pas trop aimé ces activités.

- | | |
|---------------------------------------|-------|
| Construire un igloo | 😊 😐 😞 |
| Faire un bonhomme de neige | 😊 😐 😞 |
| Faire une bataille de boules de neige | 😊 😐 😞 |
| Glisser en luge | 😊 😐 😞 |
| Aller au club de ski | 😊 😐 😞 |
| Aller à la patinoire | 😊 😐 😞 |
| Faire un atelier fusée | 😊 😐 😞 |
| Prendre un bon goûter après le ski | 😊 😐 😞 |
| Explorer une grotte | 😊 😐 😞 |
| Voir les chiens de traîneau | 😊 😐 😞 |
| Passer du temps en famille | 😊 😐 😞 |



J ■ IM ▲ L ■ MONT ■ GN,
LORS J ▲ L ■ PR ■ T ■ G !



Pour avoir une montagne propre et agréable :

- **Je ne jette pas mes déchets par terre,** il y a des poubelles pour cela.

- **Je trie mes déchets, c'est encore mieux.**

Comme tu le sais, chaque couleur de poubelle a une utilité différente.


Alors prend ça comme un jeu et incite tes parents à faire le tri avec toi !!!



“En mode” été !

Préparez vos prochaines vacances d'été en Pyrénées Ariégeoises...





En été, la montagne se révèle luxuriante, prête à accueillir les curieux, les sportifs ou les contemplatifs. Elle s'offre à vous avec ses couleurs, ses paysages, ses habitants, son histoire et ses saveurs...

-La nature à l'état pur

Plus de 1 300 km de sentiers balisés à parcourir...



-La montagne sportive

Faites le plein de sensations !

Le 29/06/2024 : Arrivée de l'Ariégeoises, la cyclosportive des Pyrénées, à Ax 3 Domaines.

Le 14/07/2024 : Arrivée du Tour de France à la station de Beille



-La nature source de bien-être et de santé

D'une cure soignante à un repos bien mérité !



-Toute une histoire

Voyagez dans le temps à travers nos nombreux sites historiques et culturels...



-Nos vallées Ingénieuses

Visites techniques de nos industries.



LE CARNET D'ADRESSES



Retrouvez ici les détails pratiques et contacts dont vous aurez besoin au cours de votre séjour.



-Matériel ski et montagne.....	P55
-Domaines skiables.....	P56
-Divers sports d'hiver.....	P62
-Ça se visite l'hiver.....	P65
-Thermalisme, Santé et Bien-Être.....	P66
-Saveurs de nos montagnes.....	P68
-Commerces.....	P75
-Infos pratiques et contacts.....	P81
-Je voyage en camping car.....	P85
-Carte touristique.....	P87





MATERIEL SKI ET MONTAGNE



! Savez-vous où louer un porte bébé? Où laisser votre matériel de skis en fin de journée... Renseignez-vous auprès de notre équipe de conseillers en séjour.

AUTOUR D'AX-LES-THERMES

Ascou

- **Location Station**
Tél. : 05 61 64 28 86
www.ascou-ski.com

Ax-les-Thermes

- **Ax Multi-Gliss Intersport**
Résidence « Les Grands Ax »
Camp de Granou
Tél. : 05 61 05 71 10
www.intersport-rent.fr
- **Intersport**
8, Avenue Théophile Delcassé
Tél.: 05 61 02 96 70
www.intersport.fr
- **Poudre Blanche**
1, Place Roussel
Tél. : 05 61 64 34 95
www.poudre-blanche.fr

- **Ski Sensation Skimum**
3, Rue de L'Horloge
Tél. : 05 61 01 98 93
www.ski-sensation.fr
- **Ski Sensation**
2, Place St Jérôme
Tél. : 05 61 01 98 93
www.ski-sensation.fr

Vente de forfaits journée Ax 3 Domaines
chez vos loueurs !

Ax 3 Domaines Plateau de Bonascre

- **Atout Glisse - Skimum**
Immeuble le Roc Blanc
(Sous le Komo, face aux pistes)
Tél./Fax : 05 61 03 56 09
www.sport-location-ski.fr

- **Chamois Sports**
Tour des planes
Tél. : 05 61 01 38 14
www.location-ski-ax09.fr
- **L'Eterlou Sports**
Immeuble Eterlou
Tél. : 05 61 64 60 74
www.ski-ax.com

- **Gau Sport**
Résidence les Isards
Tél. : 05 34 14 65 79
www.gausport.com
- **Nikita Intersport**
Le Roc Blanc
Tél. : 05 61 02 06 81
http://location-ski-ax-les-thermes.notre-
sphere.com

- **Skiset Isard**
Résidence Les Isards 2 et 3
Avenue de Manseille
Tél. 05 61 66 97 16
www.skiset.com/station-ski/ax-les-
thermes

ESPACES NORDIQUES DE BEILLE - CHIOULA

- **Location station**
Tél. : 05 34 09 35 33
www.beille.fr

Les Cabannes

- **Le Petit Plateau**
Vente de forfaits journée Beille
La Bexane
Tél. : 06 42 42 84 35
www.vtt-location-ariège.com
- **La Beille Loc**
Vente de forfaits journée Beille
Lieu dit Saint Martin
Tél. 06 09 33 01 38
www.la-beille-loc.fr/

Le Chioula

- **Location station**
Tél. : 05 61 64 20 00
www.chioula.fr

Savignac-les-Ormeaux (1 km d'Ax-les-Thermes)

- **Intersport - Eskimo Sport**
R.N. 20
Tél. : 05 61 64 02 85
www.intersport-rent.fr

Vente de forfaits journée Ax 3 Domaines

AUTOUR DE TARASCON/VIGDESSOS

Val-de-Sos

- **Montcalm Aventure**
Location de raquettes et
matériel de montagne
Tél. : 05 61 05 19 37
www.montcalmaventure.com

Goulier Neige

- **Location Station**
Location de matériel de ski, chaussures,
casques, surfs, raquettes.
Tél. : 05 61 64 88 99
ou 09 88 66 59 48
www.goulier-neige.fr

DONEZAN

Mijanès

- **Location station**
Ski alpin, fond, snow, raquettes,
snowblade, luges et boutique
Tél. : 04 68 20 40 44
www.ski-mijanes.fr

Informations pratiques

Détails stations de ski



Vous connaissez le télépéage ?
Et bien la carte « No' Souci », c'est pareil !
C'est une carte à puce qui vous permet
de skier sans passer par la billetterie,
et donc de gagner du
temps de ski !



AX 3 DOMAINES

Ouverture du 02/12 au 01/04/2024

Bonascres, Saquet, Campels

CRÉATRICE D'ÉMOTIONS

1400m - 2400m

INFOS STATION

• **Contact station :**
Tél. : 05 61 64 20 06
www.ax-ski.com

PISTES

80 km pour 37 pistes :
9 vertes, 11 bleues,
10 rouges, 7 noires,
1 snowpark/border-cross
1 itinéraire piétons (3km)
1 piste de luge
2 espaces débutants

Free rando park:

2 itinéraires raquettes
4 parcours de ski de rando
2 zones freeride

REMONTÉES MÉCANIQUES ET ÉQUIPEMENTS

• **Télécabines 16 places**
d'Ax-les-Thermes à Ax 3
Domaines (Bonascres)

• Télécabines 6 places

d'Ax 3 Domaines (Bonascres)
au Saquet

• 7 télésièges :

2 débrayables 6 places, 2 fixes
4 places, 1 fixe 3 places, 2 fixes
2 places

• 8 téléskis

• 2 télécordes + 1 tapis roulant couvert
• 1 piste de luge

ESPACE ÉVOLUTION

Une zone sécurisée pour
apprendre le ski à son rythme



Le pied de pistes accueille les débutants
sur un espace sécurisé avec trois remon-
tées mécaniques pour débuter le ski.

• Tapis roulant couvert « bulle »
• Télécorde « Desman »
• Téléski enrouleur « Gypaète » avant
de vous lancer sur les pistes avec les
deux téléskis « Lisière » et « Lusclade ».
Sur la station, vous trouverez également un
espace gratuit dédié à la luge (non balisé,
non sécurisé), aménagé dans
l'aire de jeux à côté de la piscine d'été.

* L'accès aux remontées mécaniques d'un
enfant de moins de 5 ans sans la présence
d'un adulte est interdit.

** Sur la même transaction / L'Espace
Evolution est accessible si vous avez un
forfait de ski classique pour les pistes de la
station. Gratuit à partir de 16h.



 Tarifs Forfaits	 1/2 journée* de 9h à 13h ou à partir de 12h45	Journée
Adulte	38€	45€
Réduit (Juniors, Etudiants, Séniors)	31€	38€
Forfaits séjours (nominatifs, journées datées et consécutives)	2 jours	6 jours
Adulte	83€	229€
Réduit (Juniors, Etudiants, Séniors)	70€	193€
Forfaits Espace évolution	Espace luge (sans ski)	Avec ski (avec télécabine du Baou)
Adulte	5€	22€
Junior	5€	16€
Forfaits Piétons (Ax-Bonascres/Saquet)	1 jour	6 jours
Piéton Adulte	10€	51€
Piéton Junior	6,50€	33€

Offerts : - de 5 ans et + de 75 ans (sur présentation d'un justificatif d'âge)

Juniors : de 5 à 17 ans, Etudiants : jusqu'à 29 ans, un certificat de scolarité en cours de validité sera également demandé, Séniors : 65 - 74 ans, Offre famille -10% par personne, à partir de 4 forfaits payants sur la base de 2 adultes maxi et 2 juniors.

* Forfait 1/2 journée matin : achat d'un forfait journée et remboursement de la différence entre le prix de la journée et de la demi-journée et restitution du forfait avant 13h15 en billetterie.

• Assurance Ski : de 1 à 7 jours : 3,50€/jour.

NEIGE DE CULTURE

289 canons à neige (production de neige artificielle en heures creuses)

CONSIGNES À SKIS

Pour la journée : à côté de la salle hors sac « Petits Montagnards » à Bonascres Gratuit (fermeture du casier avec votre propre cadenas)

Pour la nuit : réservez votre consigne à skis : www.ax-ski.com ou directement aux caisses de la station.

Casiers équipés de sèche chaussures (jusqu'à 5 paires de ski).

Tarif : à partir de 12€ la nuit.

HORAIRES

Télécabine du Baou (Ax - Bonascres) : Tous les jours : 08h30 - 19h00

Télesiège du Lièvre Blanc :

Du lundi au vendredi, hors vacances scolaires : 09h00 - 16h00
Vacances scolaires : 09h00 - 16h45

Autres remontées mécaniques :

Tous les jours : 09h00 - 16h45 (ouverture progressive à partir de 09h00 et fermeture progressive à partir de 16h20). **Le télesiège Savis 2** fermera à 15h du lundi au vendredi, hors vacances scolaires.

QUELQUES CONTACTS

• ESF

Tél. 05 61 64 24 76

Réservation en ligne

www.esf.net

Cours collectifs et particuliers, jardin des neiges (3 et 4 ans)

• ESI d'Ax 3 Domaines

Tél. : 05 61 03 56 13

www.esi-ax.com

Cours collectifs et particuliers, jardin des neiges (4 à 6 ans)

• Snake-Gliss :

Tél. 05 61 01 90 62

www.guides-ariège.com

• Ski ClubAx

Ski alpin, free style, stage, handiski

Tél : 06 81 20 10 66

www.skiclubax.fr

• Snowboard Club Ax 3 Domaines

Snowboard, handiski et stage en février,

Tél. : 06 77 78 93 41

snowboardclubax3d@laposte.net

GARDERIE

Ax 3 domaines : 8h30 à 17h30 7/7

Accueil enfants de 4 mois à 5 ans révolus

Réservation uniquement en ligne :

www.ax.ski/fr/garderie

• Crèche multi accueil

Ax-les-Thermes : 7h45 à 18h15

Uniquement à l'heure

Tél. : 05 61 02 00 30

INFOS PRATIQUES

• **Matériel handisport** à la station sur réservation. Payant.

• **Ax 3 Domaines propose un itinéraire de ski de randonnée au départ du plateau de Bonascres.** Il permet d'accéder au sommet de la Tute à 2300 m d'altitude.

• **Location matériel, commerces, bar-restaurants...**(cf.carnet d'adresses)

• **Salle hors sac** (11h30 à 14h30)

• **Rail ou bus depuis Toulouse** deux formules simples rapides et économiques :

- En train : Skirail

<https://m.ter.sncf.com/occitanie/decouvrir/skirail>

- En bus : Journée glisse
Negoti : www.negoti.fr

• **2 Bornes de recharge électrique**

Sur le parking

• **Station de lavage et séchage**

Sur le parking

• **Webcams** pour la météo en direct

WIFI

Gratuit, connectez-vous à

WIFI_GRATUIT_AX,

30 min par jour pendant 15 jours

Plateau de Bonascres

(devant les caisses et espace évolution)

LE GRAND SECRET DES PETITS BONHEURS !

INFOS STATION

• **Contact station :**
Tél. 05 61 64 28 86
www.ascou-ski.com

PISTES

- **17 pistes :**
4 vertes, 5 bleues, 6 rouges, 2 noires
- **1 piste raquette** (4 km) hors domaine skiable, non sécurisé.
- **1 espace luge**
- **1 snowpark**

REMONTÉES MÉCANIQUES

ET ÉQUIPEMENTS

- **1 télésiège** 3 places
- **5 téléskis**
- **1 tapis roulant couvert** (pour luges et skieurs)

L'ESPACE DÉBUTANT

Qu'ils aiment dévaler la piste de luge tout au long de la journée, qu'ils découvrent le ski sur la piste d'initiation ou qu'ils aillent rejoindre le télésiège débutant de clairière, les débutants, petits ou grands, économiseront leurs efforts sur un espace toujours enneigé.

NEIGE DE CULTURE

44 canons à neige

INFOS PRATIQUES

- **Webcam** pour la météo en direct
- **Location de matériel** à la station
- **Restaurant - Cafétéria** avec terrasse
- **Salle hors-sac** en accès libre
- **Salle de jeu et de repos pour les enfants** en accès libre
- **Atelier de fartage**
- **Tables de pique-nique** en bordure des pistes
- **borne de recharge électrique** sur le parking



• **Cours de ski**
Cours collectifs et particuliers.
Tél. 05 61 64 28 86
(ESF et ESI d'Ax 3 Domaines)
contact@ascou-ski.com

• Ski Club Tarasconnais

• **La raquette à Ascou**, c'est
1 piste raquette en accès libre (4 km),
une location de raquettes à la station et
des sorties raquettes encadrées...

• Itinéraire rando. partagé

Au départ du parking de Mounégou, empruntez la piste damée, sécurisée, balisée accessible en raquettes et ski de randonnée. Cette piste vous permet de rejoindre le haut de la station, ses chalets et pour les plus sportifs le pic du Tarbésou.

ATELIERS DÉCOUVERTES

Venez voir la station de l'intérieur avec nos ateliers découverte des métiers de la montagne.

• Services remontées mécaniques :

Comment fonctionnent les remontées qui vous permettent l'accès aux pistes, et rencontrez le personnel.

• Service des pistes :

Cet atelier est divisé en 3 parties :
- Le métier de pisteuse secouriste
- Neige de culture : comment produit-on la neige, qu'est-ce qu'un snowmaker, comment fonctionne un canon ?
- Damage : l'intérêt du damage sur les pistes.

Réservation obligatoire

Tél. 05 61 64 28 86

Tarif : 40 € par groupe (10 à 20 personnes), pour une durée de 1h par atelier.
Créneaux horaires : 10h30 à 11h30 ou 13h30 à 14h30

TOUT AU LONG DE LA SAISON

Animations en pied de pistes :

compétitions, courses de luge, Pyrénées FM, Open d'Ascou...

RAIL DEPUIS TOULOUSE

Skirail : www.ter.sncf.com/occitanie/decouvrir/skirail/ascou


NAVETTE

Une navette gratuite est à votre disposition au départ d'Ax-les-Thermes jusqu'à la station !

Du 31/12/23 au 07/01/24 et du 11/02/24 au 25/02/24.

Savignac les Ormeaux 8h45/gare SNCF
Ax 8h50/ le Grand Tétraz 8h55/Ascou
9h05/Les Forges d'Ascou 9h10/Station
d'Ascou 9h25.

Retour : départ station 16h30

Tarifs Forfaits	 ANCV chèques-VALEANCES	1/2 journée *	Journée
Adultes		22€	25,50€
Réduits (Juniors, Etudiants, Séniors)		18€	21€
Forfaits séjours (nominatifs, journées datées et consécutives)		2 jours	6 jours
Adultes		47€	129,50€
Réduits (Juniors, Etudiants, Séniors)		39€	106,50€
Forfaits Espace Débutants		1/2 journée	Journée
2 téléskis + 1 tapis		1,50€	15€
Tapis			7,50€

Ouverture du 23/12 au 10/03/2024

GOULIER NEIGE

1500m/1850m
UNE STATION AUTHENTIQUE !



INFOS STATION

- **Contact station :**
Tél. 05 61 64 88 99
www.goulier-neige.fr
- **Horaires d'ouverture :**
10h/17h tous les jours
en vacances scolaires
Du mercredi au dimanche :
hors vacances scolaires

PISTES

8 km de pistes :
2 vertes, 2 bleues, 2 rouges, 2 noires

REMONTÉES MÉCANIQUES

3 téléskis et 1 télécorde

ESPACE LUGE

1 espace luge avec tapis roulant couvert.

NEIGE DE CULTURE

20 enneigeurs

INFOS PRATIQUES

- **Webcam** pour la météo en direct
- **Restaurant / Bar** avec vue panoramique sur la vallée
- **Salle hors-sac**
- **Aire de stationnement**
- **Location de matériel** à la station
- **Ecole de ski** à la station
- **Ski Club du Montcalm**
- **Forfait spécial ski de rando. :**
4,50€ une remontée

Tarifs Forfaits		1/2 journée	Journée
Adultes		17€	20€
Réduits (Juniors, Etudiants, Séniors)		15€	17€
Tapis luge			8,50€



MIJANES-DONEZAN

Ouverture du 23/12 au 7/03/2024

1530m/2000m

LA MULTI-ACTIVE !

INFOS STATION

- **Contact station :**
www.ski-mijanes.fr
Tél. : 04 68 20 40 44

Col de Pailhères fermé en hiver !

- **Horaires d'ouverture :**
10h/17h tous les jours
en vacances scolaires
Du mercredi au dimanche :
hors vacances scolaires

PISTES

- **15 pistes alpin**, 12km
4 vertes, 6 bleues, 3 rouges, 2 noires
- **1 piste luge « snakegliss »**
- **1 espace débutant**
- **1 espace luge gratuit**
- **1 espace nordique :**
1 verte, 2 bleues, 2 rouges, 1 noire :
15 km de pistes
- **3 itinéraires raquettes**
- **1 espace chiens de traîneau**

REMONTÉES MÉCANIQUES ET ÉQUIPEMENTS

- **4 téléskis**
- **1 télési ski snake-gliss**
- **1 tapis roulant couvert**

Forfaits ski alpin		1/2 journée	Journée
Adultes		19€	22,50€
Enfants (5 à 10 ans)		16,50€	17,50€
Juniors (11 à 18 ans) + Etudiants		17€	19€
Forfaits ski de fond		1/2 journée	Journée
Adultes et + de 16 ans		5,50€	6,50€
Enfants (6 à 16 ans)		4€	4,50€
Forfaits luge « snakegliss »			Journée
1 descente			3€
2 descentes			5€
5 descentes + 1 gratuite			11€
Forfait espace débutants			Journée
1 télési ski et/ou 1 tapis			8,50€

Offerts : - de 5 ans et + de 75 ans (sur présentation d'un justificatif d'âge). D'autres formules existent, demandez à la billetterie.

NEIGE DE CULTURE

14 canons à neige

INFOS PRATIQUES

- **Location de matériel et boutique**
Louez votre matériel de fond, pistes, raquettes ou luge, atelier fartage, petites réparations et espace boutique.
- **Webcam** pour la météo en direct
- **Snack Bar Restaurant**
dans une ambiance chaleureuse avec vue panoramique sur les pistes et l'espace débutant.
- **Salle hors-sac**
- **Ecole de ski à la station**
Cours collectifs et particuliers. Les cours collectifs se déroulent du dimanche au vendredi. A partir de 4 ans.
Tél. : 04 68 20 40 44

• Baptêmes en chiens de traîneaux « Husky évasion »

Balade au cœur de la forêt au rythme des chiens de Lise, la musheuse. Pen-
sez à réserver au minimum la veille !
Tél. : 07 88 87 57 89

• Ski club du Donezan :

Renseignements, inscriptions et stage ski
skiclub.donezan@gmail.com

• Nos amis les bêtes :

Les chiens doivent être tenus en laisse
sur le front de neige et sont interdits sur
l'espace nordique en raison de la pré-
sence des chiens de traîneau. D'autres
balades sont possibles avec eux, se
renseigner aux caisses.

Détails stations nordiques

BEILLE Ouverture prévisionnelle du 07/12 au 01/04/2024 TOUTE LA MONTAGNE SUR UN PLATEAU 1800m/2000m

INFOS STATION

• Contact station :

Tél. : 05 34 09 35 35
www.beille.fr

Suite à l'incendie du bâtiment d'accueil, des espaces modulaires seront mis en place cet hiver, afin de fournir un maximum de services.

INFOS PRATIQUES

• 13 canons à neige

• Location de matériel :

Alternatif, skating, alpin, raquettes, chaussures, bâtons seuls, luges, portes bébés. Prêt de luges nordiques handisports.

• ESF :

Tél. : 06 74 34 95 60

Cours collectifs et particuliers, nordic skicross, raquettes, handiski Biathlon - Jardin des neiges.

• Accueil Angaka :

Tél. : 05 61 01 75 60

www.angaka.com

Accompagnateurs en montagne, mushers (chiens de traîneau).

• Accueil location VTT Le petit plateau

Tél. : 06 42 42 84 35

• Restaurant (module)

• Salle hors-sac

• Webcam pour la météo en direct

• Crèche multi accueil :

Les Cabannes (16 km)

Tél. : 05 61 02 90 35

Réservation obligatoire

De 2 mois 1/2 à 6 ans.

du lundi au vendredi,
de 7h45 à 18h15.

• Boutique : vêtements, souvenirs, lunettes.

• Espace pique-nique

• 1 borne de recharge électrique

• **Animaux** acceptés, tenus en laisse courte, uniquement sur les pistes piétons et raquettes.

• **Vente de chaînes** au village de Les Cabannes.

• Ski rail

www.ter.sncf.com/occitanie/decouvrir/skirail/beille

• Navettes :

Tarascon > Aston > Gîtes de Beille Les Cabannes > Gare SNCF Les Cabannes > Beille :

vacances scolaires toutes zones et les week-ends et jours fériés.

Navette payante A/R

7,50 €/jour/adulte

6,50 €/jour/djeun's ou Pitchouns.

Règlement à la billetterie de Beille.

Gratuit pour les moins de 3 ans.

• Ski Club de Beille

Tél. : 06 74 34 95 60

skiclubdebeille.com

LE + DE BEILLE :

Le ski alpin en initiation (télési école)

SKI NORDIQUE, RAQUETTES ET MARCHÉ

A chacun son plaisir !

Quel que soit votre niveau, venez profitez des pistes de Beille :

21 parcours de ski nordique.

4 parcours de raquettes.

2 pistes piétons

2 espaces de biathlon

LE + : possibilité d'acheter votre forfait dans les locations de ski à Les Cabannes + vente en ligne.



Tapis luge roulant couvert, un concept unique dans les Pyrénées, une galerie totalement transparente de plus de 90 m de long dominant les pistes de luge... Le tapis est fermé entre 12h et 13h du lundi au vendredi hors vacances scolaires.

4 pistes de luge

SKI ALPIN

Beille dispose d'un télési-école. Petite piste parfaite pour les débutants et les premières sensations de vitesse. Matériel disponible à la location.

BIATHLON

Du ski et du tir à la carabine... Découvrez une activité qui combine aspect physique et concentration. Imitiez nos champions et appréciez l'univers du biathlon encadré par des professionnels. ESF au 06 74 34 95 60.


TOUT AU LONG DE LA SAISON

• Animations en pied de pistes :

Compétitions, courses de luge, concours... Retrouvez les animations de la station sur www.beille.fr et à l'Office de Tourisme.

Etape du **TOUR DE FRANCE 2024**
RDV le 14 juillet.



Forfaits journée Beille/Chioula		Beille/Le Chioula Ski nordique	Beille/Le Chioula Raquettes	Beille Luge	Le Chioula Luge
Adultes + 16 ans		12,50€	8,70€	8,70€	6,50€
D'jeuns (6 à 15 ans), Etudiants, Séniors		10,80€	8,10€	8,10€	6€
Pitchouns (3 à 5 ans)		6,50€	6€	6€	3,80€
Familles 2 adultes + 2 D'jeuns		43,20€	32,40€	32,40€	24€

Le +: possibilité d'acheter votre forfait dans les locations de ski à Les Cabannes et vente en ligne.

CHIOULA

Ouverture du 23/12 au 17/03/2024
STATION NATURE 1240m/1650m



• **1 parcours piétons :**

Le signal 2km

INFOS PRATIQUES

• **Location de matériel :**

alternatif, skating, raquettes, luges, chaussures.

• **Webcam** pour la météo en direct

• **ESF :**

Tél. : 06 74 34 95 60
sur réservation.

• **Tir Biathlon**

ESF – Tél. : 06 74 34 95 60
sur réservation.

• **Restaurant La Marmotte Toquée :**

Tél. : 05 61 03 18 71

• **Salle hors-sac**

• **Espace pique-nique**

• **Balades en raquettes accompagnées**

sur réservation auprès des accompagnateurs voir P. 62

• **Table d'orientation**

au Signal du Chioula (2km à pied).

• **Crèche multi accueil :**

Ax-les-Thermes (à 20 min)
Tél. : 05 61 02 00 30
Réservation obligatoire.
De 2 mois 1/2 à 6 ans
De 7h45 à 18h15

• **Balades en chiens de traîneau avec Terre Sauvage**

Tél. : 07 69 43 56 06
www.terre-sauvage.org

INFOS STATION

• **Contact station :**

Tél. : 05 61 64 20 00
www.chioula.fr

• **Horaires d'ouverture :**
9h/17h

PISTES

• **Pistes ski nordique :**

13 parcours (niveau débutant à confirmé). À chacun son plaisir !

• **Pistes raquettes :**

4 parcours

DIVERS SPORTS D'HIVER



Free-ride, randonnée à ski et raquettes

GUIDE DE HAUTE MONTAGNE

Baptiste Sicre
(Guide de haute montagne)
Tél. : 06 08 76 78 49
www.guidemontagne.com

ACCOMPAGNATEURS EN MONTAGNE

Ariège Evasion
Tél. : 05 61 05 11 11
www.ariège-evasion.com

Angaka
Tél. 05 61 01 75 60
www.angaka.com

Bureau des Guides Ariège-Pyrénées
Tél. : 05 61 01 90 62
06 84 59 20 63
www.guides-ariège.com



ESF
Tél. : 05 61 64 24 76
www.esf-ax.com



ESI
Tél. : 05 61 03 56 13
www.esi-ax.com

Le Dahu Ariégeois
Tél. : 06 02 35 81 41
www.dahu-ariégeois.fr



Montagne Passion
Tél. : 06 76 41 73 34
www.montagnepassion.com

Montcalm Aventure
Tél. : 06 81 01 16 49
05 61 05 19 37
www.montcalm-aventure.com



Planet-Rando
Tél. : 06 81 62 70 49
www.planet-rando.com

Les Sentiers de Babeth
Tél. : 06 14 07 26 69
www.lessentiersdebabeth.com



Sibelle Escapade
Tél. : 06 75 50 85 60
www.sibelle-escapade.com



Xavier Phan (Donezan)
Tél. : 06 67 22 21 96
randoxp@gmail.com



Cascade de glace

Les sites d'escalade de glace en Ariège vous permettront en compagnie d'un guide et en toute sécurité de préparer les plus belles ascensions dont vous rêvez tant !

Baptiste Sicre
(Guide de haute montagne)
Tél. : 06 08 76 78 49
www.guidemontagne.com

Bureau des Guides
Tél. : 05 61 01 90 62
www.guides-ariège.com



Glissez en chenille / snakegliss

Bureau des guides
Sur la station Ax 3 Domaines, venez vivre une expérience inoubliable !



À bord d'un train de luges, l'équipage découvre le plaisir de la glisse. Glisse, sensations inédites et fou-rire.
Tél. : 05 61 01 90 62
www.guides-ariège.com

"Snake-Gliss" libre à Mijanès

Descendez en autonomie grâce à la remontée et pistes dédiées spécialement à cette activité ! A tester les après-midis, à plusieurs pour une avalanche de rires !
Station Mijanès
Tél. : 04 68 20 40 44

TRAIL BLANC

Adapter sa foulée et ses appuis sur neige.

Le Dahu Ariégeois
Tél. : 06 02 35 81 41
dahu-ariégeois.fr

Pyrénées Excursions
Tél. : 06 25 49 86 24
www.pyrenees-excursions.fr



Encadrement Vélo

A partir d'avril

Orrijoie
Tél. : 07 69 59 14 03
www.orrijoie.com

Encadrement Gravel Bike

Pyrénées Excursions
Tél. : 06 25 49 86 24
www.pyrenees-excursions.fr

VTT sur neige

Bureau des Guides

Grâce aux remontées mécaniques de la station de ski d'Ax 3 Domaines, nous profitons d'une descente de plus de 600 mètres de dénivelé.

En soirée à partir de 16h rendez-vous aux caisses à Bonascre.

Tél. : 05 61 01 90 62

www.guides-ariège.com



Le Petit Plateau

Sur le plateau de Beille

Tél. : 06 42 42 84 35

<https://www.vtt-location-ariège.com/>



Location vélo/VTT

LES CABANNES

Le Petit Plateau

Tél. : 06 42 42 84 35

<https://www.vtt-location-ariège.com/>

TARASCON-SUR-ARIÈGE

Kilomètre Zéro/Terre de Sports

Tél. : 06 17 98 18 80/06 80 56 70 46

<https://kilometrezeroterredesports.lokki.rent/>

VAL-DE-SOS

Montcalm Aventure

Tél. : 05 61 05 19 37

www.montcalm-aventure.com



Trottinette électrique

Trotte Occitanie

Balade accompagnée en trottinette électrique tout terrain à Auzat.

A partir de 12 ans

Tél. : 06 16 25 29 04

www.trotte-occitanie.com



Spéléologie



Ariège Evasion

Tél. : 05 61 05 11 11

www.ariège-evasion.com

Bureau des Guides

Tél. : 05 61 01 90 62

www.guides-ariège.com



Caverne & Canyon

Tél. : 06 27 17 57 04

www.cavernecanyon.com

Ici et Ailleurs

Tél. : 06 01 63 32 25

<https://icietailleurs.site>

Montcalm Aventure

Tél. : 05 61 05 19 37 /

06 81 01 16 49

www.montcalm-aventure.com



Objectif speleo & canyon

Tél. : 06 08 95 49 93

www.objectif-speleo.fr

Sibelle Escapade

Tél. : 06 75 50 85 60

www.sibelle-escapade.com



Spéléo Canyon Ariège

Tél. : 06 30 31 24 52

Speleo-canyon-ariège.com

Vertikarst

Tél. : 06 88 73 81 72

www.vertikarst.fr



Via ferrata

Via ferrata du Vicdessos .

Une arête sud, niveau facile à peu difficile (2h à 4h).

Une arête nord, niveau assez difficile (2h30 à 4h)

www.montcalm-aventure.com

Sans accompagnateur : Accès payant, location du matériel obligatoire.

Montcalm Aventure

Tél. : 05 61 05 19 37

www.montcalm-aventure.com

Dans les étoiles



AX 3 DOMAINES ET LE CHIOULA

Le Ciel et Vous

Partez à la découverte de l'univers et des étoiles, guidés par notre médiateur sciences, passionné et pédagogue.

Tél. : 06 49 28 10 37

www.lecielenvous.wixsite.com

VAL-DE-SOS

Arborescence

Vers l'infini et au delà !

Partez à la découverte des étoiles de jour comme de nuit !

Tél. : 06 89 62 74 83

www.photoastro.com

Promenades et randonnées équestres

AUZAT

Les Ecuries du Montcalm

Tél. : 06 71 79 94 96

www.centreequestredauzat.com

ALLIAT

Les longues pistes

Tél. : 05 61 05 98 58

www.leslonguespistes.com



BEDEILHAC ET AYNAT

Chevauchées Sauratoises

Le ferme équestre de Thomas et Elsa

Tél. : 06 29 37 59 34

<https://www.chevalrando-ariège-pyrenees.com/>

DONEZAN

Ranch du Madres

Tél. : 06 78 31 33 52

www.leranchdumadres.fr

Balades avec des animaux

UNAC

La Ferme aux Ânes

Tél. : 06 85 34 20 22

www.la-ferme-aux-anes.com

SALEIX

La Ferme des lamas

Ouvert en toute saison sur RDV.

Tél. : 05 61 03 19 80

www.lamasdespyrenees.fr



Chiens de traîneau, cani-raquettes et cani-marche

(Réservation conseillée)

BEILLE

Angaka

Tél. : 05 61 01 75 60

www.angaka.com

CHIOULA/MASSAT

Terre Sauvage

Tél. : 07 69 43 56 06

www.terre-sauvage.org

MIJANÈS-DONEZAN

Husky Evasion

Tél. : 07 88 87 57 89

www.huskyevasion.fr

Ski-joëring

Il s'agit d'allier glisse et cheval en se faisant tracter, à skis, ou pourquoi pas en snow, derrière un cheval ou un poney. Une pratique originale pour faire le plein de sensations sous la neige.

BEILLE

Angaka

Tél. : 05 61 01 75 60

www.angaka.com

MULTI-ACTIVITÉS

Boulodrome couvert

AUZAT

Ouvert tous les mardis et jeudis de 17h à 20h.

Droit d'adhésion

AX-LES-THERMES

Au Parc du Casino

TARASCON-SUR-ARIÈGE

Avenue du Moulin Neuf

Escalade en salle

A Belcaire et Auzat

Parcours de santé

DONEZAN

Parcours de santé autour de la retenue d'eau de Noubals (entre Mijanès et Artigues).

Circuit sportif.

AX-LES-THERMES

Départ au Square Delcassé

En bordure de la rivière de l'Ariège en direction de Savignac les Ormeaux.

LUZENAC

Au camping «Le Castella», circuit sportif

ORNOLAC -USSAT-LES-BAINS

Parc thermal

VAL-DE-SOS

Ce parcours de 800 m est situé à l'entrée du Village de Vicdessos près de l'aire de camping-cars.

Patinoire

AX-LES-THERMES

Entre amis, en famille... prolongez les plaisirs de la glisse au parc du Casino sous la halle.

Ouverture : 23/12/23 au 10/03/24

Vacances scolaires et jours fériés :

tous les jours de 14h à 20h

Hors vacances scolaires : mercredi/

samedi/dimanche : de 14h à 20h

et le Vendredi : 16h à 20h.

Accès 2h sans location de patins : 3,50€

Accès 2h avec location de patins : 5€



Paintball

Attractive Paintball

L'équipe Attractive Paintball se fera un plaisir de vous accueillir sur son site de 2,5 hectares de forêt sur les hauteurs de Tarascon-sur-Ariège, où nous vous ferons découvrir le paintball en toute convivialité tout au long de l'année...

Age minimum : 12 ans.

(Réservation obligatoire.)

Tarascon-sur-Ariège

Tél. : 06 72 23 50 55

www.attractive-paintball.com



Piscines couvertes

A Foix et au Pas de la Case (Andorre)

Terrains omnisports

(City stade)

Arignac, Mercus, Tarascon-sur-Ariège, Auzat, Savignac les Ormeaux, Ax-les-Thermes, Quérigut.

Tennis

AUZAT

A la plaine des sports

Réservation au camping

Tél. : 05 61 64 84 46

AX-LES-THERMES

Tennis Club Axéen Ecole et stages...

Luc Vignolles (BE) Tél.: 06 79 65 18 74

MERCUS

1 court intérieur -

Tennis club Tél. : 06 87 31 28 77

TARASCON-SUR-ARIÈGE

Tennis Club

Tél. : 06 04 52 38 60

Skate parc

AX-LES-THERMES

Pour les amoureux de la glisse, toute l'année au parc du Casino.

Accès libre.

ÇA SE VISITE L'HIVER



Possibilité de réserver à l'Office de Tourisme.



Grotte de Niaux

Niaux

Réservation obligatoire.

Pour conserver ces œuvres vieilles de 14 000 ans et maintenir l'accès au public, le nombre de personnes et la durée des visites sont limités. Ouverture : à l'année.

Tarifs : Adulte : 15 € ;

Enfant/jeune de 5 à 17 ans : 11 €

Etudiant (- de 26 ans) : 12€

Pass famille (2 adultes + 2 enfants) : 45,50 €.

Visites possibles en anglais.

Tél. : 05 61 05 10 10

www.sites-touristiques-ariège.fr

Grotte de Lombrives

RN 20 - Ussat-les-Bains

Info, réservation et horaires d'ouverture disponibles sur le site internet.

Visite guidée de 2h et autres durées.

Ouverture : à l'année.

Tarifs : Adulte : 12€ ;

Enfant (moins de 12 ans) : 8€

Tarif réduit : 10€.

Pass famille (2 adultes + 2 enfants) : 34€.

Petit train : 2€

Réservation en ligne.

Tél. : 06 49 44 45 00

www.grottedelombrives.com

Rêve et Magie du Rail

Tarascon-sur-Ariège

Faites immersion dans le monde merveilleux de la miniature et laissez-vous surprendre par une animation son et lumière...

Ouverture : Suivant le calendrier des vacances scolaires, les dates et horaires à consulter sur le site internet.

Tarifs : Adulte : 6€

Enfant (de 5 à 15 ans) : 3,50€

Gratuit pour les moins de 5 ans.

www.rma-revemagiedurail.com

Tél. : 05 61 05 94 44 / 06 78 76 31 67

Maison des Patrimoines / Le Barri

Auzat

La Maison des Patrimoines accueille des expositions permanentes et temporaires sur l'histoire de la Vallée d'Auzat et du Vicdessos.

Une scénographie moderne présente les caractères forts de cette histoire à travers les patrimoines et les paysages que vous pouvez admirer aujourd'hui. Elle est également Maison du Parc Naturel Régional des Pyrénées Ariégeoises.

Entrée écomusée : visite libre, gratuit.

Conférences et animations.

Ouverture : du mercredi au dimanche de 14h à 18h pendant les Vacances.

Tél. : 05 61 02 75 98

www.patrimoines.hauteariege.fr

Le Moulin de Sinsat

RN 20 - Sinsat

Un moulin d'en l'air du temps : symbole de la vie rurale d'autrefois est parfaitement conservé.

Ouvert tous les jours de 10h à 12h30 et 15h à 18h30 sauf le dimanche

Tél. : 05 61 64 37 45

Le centre historique Jean Duvernoy

Montaillou

Abrite les objets trouvés et répertoriés lors des campagnes de fouilles menées sur le site de l'ancien château de Montaillou. La Période cathare est abordée grâce aux découvertes des fouilles effectuées plusieurs décennies auparavant et une maquette à grande échelle.

L'exposition évoque la vie des habitants avec les objets du quotidien et l'économie marchandes, l'alimentation et le terroir.

Ouverture : tous les week-ends et tous les jours pendant les vacances scolaires.

L'entrée du musée est gratuite.

Horaires : 9h à 19h.

Tél. : 04 68 20 31 91

Château de Montaillou,

Site témoin cathare

Sur le plateau "castral" qui domine le village se dressent les vestiges du château des seigneurs d'Allion, remaniés par les comtes de Foix (dans les années

1260 – 1270) qui se l'approprient en 1256 après la chute de Bernard d'Allion pour cause d'hérésie...

Les restes d'une maison "aristocratique" ont été mis à jour par l'archéologue Jean-Paul Cazes lors des fouilles de 2000 à 2002. On peut également voir les restes des murs de fortifications entourant le donjon seigneurial.

Le château d'Usson

Et sa maison du patrimoine

Rouze

Forteresse cathare en Donezan.

Découvrez les vestiges de ce château au passé cathare, demeure des anciens seigneurs de Cerdagne et de Foix, surplombant la vallée de l'Aude et protégeant le pays du Donezan.

Ouverture : selon enneigement (nous contacter).

Tél. : 04 68 20 41 37

www.patrimoines.hauteariege.fr



Château de Quérigut

Quérigut faisait face aux invasions venues du Capcir : construit à la fin du 12ème siècle par les vassaux du roi d'Aragon, il a été à plusieurs reprises, attaqué par les espagnols qui le rendirent irréparable à la fin du 17ème siècle.

Accès libre et gratuit du château.

Château de Miglos

Visite aux abords du château et table d'orientation.

www.chateau-miglos.fr

Château de Montréal-de-Sos

Village d'Olbier - Auzat

Visite des ruines du château en accès libre. Table d'orientation avec vue sur la haute vallée du Vicdessos.

THERMALISME SANTE ET BIEN-ETRE



Cure pratique

AX-LES-THERMES

Une station thermale ouverte toute l'année pour la cure.

L'accueil thermal est ouvert du lundi au vendredi de 8h à 12h30 et de 13h30 à 17h30.

Indications Thérapeutiques

- ORL
- Rhumatisme
- Voies respiratoires

Renseignements - réservation :

Tél. : 05 61 65 86 60

www.thermes-ax.com

Le thermalisme s'adresse aussi aux enfants

Sur un organisme en pleine croissance, l'effet réellement curatif d'une cure thermale empêchera bien souvent une pathologie de devenir chronique.

Le thermalisme est aussi adapté au soin de l'enfant. A Ax-les-Thermes, il est principalement indiqué pour traiter l'asthme, les otites...

USSAT LES BAINS

Station thermale

Saison 2024 : du 25 mars au 23 novembre

Indications Thérapeutiques

- La Neurologie
- Spasmodie, fibromyalgie, maladie de Parkinson, sclérose en plaques
- Les Affections Psychosomatiques
- États dépressifs, stress, troubles du sommeil, Burn-Out...
- Covid long
- La Gynécologie

Renseignements - réservation :

Tél. : 05 61 02 20 03

www.thermes-ussat.fr

Bien être en eau thermale

CENTRE THERMOLUDIQUE À AX-LES-THERMES

« LES BAINS DU COULOBRET »

Bien-être et détente au cœur d'anciens thermes romains...

Ouverture : Haute Saison

Vacances scolaires toutes zones (sauf Vacances de Pâques)

Lundi au vendredi 10h - 19h30

Samedi 10h - 20h30

Dimanche 10h - 19h30

Ouverture : Basse Saison

Lundi au Vendredi 14h - 19h30

Samedi 10h - 20h30

Dimanche 10h - 19h30

Les enfants sont admis à partir de 5 ans avec justificatif d'identité. De 5 à 15 ans, ils doivent être accompagnés d'un adulte et n'ont pas accès au 1er étage.

Tél. : 05 61 02 64 41

www.bains-couloubret.com

Aquagym : aux Bains du Couloubret, pensez à réserver !



Bien être

PLANET RANDO

Professeur de Hatha Yoga

Chrystel vous attend pour une pratique du Hatha Yoga douce et dynamique à la fois. Praticienne en soin Reiki, en massage ayurvédique et en soin sonore aux bols chantants Tibétains. Sur rendez-vous.

26, Avenue du Général de Gaulle

Ax-les-Thermes

Tél. : 06 81 62 70 49

HATHA YOGA ET YIN YOGA

Un vrai moment pour soi où l'individu tranquillement installé dans la posture se place en observateur à la fois de son propre corps et de son mental.

Avec Caroline, profiter du massage des 5 continents grâce à sa propre énergie issue du déroulement et de l'approche de ses séquences, détient la capacité de réunir plusieurs techniques du monde. Propose la réflexologie Amérindienne Spirituelle. Sur rendez-vous.

26, Avenue du Général de Gaulle

Ax-les-Thermes

Tél. : 07 86 30 50 66

LE PLEIN DE CONSCIENCE

Venez pratiquer la pleine Conscience avec Julien et ses pratiques méditatives. La pleine conscience est l'art de diriger intentionnellement son attention sur le moment présent, de manière accueillante et bienveillante.

Faire rentrer son souffle dans notre vie, c'est apprendre à tisser les liens vers une meilleure santé, trouver un espace au milieu des tempêtes physiques ou psychologiques. La méditation nous aide à clarifier, apaiser et harmoniser notre corps et notre esprit. Sortir du pilote automatique c'est avant tout se redonner le choix de nos actes et se libérer de nos tendances habituelles.

L'Orri des Colibris - Tignac

Tél. : 06 85 57 13 20

SOPHROLOGIE CAYCÉDIENNE

Une méthode efficace pour découvrir et installer au plus profond de soi, une façon de vivre positive et constructive. Pascal vous propose des séances individuelles ou collectives sur différents thèmes.

Tél. : 06 83 35 62 87

www.zenaventure.com

PHYTORÉFLEXOLOGIE



Un moment de relaxation unique au cœur d'un jardin vivant et au pied des montagnes.

Mélanie vous accueille et vous donne RDV au Salon «Entre Gaïa et l'Essentiel» avec la réflexologie plantaire, les massages bien-être associés, des entretiens personnalisés en phytominéralogie (Herboristerie familiale) et des ateliers de phytocosmétique.

Surba

Tél. : 06 70 13 32 48

www.gratteronetchaussons.fr

CONVIVIALITÉ VÉGÉTALE

Cécile vous invite à prendre soin de vous grâce aux pouvoirs insoupçonnés des végétaux.

Ateliers utilisation de plantes sauvages, sylvothérapie, impressions végétales, réalisation d'encens et bâtons de fumigations, massage...

Bouan

Tél. : 06 28 23 64 60

<https://www.convivialitevegetale.com/>



LES BAINS DE BONASCRE

Venez vivre une expérience inédite, envie de chaleur, relaxation, convivialité en plein air dans «Les Bains de Bonascre».

Les Bains nordiques et le sauna de plein air sont chauffés au feu de bois et se situent au pied de la station de ski Ax 3 Domaines sur le plateau de Bonascre.

Réservez votre bain pour un moment ou une soirée scandinave en famille ou entre amis !

Pensez à prendre vos peignoirs, serviettes et sandales. Nous vous attendons pour une expérience à partager !

Sur réservation

Tél. : 07 67 11 39 46



ESPACE RELAXOWANG

Profitez d'un massage chinois avec **Martial Wang**. Un massage habillé couché comme en Chine, recouvert d'un drap pur coton.

Le massage est différent selon l'âge de la personne :

- Soulage les douleurs de dos, musculaires, douleurs dans les jambes, constipation, grosse fatigue, stress oxydatif..

- Monsieur Martial Wang Intervient en prévention du grand âge (le massage + atelier gratuit de 20mn aux plus de 60 ans).

- Préparation et récupération sportive, pré et post accompagnement chimio avec avis médical.

- En complément d'une cure.

Ouvert du mardi au samedi de 14h à 21h toute l'année et sur réservation (dernier RDV à 20h).

6, Rue Marcaillou

Ax-les-Thermes

Tél. : 05 61 01 65 06

Coiffure

AX-LES-THERMES



COIFFURE MIXTE MARIELLE

Ouvert sur rendez-vous toute l'année de 9h à 12h et de 14h à 18h.

Sur rendez-vous entre 12h et 14h

Vente de produits

6, avenue Delcassé

Tél. : 05 61 64 28 18

Esthétique

AX-LES-THERMES

LES FÉES DU BIEN-ÊTRE

Institut de beauté bio et bien-être.

Massages Sportif, enfants, femmes enceintes - Soins du visage et du corps. Produits Dr Hauschka - Soins à domicile. Ouvert du lundi au samedi de 9h à 19h30 sur rendez-vous

28, Rue F. Mansard

Tél. : 06 75 74 65 70

www.les-fees-du-bien-etre.com



DESTINATION BEAUTÉ

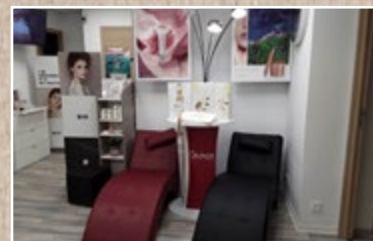
Institut de beauté & spa

Soins du visage & corps , Aquabiking, Balnéothérapie, Hammam privatif.

Ouvert du lundi au samedi de 9h à 12h30 et 14h à 19h sur rendez-vous.

Route d'Orgeix

Tél. : 06 15 70 46 38



ESPACE "SOTHYS"

aux Bains du Couloubret

Vivez un moment de détente absolue avec leur gamme de soins du visage et du corps.

Sur réservation

Promenade Paul Salette

Tél. : 05 61 02 64 41



SAVEURS DE NOS MONTAGNES



Produits du terroir



Le Rucher du Montcalm

Village de Marc

Miels médaillés au concours agricole de Paris et aux concours régionaux.

A Vicdessos, nous vous accueillerons au magasin situé **44 grande rue**. Vente de miels de montagne (rhododendron, bruyère, pissenlit, ronce, tilleul...). Produits transformés, nougats noir, pain d'épices, croquants aux amandes ou noisettes et un caramel au miel, chocolat, beurre salé, le Chocamiel. Produits dérivés de la ruche. Dégustation offerte.

Tél. : 06 14 83 48 84

www.rucherduMontcalm.com



Le Rucher de Saleix

Miellerie et boutique vous attendent dans le beau village de Saleix. Vous y trouverez

du miel de montagne, pain d'épice, nid d'abeilles, savons, paniers cadeaux). Nos ruches se trouvent dans la vallée du Vicdessos que nous déplaçons au gré des floraisons.

Tél. : 06 32 28 88 98

Ferme du Far

Auzat

Marijke et Romain élèvent avec passion des vaches Highland Cattle.

La Highland est originaire des Hautes Terres d'Ecosse, et se caractérise par ses longues cornes en forme de lyre et son long pelage qui peut être de différentes couleurs. La Ferme du Far, du nom du Pic du Far situé derrière l'exploitation.

Ils proposent régulièrement de la viande maturée et de la charcuterie 100% pur bœuf en colis et au détail.

Les colis sont prêts à des dates prédéfinies et à récupérer directement sur l'exploitation ou livrés à domicile selon secteur.

Tél. : 06 73 45 15 49

<https://facebook.com/fermedufar>

Ferme Gaec Les Vieux Prés Saurat

Romain et Christine, deux jeunes paysans installés sur une petite ferme de montagne. Production de tommes de vache Bio au lait cru ainsi que d'autres produits laitiers selon la saison.

Notre troupeau se compose de vaches de races Brune des Alpes et Montbéliarde.

Nous transformons l'intégralité du lait de nos vaches sur la ferme et affinons plusieurs mois nos fromages en cave avant de les proposer à la vente.

Nos valeurs :

- promouvoir les petites fermes de montagne et un élevage naturel
- prioriser le bien-être animal
- alimenter nos vaches de façon simple et saine (BIO)

- maîtriser la qualité : élevage, traite, transformation, affinage et vente

Tél. : 06 78 52 91 79

Hypocras, apéritif médiéval

Tarascon-sur-Ariège

Aujourd'hui, grâce à la famille Séguélas, Hypocras est fidèle à sa recette médiévale et 100% naturel. Hypocras est le résultat d'une savante alchimie qui met en œuvre des plantes, des épices et du vin.

Vente Hypocras et dérivés (gelée et pépites). Ouvert du mardi au samedi, de 15h à 19h.

Profitez également sur place d'une présentation détaillée du produit.

1 bis, Rue Croix-de-Quié

Tél. : 05 61 05 60 38

www.hypocras.com

Bière Artisanale "Destral"

Tarascon-sur-Ariège

Destral est une brasserie fondée en Ariège, dans les vallées du tarasconnais, par quatre gaillards du pays, des profils et des parcours différents mais une seule aspiration: façonner les richesses et les éléments de leur terroir.

A force de recherches et de persévérance, ils apprennent à maîtriser leur art: les 4 apprentis ont forgé 3 bières qui leur semblent et fondamentalement singulières.

Destral développe le local et les réseaux

de proximité en s'inscrivant dans une démarche responsable, éthique.

Bière non filtrée, brassée dans le respect des valeurs traditionnelles et locales.

3 bières : Blonde, Black, Citra.

11, Avenue de la République

Tél. : 06 34 27 47 09

Les Trésors de Pyrène

Tarascon-sur-Ariège

Delphine permet aux passionnés et aux curieux de découvrir tout ce que le terroir peut proposer de plus beau : des vins d'exception au foie gras, en passant par les confitures et les biscuits, sans oublier l'artisanat local, tout passe par ce lieu qui est devenu l'épicentre du fruits de nos producteurs régionaux !

6, Avenue de la République

Tél. : 05 61 65 69 02

<https://tresorsdepyrene.com/>

Les Biscuits du Moulin

Sinsat

La biscuiterie artisanale du Moulin crée des biscuits inédits, ignorant additifs et conservateurs et vous offre le vrai luxe de la simplicité. Boutique dégustation. Création de biscuits personnalisés.

RN20, Le Moulin de Sinsat

Tél. : 05 61 65 3745

www.lesbiscuitsdumoulin.com

La Maison Lacube

Les Cabannes

Mangez et buvez local... C'est un régal...

En direct de notre ferme et de producteurs locaux, notre approvisionnement vous garantit une alimentation locale, saine et éthique : Viande au détail de bœuf, veau et porc noir nés et élevés en Ariège. Fromages et produits laitiers Ariégeois et Pyrénéens, pâtés et charcuteries (sans ovni alimentaire dedans !), biscuits, miels et confitures de montagne, bières artisanales au goût d'ici, boissons locales sans colorant ni conservateur, cave à vin en direct de petits vigneron.

Place des Platanes

Tél. : 05 34 09 09 09

www.lamaisonlacube.fr

Saveurs de nos Montagnes

Ferme aquacole des chutes d'Aston

Les Cabannes

La Pisciculture des Chutes d'Aston est spécialisée dans l'élevage de truites dans les eaux fraîches de la vallée d'Aston. La qualité de l'eau directe de la montagne apporte des vertus naturelles aux truites issues de la ferme aquacole. Votre pisciculteur ne vous propose que des produits issus de production artisanale. Retrouvez l'intégralité de la gamme de produits frais, fumés et en conserves direct producteur. Ouvert toute l'année

Lieu-dit Saint Martin

Tél. : 05 81 29 81 68

www.truites-aston.fr

Conserverie BEAUCOUP

Les Cabannes

"Beaucoup" producteur de gourmandise ! Depuis 1999, BEAUCOUP développe des recettes originales, orchestrant avec gourmandise les produits de saison. De beaux fruits cueillis à maturité issus de l'agriculture biologique, juste ce qu'il faut de sucre et un soupçon de poésie : BEAUCOUP réenchante la confiture au chaudron de cuivre. Des confitures créées et cuisinées à Les Cabannes, en vente en épicerie fine et dans les bonnes librairies !

Douceurs fruitées, marmelades d'hiver, saveurs régionales.

73, Rue Principale

Tél. : 06 88 67 16 31

www.beaucoup.fr

La Boutique de la Ferme

Ax-les-Thermes

Boutique de produits du terroir Ariège Pyrénées, Laurent et Nathalie vous proposent des produits issus du circuit court. C'est à dire approvisionnés auprès des producteurs, fermiers, agriculteurs et artisans de notre belle Ariège et des départements alentours pour vous garantir la meilleure qualité. Agriculture raisonnée, élevage en montagne, circuits courts et qualité sont les maîtres mots.

Dégustations : toute l'année.

Place du Breilh

Tél. : 05 61 01 54 63

www.laboutiquedelafirme.com

Saveurs de moun Païs

Ax-les-Thermes

Face au centre thermoludique, épicerie fine, produits régionaux, produits bio, produits du Terroir, thé, infusions BIO, comestique BIO, cadeaux gourmands, plateau raclette.

Ouvert tous les jours de 10h à 19h sauf le lundi hors vacances scolaires.

3, avenue Théophile Delcassé

Tél. : 06 68 27 83 36

La Ferme de la Cabaillère

Prades



Vente directe de viande bovine du producteur au consommateur. La montagne, le vrai goût, un élevage 100% pyrénéen !

La ferme est située sur la commune de Prades, à 1250 mètres d'altitude au cœur des Pyrénées Ariégeoises.

Pierre HENRICH produit de la viande de bœuf et de veau biologique de race Limousine, 100% naturelle.

Il élève ses vaches selon le cahier des charges de l'Agriculture Biologique en zone de Haute Montagne.

Pour vos commandes, rendez-vous sur le site internet !

Tél. : 06 87 73 59 37

www.viandebiopyrenees.com

PRODUITS EN DONEZAN

L'Élégante Ariégeoise

Artigues

Première moricultrice en Ariège et certifiée Bio, l'élégante Ariégeoise propose ses morilles fraîches au printemps et sèches toutes l'année.

Un produit du terroir de qualité, cultivé dans l'éthique et le respect de notre environnement.

Tel. : 07 69 23 22 75

Ferme Noubéillane

Le Pla

Éleveur de cochons noirs BIO et vente directe.

Vous pouvez commander vos colis de viande fraîche et de la gamme charcuterie. (porc noir, boudin noir, saucissons, verrières...)

18, Rue de la Mathe

Tél. : 06 28 69 35 51/07 86 71 50 69

L'Auberge le cochon du Madres

Escouloubre 11140

Dans la boutique, vous y trouverez tout d'abord les produits de la ferme, fabriqués sur place, mais aussi de nombreux produits locaux.

Produits du cochon du Madres : charcuteries, jambon de montagne, pâtés ; viande de porc, bœuf et veau ; plats cuisinés.

Grâce à une grande vitre vous pourrez jeter un coup d'œil au séchoir à jambon où sèchent paisiblement les jambons de la ferme à l'air libre.

5, chemin Picho-canie

Tél. : 06 22 80 09 61/04 68 20 44 02

La Salamandre

Rodome 11140

Paysan Boulanger, fabricant de coulis, confitures, jus de pomme et bien d'autres choses. Sur la ferme biologique familiale, Marc et Geneviève font pousser du blé tendre et du petit épeautre pour en faire un pain délicieusement cuit au feu de bois. Ils cultivent légumes, pommiers et petits fruits rouges. Vente sur place ou au marché de Roquefeuil, à l'épicerie de Rodome ou dans les magasins bio de la Haute Vallée de l'Aude.

Hameau de Caillens

Tél. : 06 84 13 17 70



La ferme du plateau

Carcanières

Fabrication de produits laitiers, tomme et pavé du monastère.

En vente à la supérette Utile

fromagerie@donezan.fr

A savoir !

de nombreux restaurateurs proposent de la vente à emporter !

RESTAURANTS

DONEZAN

Le col de Pailhères est fermé l'hiver !!

ARTIGUES

Le Sapin Rouge

Lydie et Thomas vous accueillent dans une ambiance chaleureuse... Pour boire un verre ou manger un bon repas vous trouverez votre bonheur dans un lieu plein de convivialité. Une terrasse avec une belle vue, une salle de restaurant avec une décoration montagnarde. Vous pourrez également laisser vos enfants profiter de la salle de jeu aménagée spécialement pour eux. Venez goûter aux charmes du Donezan au Sapin Rouge.

Tél. : 04 68 74 26 65 / 06 70 07 43 21

QUERIGUT

Le Laurenti

Gaëlle, François et Jérémy vous proposent une cuisine traditionnelle et de délicieuses pizzas cuites au feu de bois.

Au menu, de bons petits plats généreux ! Confit aux cariolettes, pizzas et spécialités fromagères régaleront les papilles des plus grands aux plus petits !

L'établissement propose aussi des pizzas à emporter - Terrasse

Place de la Fontaine
Tél. : 04.68.20.19.02

RODOME (AUDE)

Auberge La Salamandre

Paysans boulangers bio - Maraîchage, fruits rouges, petit élevage de cochon, chevaux, ânes...

Ferme auberge proposant des repas sur réservation (samedi et dimanche, midi et soir) et des soirées concert le jeudi soir avec snack bio et fermier.

Hameau de Caillens
Tél. : 06 84 13 17 70

ESCOULOUBRE (AUDE)

Auberge Le Cochon du Madres

Vous accueille pour des repas conviviaux et traditionnels. Dans vos assiettes, produits faits maison, du pain au dessert. Vous aurez également l'occasion de goûter des produits régionaux tel que le vin ou le fromage.

C'est un menu unique qui change quotidiennement selon les envies et les saisons.

5, Chemin Picho-canie
Tél. : 06 22 80 09 61/04 68 20 44 02
lecochondumadres.fr

AUTOUR D'AX-LES-THERMES

ASCOU

Ascou-la-Forge

Situé à 1 100 m d'altitude dans un petit hameau, et offre un panorama exceptionnel sur le lac de Goulours et la montagne.
Restauration traditionnelle.
Bar, salle et terrasse/ Sur réservation
Tél. : 05 61 64 60 06 / 06 81 07 23 33

AX-LES-THERMES

L'Annexe

Au coeur du camping "Le Malazéou" et ouvert à tous, Patrice sera là pour vous accueillir... Ouvert midi et soir, vous propose des spécialités de grillades locales et de fromages fondus, Braséro et fruits de mer...

Sa capacité d'accueil importante permet de recevoir des groupes, repas d'entreprises ou anniversaires.

Soirées à thème - Terrasse
RN20, Camping le MALAZEOU
Tél. : 07 87 41 61 65



L'Antre Deux

Vous recherchez un lieu de partage et de convivialité autour d'une cuisine réconfortable et légère ?

Une carte simple et travaillée. Une dégustation de vins sélectionnés et adaptés à la carte, avec Leeloo et Clément...

Un restaurant-café culture où règne une ambiance cosy, calme et chaleureuse.

Terrasse
Rue Gaspard Astrié
Tél. : 06 30 88 60 37



Le Breilh

Situé au coeur d'Ax-les-Thermes avec son agréable salle et sa grande terrasse avec vue sur le Bassin des Ladres, le Breilh vous propose une restauration évoluant au fil des saisons, vous profiterez de sa terrasse calme et ensoleillée !

Entre amis, un coin de tables hautes pour un apéritif avec mise en bouche.

Restauration traditionnelle - Bar.

Place du Breilh
Tél. : 05 61 64 24 29
www.hotellebreilh.fr

Casa Mauricio

Face aux Bains du Coulobret, Eric vous propose une cuisine maison, des produits frais et des spécialités espagnoles :

Tapas, Paëlla, Zarzuela, viandes et poissons à la plancha.

Installez-vous en terrasse ou en salle...

Traiteur.

3, Avenue Théophile Delcassé
Tél. : 05 81 29 43 24

La Cave

Situé dans la rue piétonne, la Cave vous propose une sélection de vins, cocktails, et bières artisanales pour accompagner vos planches tapas - Soirées à thème toute l'année. - Terrasse

2, Rue de l'Horloge
Tél. : 05 61 04 43 30



Le Comptoir

Bar/Restaurant situé sur la place principale. Le Comptoir vous accueille dans une ambiance chaleureuse. Restauration traditionnelle - Produits locaux- Soirées à thème toute l'année. - Terrasse

4, Place Roussel
Tél. : 05 61 66 87 02

Le Comptoir Casino JOA

(Restaurant du Casino)

Venez manger dans une ambiance bistrot moderne. Au menu, vous dégusterez une cuisine simple, de qualité avec des produits locaux : Azinat, Foie Gras...

Terrasse / Bar/ Soirées à thème

Allées Paul Salette
Tél. : 05 61 64 65 00
www.joa-casino.com

Attention l'entrée du casino est réservée aux personnes majeures (pièce d'identité obligatoire).

Couteaux Fourchettes (Au Canon)

Nicolas vous attend pour une cuisine traditionnelle et saveurs du monde.

Venez déguster à table ou à emporter, votre gratin, risotto, salade et sushis...

Terrasse

2, Place du Breilh
Tél. : 06 78 93 58 98

couteauxfourchettes.wix.com/ax-les-thermes



Le Grand Café

Situé face au Casino, toute l'équipe vous accueille avec le sourire... Grill, cuisine du terroir et pizzeria... Terrasse - Soirées à thème.
1, Avenue Théophile Delcassé
Tél. : 05 61 64 14 31

La Petite Fringale

Situé dans la rue piétonne de la ville, la Petite Fringale propose des plats Ariégeois, spécialités Montagnardes, fromagère, le tout maison ! "Le Chapeau d'Ax" : les envies de viande, fromage et légumes seront comblés. Restauration traditionnelle. Produits locaux. LonelyPlanet, Guide du routard, Petit Futé. Terrasse Soirées musicales.
6, Rue Joseph Rigal
Tél. : 05 61 01 36 40

Le P'tit Montagnard

Dans un cadre chaleureux, sur la place centrale le chef cuisinier vous fera découvrir une cuisine régionale. Restauration traditionnelle - Terrasse
6, Place Roussel
Tél. : 05 61 64 22 01
www.leptitmontagnard.fr



Les Thermes

Vous pourrez vous restaurer pour un repas complet ou bien sur le pouce, outre une délicieuse variété de desserts à la carte. Varier les plaisirs et prenez vous au jeu d'une pause. Situé sous la Casino, datant de 1903 !
Allées Paul Salettes
Tél. : 06 45 09 74 18

AX 3 DOMAINES PLATEAU DE BONASCRE 1400M

Karibou

En hiver, Gégé vous accueille dans une ambiance chaleureuse ! Profitez de la terrasse avec vue sur les pistes et les sommets. Le Karibou s'inscrit dans une démarche de « SLOW FOOD ». Tout est préparé à la minute et les produits

ariégeois gustatifs. Crêpes salées et sucrées maison, plat du jour, sandwichs, salades, glaces, boissons. Crêpes sans gluten, lactose, sandwichs et plats végétariens. Notre spécialité : le Kariburger. Ouvert tous les jours
Résidence Les Isards
Tél. : 05 61 03 69 73



La Troïka

Vous aimerez savourer leurs spécialités fromagères en terrasse ou près de la cheminée... Restauration traditionnelle - Bar Menu végétarien. Terrasse
Place de la truite
Tél. : 05 61 64 03 84

Lou Cantou

Propose des spécialités montagnardes, situé en pied de piste. Restauration traditionnelle - Cuisine du terroir produits locaux - Grill - Bar Terrasse
Chalet Pied de pistes
Tél. : 05 61 64 31 25

DOMAINE DU SAQUET (2000m)

Restaurant - Bar d'altitude
Accès par la télécabine du Saquet

Le Tétrás



Vous accueille dans sa grande salle de restaurant ou sur sa terrasse panoramique à midi ou à tout moment de la journée pour une pause gourmande. Restauration rapide et traditionnelle. Bar - Terrasse chauffée
Le Saquet
Tél. : 05 61 64 28 33
www.letetras.fr

ESPACE NORDIQUE LE CHILOULA - 1 400M

La Marmotte Toquée

Vue panoramique sur les Pyrénées Ariégeoises, cuisine "fait maison" à base de produits locaux. Cuisine du terroir - Bar. Service continu de 9h à 18h Ouvert tous les jours.
Tél. : 06 75 63 13 15 / 05 61 03 18 71
www.restaurantlamarmottetoquee.com

Refuge du Chioula

Profitez de cette pause tranquille et conviviale en pleine nature pyrénéenne. Vous aurez alors le plaisir d'y savourer un bon repas, d'y déguster une boisson, une crêpe. Restauration rapide, plats à base de produits agricoles locaux. Au cœur des pistes Accessible à 45min de marche à pied.
Tél. : 05 61 64 06 97
www.refugeduchioula.com

MONTAILLOU

La Radio

Situé au cœur du village, vous trouverez une cuisine généreuse et faite maison. Ils proposent des suggestions du jour sur le tableau pour assurer la variété des produits de saison. Tout le monde trouvera son bonheur, amateurs de viande, végétariens et végans - Terrasse
Le Village
Tél. : 09 55 21 12 22

SAVIGNAC LES ORMEAUX

Le B7

Venez vivre des moments conviviaux dans notre restaurant avec sa terrasse plein sud et vue sur les montagnes ! Le Restaurant et le snack vous accueillent tous les jours. Vous pourrez déguster des plats typiquement ariégeois, des pizzas, des burgers et bien plus... Vous pourrez également profiter des soirées à thème.
Camping La Marmotte
Tél. : 05 61 64 24 40

Le Miam d'Ici

Audrey privilégie les produits locaux et de saison (charcuterie, fromage, œufs, pâtes à tartiner, miel, légumes...), du BIO (café, compote, jus de fruits, légumes...). Les emballages sont écologiques et fait le «max» de «FAIT MAISON» La spécialité du snack : les burgers «MIAM» Sur place en terrasse ou à emporter.
RN 20 - Parking d'Intermarché
Tel. : 07 69 50 80 39

AUTOUR DE LES CABANNES

ASTON

Auberge Chez Dolorès

Labellisée «Auberges de Village», ce restaurant niché au cœur de la vallée de l'Aston, propose au menu des spécialités espagnoles ainsi qu'une cuisine du terroir, folle ambiance assurée !

Plats à emporter sur réservation.

Contactez-nous 24 heures à l'avance pour tous les plats spéciaux.

Le patron Daniel pratique la convivialité avec naturel et sincérité et il adore pousser la chansonnette (il ne se fera pas prier)...

Tel. : 05 61 64 77 23

ESPACE NORDIQUE DE BEILLE

Restaurant

Des modules en pied de pistes - 50 places.



LES CABANNES

Maison Beaucoup

Ça mijote en cuisine...

Recettes originales, orchestrant avec gourmandise les produits de saison le tout dans un cadre atypique.

Terrasse - Sur réservation.

73, Rue Principale

Tél. : 06 88 67 16 31

www.beaucoup.fr



La Maison Lacube

Restaurant de l'éleveur

La Maison LACUBE n'est pas un restaurant tout à fait comme les autres. Éleveurs de vaches Gasconnes, de cochons Gascons et de canards gras, tous nos menus sont cuisinés maison en direct de notre ferme. Des supports pédagogiques vous racontent notre vie d'éleveurs, faite d'un lien inaliénable aux bêtes et à la montagne.

Menu végétarien - sans gluten.

3, Place des Platanes

Tél. : 05 34 09 09 09

www.lamaisonlacube.com

AUTOUR D'AUZAT

AUZAT (Val-de-Sos)

L'Auberge du Montcalm

Ce restaurant traditionnel vous accueille toute l'année et en toutes saisons. Ce bâtiment est éco-construit en harmonie avec son emplacement géographique, alliant le bois et la pierre locale. Salle de restaurant s'ouvrant sur une terrasse et un jardin offrant une vue imprenable sur le massif du Montcalm.

Cuisine traditionnelle du terroir.

Tél. : 05 61 04 61 68

www.aubergedemontcalm.com

O'Montagnard

Venez déguster des tapas, grillades, produits locaux... avec une vue imprenable sur le massif du Montcalm ou Port de Saleix - Soirées à thème

Terrasse

27, Rue des Pyrénées

Tél. : 06 59 75 09 69

www.escalette.fr



La Table d'Antan

Restaurant traditionnel situé en bord de rivière avec terrasse proposant une cuisine faite maison s'adaptant aux saisons.

La devise est de régaler la clientèle avec des plats élaborés à base de recettes traditionnelles. Bar

5/7, Rue des Pyrénées

Tél. : 05 81 15 71 01

www.la-table-dantan.fr

GOURBIT

Le Moulin de Langoust

Dans un cadre féérique au pied des montagnes ariégeoises, à 840 m d'altitude.

Pascale et Philippe sont aux commandes pour nous proposer une cuisine traditionnelle, simple et copieuse.

Ouvert midi et soir toute l'année, vous pourrez venir prendre le petit-déjeuner le matin ou déguster des pâtisseries maison l'après midi.

Alimentation de dépannage. Terrasse.

Lieu dit Les Molanes

Tél. : 06 72 67 56 74

SIGUER

Le Café Rousse

Fermé jusqu'au 1er avril 2024 pour travaux. Rendez-vous dès le printemps !

Place Léonard Benazet

Tél. : 06 25 19 33 55

AUTOUR DE TARASCON

SAURAT (Col de Port)

L'Auberge de la Sapinière



Située à 1 249 m d'altitude, dans un cadre montagnard.

Cuisine traditionnelle et familiale.

Spécialités : Azinat (sur demande), sauté de veau et bœuf gascon, mounjettes, tout à la cheminée.

Ouverture en fonction de la météo, Il est conseillé de téléphoner.

Terrasse

Tél. : 05 61 05 67 90

TARASCON-SUR-ARIÈGE

Le Bellevue

Au bord de l'Ariège avec terrasse vitrée donnant sur la rivière. Vue Panoramique.

Tapas, spécialités espagnoles, plats et menus. Réservation en ligne de plats à emporter. Il ne vous restera plus qu'à vous faire plaisir et déguster les bons plats du restaurant à la maison.

7, Place Jean Jaurès

Tél. : 05 61 05 52 06

www.terranostra-ariège.com

Les 3 Buffets

Située à l'entrée de Tarascon, 3 buffets en version à volonté : entrées, plats chauds et desserts. Vous n'aurez que l'embaras du choix. L'accent est mis sur la qualité. Les produits sont frais, les grillades savoureuses et les plats proposés succulents.

Portage de repas à domicile.

Service en continu de 11h à 15h.

Route de Saurat

Tél. : 05 61 02 69 09

Chez Katy & Cie

Le snack comme à la maison...
Des préparations faites maison avec des produits locaux et réalisées avec amour...
Des suggestions différentes en fonction des arrivages et de l'inspiration...
Snack casual, végétarien, plats du jour et convivialité.

Terrasse
Place de la République
Tél. : 06 87 22 27 95

Le Donjon

Situé au centre de Tarascon sur Ariège, la brasserie Le Donjon vous accueille dans un cadre moderne et chaleureux dans une ambiance festive, Martine et Jean François vous proposent une cuisine élaborée à base de produits frais et évolutive en fonction des saisons.

Soirées à thème
Terrasse
1, Rue de la République
Tél. : 05 81 29 69 98
www.brasserie-ledonjon.fr

L'Hostellerie de la poste

Ce restaurant sur les bords de l'Ariège est un ancien relais postal, chaleureux et convivial.

Cuisine traditionnelle et du terroir.
Spécialités : cassoulet, azinat.
Toutes nos viandes sont découpées à la demande.
16, Avenue Victor Pilhes
Tél. : 05 61 05 60 41
www.hostellerieposte.com

La Mandoline

Une pause gourmande italienne sur la route de vos vacances...

Vous pouvez profiter de vos plats et boissons au comptoir du restaurant, mais vous pouvez aussi vous installer à l'extérieur sur la terrasse.

Nos spécialités : pizzas, grillades, pâtes, salades.

Terrasse - Parking
2, Avenue de Sabart
Tél. : 05 61 05 15 75



Pizzeria de Peppo

Pizzas au feu de bois.
Fabrication artisanale avec des produits importés d'Italie. Pizzas napolitaines sur place ou à emporter, possibilité de livraisons à domicile.

3 bis, Chemin de la croix de Quié
Tél. : 09 53 92 58 80

La Vieille Ville

Bar Tapas - Salon de thé
Un bar unique créé dans deux anciennes granges, au cœur de la vieille ville dans une ambiance atypique.

Vous pourrez venir déguster des tapas et vous retrouver entre amis autour d'un verre.
Soirées à thème - Terrasse

Place des Consuls
Tél. : 06 70 82 56 85



Le Vieux Carré

Poussez les portes d'un restaurant familial et partagez un repas à base de produits frais de la région Occitanie.

Restaurant situé au centre ville.
Avec des arrivages journaliers de poissons et de viandes fraîches, la qualité de nos produits, la rigueur et la convivialité sont les maîtres mots de notre maison.

Profitez d'une carte variée de mets savoureux, élaborés avec savoir-faire et passion.
Pour accompagner vos repas, nous vous proposons des vins de caractère issus de plusieurs domaines ainsi que de nombreuses bières artisanales.

Terrasse
Place Sainte Quitterie
Tél. : 05 34 14 13 12
www.levieuxcarre.fr

Saveurs du Manoir

Dans un cadre raffiné et convivial, venez à la rencontre d'une cuisine généreuse et soignée aux saveurs multiples.

Nous vous proposons une cuisine au rythme des saisons, en privilégiant des produits frais et de qualité de nos producteurs locaux.

"Bib gourmand" Michelin de 2010 à 2017 et "Assiette Michelin" depuis 2018.

2, Avenue Saint Roch
Tél. : 05 61 64 76 93
www.manoiragnes.com

RESTAURATION RAPIDE

AX-LES-THERMES

Chez Matéo

Situé au début de la rue piétonne, chez Matéo vous propose un large choix de pizzas à emporter adaptables selon votre goût !

Spécialités : Pizzas italiennes
Ouvert tous les jours de 11h30 à 13h30 et de 18h30 à 21h30 et 22h le week-end.
Fermé le lundi et mardi midi
1, Rue de L'Horloge
Tél. : 05 61 01 65 30

La Pizzatière

Situé dans la rue piétonne, qualité et savoir-faire depuis 1980, vous propose un large choix de pizzas à emporter selon votre goût !

Fabrication artisanale et pétrissage de la pâte à la main.

Pizza à emporter - Croques monsieur.
Ouvert tous les jours de 10h à 13h et de 16h à 21h.

Rue de l'Horloge
Tél. : 05 61 64 33 95
www.lapizzatiere.fr

LUZENAC

Ô Saveurs de ma Mère

Propose des pizzas, plats, charcuterie, snacking à emporter.

Ouvert le midi du mercredi au samedi de 11h30 à 13h30.

Le soir du mardi au dimanche de 18h à 21h
4, Rue de la Mairie
Tél. : 06 67 61 07 46

TARASCON-SUR-ARIEGE

Bento Shop and go

La cuisine devient une histoire de famille. Notre cuisine fusion allie l'authenticité des sushis traditionnels à la créativité des mets vietnamiens. Chacun de nous apporte une touche unique à nos spécialités, résultats de notre amour commun pour la gastronomie.

Ouvert tous les jours 11h à 14h30 et 18h à 21h.

Les Arrigols
Tél. : 06 95 28 46 82



Boulangerie St Roch

Restauration rapide, plats à emporter.
Ouverture de 6h à 21h (22h en période de vacances scolaires) - Terrasse

3, Avenue Saint Roch
Tél. : 05 61 05 60 05

Saveurs de nos Montagnes

La Pizzeria

Cuisine Italienne...

Propose aussi des paninis...

Horaires : 11h à 13h30 et 18h à 21h30.

Jours de fermeture : mercredi et dimanche après-midi.

21, Avenue Victor Pilhes

Tél. : 09 85 06 17 68

McDonald's

Votre escale idéale sur la route des vacances !

Commencez votre journée du bon pied en visitant notre McCafé...

Repas sur place - Service de drive Livraison

Route du Quié - Super U

Tél. : 05 61 65 97 73

Tchévééré café & snack vénézuélien

Devant l'Office de tourisme de Tarascon-sur-Ariège, laissez-vous tenter par les saveurs de l'Amérique latine avec Tchévééré Café & Snack Vénézuélien. Maria vous attend avec ses arepas, empanadas et ses burgers à la vénézuélienne, le tout préparé sous vos yeux, avec soin et amour. Vous trouverez votre bonheur avec nous, que vous ayez un régime vegan, végétarien, sans gluten ou sans aucune restriction. Il y en a pour tous les goûts !

Vous ne savez pas quoi choisir ?

On est là pour vous aider !

7 places assises

3 bis, Chemin La Croix du Quié

Tél. : 06 52 27 39 66

RESTAURANT AMBULANT

Bee Alive

L'harmonie du vivant

Restaurant d'aliments vivants et crus, végétarien/végétalien / Food truck.

Une alimentation qui vous offre tout son potentiel nutritif et qui ne cache pas sa gourmandise.

Retrouvez nos gourmandises Végé le mardi au marché d'Ax-les-Thermes.

Tél. : 05 84 08 20 04



Le Croustet

C'est une crêperie ambulante qui fait aussi bistro !

Avec leur camion bleu, Marie-Hélène et Jean sillonnent l'Ariège et proposent crêpes sucrées, galettes salées (sur place ou à emporter), glaces et différentes boissons chaudes ou fraîches dont la bière pression, le cidre...

La carte est variée et s'ajoutent souvent des suggestions.

Le Croustet se déplace dans les villes et villages et s'installe avec sa petite terrasse. Il répond aussi aux sollicitations pour tout évènement (vide-greniers, évènements sportifs ou culturels, évènements privés comme après-mariage, baptême, anniversaire...).

Vous pouvez suivre où il se trouve chaque semaine sur Facebook : LeCroustet

Tél. : 06 83 45 43 17



DRIVE

Commandez vos courses avant votre arrivée en séjour ! détail pages 75/76

TRAITEURS

La plupart de nos restaurants proposent un service traiteur.

Maison Dumas Traiteur

Pour tous vos événements en Ariège Depuis 1987 comme traiteur, La Maison Dumas et toute son équipe se feront un plaisir d'être votre partenaire privilégié afin de faire de tous vos événements un succès au travers d'une cuisine authentique et savoureuse.

La passion que nous portons à notre métier nous permet également de composer des menus sur mesure dans le but de satisfaire toutes vos envies.

Du plus intime au plus imposant les équipes de La Maison Dumas se mettent à votre service pour vous permettre de profiter pleinement de vos événements qu'ils soient professionnels ou personnels.

Lieu dit Florac - Surba

Tél. : 05 61 05 95 10 - 06 89 90 20 54

Ô saveurs de ma mère

A l'entrée du village de Luzenac, après le pont, Ô Saveurs de ma mère vous propose des pizzas et également un service traiteur avec des plats cuisinés fait maison.

4, Rue de la Mairie - Luzenac

Tél. : 06 67 61 07 46

CAFÉS, BUVETTES

A retrouver dans nos villages pour un moment de rencontres et de convivialité authentique.



Zoom sur les eaux locales !



Eau Neuve

puise sa pureté à 1332 m d'altitude dans la chaîne des Pyrénées en Haute-Ariège à Mérens les Vals.

Eau Neuve préserve les ressources naturelles et ne puise que 15% de la source afin d'auto-régénérer celle-ci naturellement.

www.eauneuve.fr

L'eau minérale naturelle Montcalm

Depuis près de 30 ans c'est au cœur de la vallée d'Auzat à 1100 m d'altitude qu'elle est captée.

Issue de la nature elle est filtrée à travers les roches.

www.montcalm.fr

A savoir...

Retrouvez les jours de marché dans la rubrique «Notre terroir» en page 46

COMMERCES



Agences immobilières

Vous souhaitez acheter, louer, vendre ou mettre en gestion un bien immobilier en Occitanie Ariégeoise ?

AX-LES-THERMES/ AX 3 DOMAINES

Charles Danel Immobilier

-Rue Rigal
Tél. : 05 61 64 24 84

-Résidence Manseille 5
Tél. : 05 61 64 33 75
www.ax-immobilier.com

TARASCON-SUR-ARIÈGE

A.P.I. (Agence Pyrénées Immobilier)

Présent aussi à Ax-les-Thermes
3, Place Jean Jaurès
Tél : 05.61.64.06.40
<http://www.pyrenees-immobilier.com/fr>

ALTAIR Immobilier

1, Quai Armand Sylvestre
Tél. : 05 61 05 86 69
www.altair-immobilier.fr

Agence de voyage

Guides Pyrénées Sensations

Voyagiste à Ax-les-Thermes
Camp de Granou
Tèl. : 06 71 65 76 73

Alimentation et supermarchés



AX-LES-THERMES

Proxi

Alimentation générale - Rôtisserie
Livraison à domicile.
Ouvert du lundi au samedi de 8h à 19h et le dimanche de 8h30 à 12h30
Confection de plateau raclette.
Location d'appareil raclette.
5, Place Roussel
Tél. : 05 61 64 22 36

LES CABANNES

Ariège Tradition

Commerce Multi-services Alimentation - Dépôt de pain - Presse - Tabac - Librairie et Cadeaux - Épicerie locale, Produits régionaux, Fromages à la coupe.
Plateau «raclette» (charcuterie et fromage) à emporter...
Produits en circuit direct producteur.
Spécialité : La croustade aux pommes maison.
Ouvert de 7h15 à 12h30 - 15h30 à 19h
Le dimanche : 7h15 à 12h45 - 16h à 18h
9, Rue Principale
Tél. : 05 61 64 78 08

PERLES ET CASTELET

(Zone artisanale)

Carrefour Contact

Supermarché - Drive
Ouvert de 8h à 20h - Dimanche : 9h à 19h.
Gaz bouteille
Point dépôt/retrait colis - Photocopies
Laverie automatique sur le parking
Zone d'activité
Tél. : 05 61 02 35 90
www.carrefour.fr/magasin/contact/-perles-et-castelet

QUÉRIGUT (Donezan)

Supérette "Utile"

Alimentation, produits locaux (viandes, fromages de l'Abbaye du Donezan,...), tabac-presse, souvenirs, carburants et articles rando-sports.
Ouvert tous les jours
Tél. : 04 68 20 45 32
utilequerigut09.wixsite.com/asdonezan

SAVIGNAC LES ORMEAUX

Intermarché Contact

Supermarché - Drive
Ouvert tous les jours de 9h à 19h30 - Dimanche : 9h à 12h30.
Gaz bouteille, photocopies
Point dépôt/retrait colis
Livraison à domicile
RN20
Tél. : 05 61 64 29 29
www.intermarche.com

TIGNAC

Bee Alive

L'envie d'une harmonie entre corps et esprit.

Côté épicerie, vous trouverez que du Bio, du vrac et des produits qui sont utilisés dans mes préparations: graines, fruits secs, légumineuses. Bee Alive saura ravir les consommateurs de sans gluten, sans lactose, végétariens, vegan...et les soucieux du zéro déchet et bio.
Horaires d'ouverture: de 8h à 13h
Sur le marché à Ax les Thermes le mardi et le samedi matin
L'Orri des Colibris
Tél. : 06 84 08 20 04

TARASCON-SUR-ARIÈGE

Bio Maïel Bio Monde

Toute la Bio dont vous avez besoin, près de chez vous !
L'épicerie Bio saura vous servir en vous proposant un large choix de produits pour votre quotidien (tout bio bien entendus !).
Vous trouverez dans cette boutique tous types de produits, qu'ils soient alimentaires, cosmétiques, axés sur la santé ou encore pour l'entretien de votre maison, sans oublier nos tout petits qui ont besoin de gâteaux ou compotes pour le goûter et les fruits secs en vrac pour nos amoureux de la montagne !
Face à la Mairie.
Ouvert du lundi au samedi de 9h30 à 12h30 et de 15h à 19h
23, Avenue Victor Pilhes
Tél. : 09 66 82 10 14

Intermarché

Supermarché - Drive.

Poissonnerie (les jeudi, vendredi et samedi)
Espace collecte et tri : offrez une seconde vie à vos piles, ampoules et petits appareils électroménagers. Gaz bouteille - Laverie automatique.
Ouvert de 8h30 à 19h30, du lundi au samedi. Le dimanche de 9h à 12h30
2, rue du Fourcat
Tél. : 05 61 05 63 16
www.intermarche.com

Super U

Supermarché - Drive

Location de véhicule, distributeur de billets.
Ouvert de 8h30 à 19h30, du lundi au samedi. Le dimanche de 9h à 12h30
Route de Quié
Tél. : 05 61 05 07 90
<https://www.coursesu.com/f-su-peru-tarasconsurariege>

VAL-DE-SOS

SPAR

Supermarché

Ouverture 7/7j. Alimentation, rayon traiteur, fromages, fruits, légumes, dépôt de pain, cartes postales.
Dépôt de gaz.
Horaires : du lundi au samedi de 9h à 19h30 - Le dimanche de 9h à 12h30
Hors saison : ouvert du lundi au samedi de 9h à 12h30 et de 15h30 à 19h - le dimanche de 9h à 12h30
6, Rue de l'Église
Tél. : 05 61 03 68 75

Artisans boulangers/ pâtissiers

AX-LES-THERMES

Le Fournil d'Ax

Pains, pains spéciaux, pâtisseries, viennoiseries, snacking, café et boissons fraîches...
Repas sur place - Vente à emporter.
Ouvert dès 6h30, tous les jours
8, Avenue Théophile Delcassé
Tél. : 05 61 05 37 57

LES CABANNES

Le Fournil Cabannais

Propose une gamme de pains, pâtisseries maison et de chocolat...
Ouvert de 7h à 13h et de 15h30 à 19h
7h à 19h pendant les vacances scolaires
Quartier la Bexane
Tél. : 05 61 03 67 44

TARASCON-SUR-ARIÈGE

Le Fournil de Louise

Le savoir-faire artisanal rencontre la fraîcheur quotidienne depuis bientôt 13 ans. Nous utilisons les meilleurs ingrédients pour vous offrir des produits de qualité. Venez découvrir notre large gamme de délices.
Ouvert tous les jours de 6h30 à 20h30.
Cité des Arrigols
Tél. : 05 34 14 52 90



VALRO Saint Roch

Pains spéciaux : figue-abricot, pain paillasse.
Ouvert de 6h00 à 20h00.
Fermé le mercredi hors vacances.
3, Avenue Saint-Roch
Tél. : 05 61 05 17 49/05 61 05 60 05

Artisans du BTP Tout travaux

ARIGNAC

ECO Emmanuel Ferré

L'entreprise ECO réalise vos projets de rénovation, de réhabilitation et d'extension. Nos équipes spécialisées réalisent vos projets de Charpente, Couverture, Zinguerie, Maçonnerie, Carrelage, Plomberie, Electricité, Placo plâtre, Isolation, Terrasse extérieure etc...
32, Route de Foix
Tél. : 06 84 99 09 48

Menuiserie du Sédour

La menuiserie du Sédour, c'est 2 activités. Le confort intérieur : un atelier de fabrication pour l'aménagement intérieur et extérieur, Claustra escalier, Parquets, Dressing.
Isolation extérieure : le conseil, la fourniture et pose de toute une gamme de fenêtre Bois, Alu, PVC, volets.
ZA la berniere
Tél. : 05 61 64 10 72
www.menuiserie-du-sedour.fr

NP Bâtiment

SPÉCIALITÉS : Assainissement du terrain-drainage, Auvent-balcon (maçonnerie), Beton arme, Chainages, Cheminées à foyer ouvert, Clôtures, Conduits de fumée, Cuvelage, Dallage, Escaliers éléments de structure.
13 ter, Chemin du Moulin
Tél. : 06 77 89 17 34

MERCUS

Poêles Eco 09

Conception : Poêles à accumulation - Inserts - Cheminées sur mesure
ORTNER - BRUNNER - OLSBERG - SCHMID - TIGCHELAAR- NUNNAUUNI
Création ou rénovation de conduits de fumée, Ramonage combustible bois.
Installation : Poêles traditionnels bois bûches ou granulés.
7, Quartier de Jardy - Amplaign
Tél. : 05 61 05 61 47 - 06 89 52 89 12
www.poeles-eco-09.com

MONTGAILHARD

Alum9, Komifo

Installation de portails et clôtures aluminium, l'équipe est disponible au magasin pour vous présenter les solutions esthétiques et performantes : baies vitrées coulissantes, portes d'entrée, portes de garage basculantes, volets, vérandas contemporaines, stores coffres, pergolas à lames orientables et rétractables, système d'alarme et grilles de protection...
20, Avenue de Paris
Tél. : 05 61 65 36 37

PERLES ET CASTELET

Ax Rénovation

L'entreprise Ax Rénovation, créée depuis 2007, est spécialisée dans les bâtiments de rénovation destinée à l'habitation. Travaux de maçonnerie, plâtrerie, peinture, isolation, revêtement...
Certificat RGE Qualibat
5, ZA Perles et Castelet
Tél. : 06 18 28 61 26

PRADES

EIRL Cédric Campos

Plomberie, chauffage, salles de bains clé en main, dépannage, entretien de chaudière, pose de poêle, d'insert, ramonage... Parce qu'on a tous besoin d'un bon plombier/ chauffagiste, je mets à votre service mon expertise tirée de plus de quinze ans d'expérience, des logements sociaux au domaine du luxe. Dépannage urgent, entretien, projet d'aménagement et rénovation...
Village
Tél. : 06 51 91 43 77

SINSAT

Aubert Benoît

Entreprise certifiée Qualibois - RGE, mais aussi Qualisol la société Au Feu Ariégeois - SAB est revendeur et installateur exclusif du groupe Seguin.

L'équipe vous propose ses cheminées, poêles et foyers et ses solutions bois, granulés et combiné solaire.

Spécialiste de la biomasse depuis plus de 15 ans, l'entreprise a l'habitude de travailler en rénovation mais aussi avec les architectes et décorateurs, dès le début du projet, de manière à prendre en compte toutes les contraintes et besoins du client et du chantier.

La Vexane

Tél. : 05 61 66 54 89

SURBA

La boîte à bois

Le fournisseur de bois de chauffage Premium en Ariège.

Nous vous proposons du bois de chauffage de haute qualité le plus adapté à votre consommation. Livraison en Big Bag.

Nous travaillons avec du bois issu de forêts gérées par l'ONF (Office National des Forêts). Nos bois viennent de l'Ariège, leur traçabilité est garantie.

Tél. : 07 81 03 86 35

www.laboiteaboisodechauffage.fr



TARASCON-SUR-ARIEGE

MJ Décors 09

Assure une pose sur-mesure de peinture en intérieur, comme en extérieur de votre habitat. Réalise vos projets de rénovation intérieure en pose de peinture, l'embellissement de vos extérieurs, avec une pose de peinture sur tous types de supports, la pose de revêtement de sol (parquet flottant, moquette et lino).

Des projets de décoration, en intérieur et en extérieur dans les normes convenues, tout en respectant votre architecture.

Faites-nous part de vos projets.

Rue du Général de Gaulle

Tél. : 06 86 77 50 40

A2PI

Entreprise de plâtrerie, travaux de rénovation et d'isolation

Zône Artisanale Fournié

Tél. : 06 79 54 08 53 / 06 42 32 65 49

Charpente et menuiserie du Sabarthès

Menuiserie - Charpente - Construction maisons en bois.

Notre activité s'étend aussi aux travaux de couverture en tuiles ou en ardoises en neuf ou en rénovation. Pose de vos menuiseries intérieures et extérieures et la réalisation de tous types d'escaliers, pose vos parquets, vos portails et vos volets.

Fabrication sur-mesure de vos charpentes traditionnelles pour votre maison, votre abri de jardin et votre hangar agricole, la construction de vos maisons ossatures bois sur plan, les travaux de rénovation et de transformation de votre maison en bois.

ZA Fournié, Chemin du Domaine Fournié

Tél. : 05 61 05 55 47

Flam Ariège

Notre métier : Achat, vente, location et pose de tous produits et matériels liés à l'activité du chauffage et de la cuisson au bois ou dérivés du bois, production et négoce de détail, de combustibles, de produits en bois ou dérivés du bois.

Avenue Vaillant Couturier

Tél. : 06 07 87 73 85

Metalariège

Structure métallique, chaudronnerie, tuyauterie.

98, Avenue Victor Pilhes

Tél. : 06 75 37 71 95

Guitart - Tourenq

Plomberie, zinguerie, installateur qualifié dans les chauffages toutes énergies.

Qualification Qualibois, Qualipac et Qualigaz

Z.I. Fournié

Tél. : 05 61 05 70 21

Sud Plomberie 09

L'établissement Sud Plomberie vous propose ses services en plomberie et chauffage.

15, Avenue de Sabart

Tél. : 06 23 82 47 11

VAL-DE-SOS

Entreprise Générale Magalhès

Spécialisée dans l'activité de maçonnerie

Ancienne Gare

Tél. : 06 30 97 62 84

Artisans créateurs

AX-LES-THERMES

L'Atelier du Bosquet

Création en bois

Jacques GALES est un artisan et surtout un amoureux et un professionnel de la montagne.

Son attachement à notre territoire lui donne l'inspiration pour créer des produits à partir du bois et donner vie à des articles représentant notre territoire.

Tél. : 06 17 92 77 09

Art Metal 09

Décoration intérieure ou extérieure.

Réalisation d'objets en acier brut ou teintes au choix.

Pierre PINEL est artisan et travaille l'acier depuis plus de 35 ans.

Amoureux de la montagne, résident à Ax, Pierre propose des produits en acier, identitaires de notre territoire.

Tél. : 06 80 26 85 46

FOIX

S.A.R.L. Savignac

La **coutellerie SAVIGNAC** est installée dans le vieux centre ville de FOIX. Vieille échoppe ayant traversée les ans, vous trouverez au sein de cet établissement une large gamme de couteaux Français et Internationaux pour divers usages (loisir, chasse, cuisine...). Nous créons et réalisons des couteaux au sein de notre atelier. Fabricant artisanal de couteaux régionaux.

Le Montagnol, couteau vendu en exclusivité dans les boutiques de l'Office de Tourisme.

Tél. : 05 61 02 90 70

<https://www.couteau-savignac.com/fr>

LE PLA (Donezan)

La Cristallerie, Atelier Broll Créateurs verriers

Dans un bâtiment datant du 19e siècle dont les machines fonctionnent grâce à son moulin à eau. Ce savoir-faire singulier a vu naître pendant trente-cinq ans de luxueux services de table en cristal taillé.

Anna et Ramon cherchent à valoriser le patrimoine industriel et artisanal en réhabilitant cet espace oublié. Cet héritage leur permet de démarrer des créations tout en apprenant à faire fonctionner les machines d'antan.

6, Clôt du Mouly

Tél. : 06 72 46 60 30

LUZENAC

DIYPSIS

Création de bougies artisanales,

créée par David et Maeyva, jeune couple passionné par le fait main et la qualité. Bougies 100% Françaises, véganes et éco responsables.

Nous apportons beaucoup d'importance à ce que nos bougies soient le plus éco-responsables possibles (notre cire est biodégradable, étiquettes biodégradable, mèches en bois...). Chaque senteur est associée à une couleur, nous faisons nous-même nos recettes.

1, Le Gravier

Tél. : 06 71 25 37 01 / 06 81 15 14 61

<https://diyphis.com/>

MERCUS - GARRABET

Les Chapeautés

Modiste-créatrice de chapeaux.

Un atelier-boutique qui vous est dédié : Venez découvrir un large choix de chapeaux uniques et de nombreux accessoires personnalisés. Tous les chapeaux sont conçus, créés et fabriqués sur place dans l'atelier. Venez créer votre chapeau personnalisé : vivez une expérience unique en trois temps. Le travail s'articule autour de trois éléments de base : votre visage, votre silhouette et votre tenue.

31, Avenue Henri Marrot

Tél. : 06 20 61 25 47

www.leschapeautees.com

QUÉRIGUT (Donezan)

Couette Maxime

Petite entreprise artisanale qui confectionne sur place vos doudounes, couette, sac de couchage... en duvet d'oie.

Avec sa conception originale et ses caractéristiques techniques, la couette Maxime offre un confort maximum et une qualité haut de gamme. Elle est fabriquée avec des matériaux respectueux de l'environnement : tissu 100% coton, hypoallergénique et pur duvet d'oie grise fermière.

Couette Maxime c'est aussi des chapeaux, des sacs, des coussins, des bijoux, et tout un univers de jolies choses.

Place de L'église

Tél. : 07 81 52 40 67

www.couettemaxime.com

TARASCON-SUR-RIÈGE

Les Ateliers de Lo

Atelier de retouches et boutique de créations originales. Chaque pièce est unique... La créativité étant l'essence de ma marque, chacune de mes créations est réalisée en

exemplaire unique ou en très petite série...

Ne laissez pas passer vos coups de cœur !

Ouvert du mardi au vendredi :

10h - 12h / 15h - 18h / samedi : 10h - 12h

4, Avenue Peyrevidal

Tél. : 07 83 95 57 72

Tôlerie des Pyrénées

L'EXAGRILL, le nouveau né de la tôlerie des Pyrénées : le barbecue HexaGrill c'est le 3 en 1, plancha, grill, brasero... pour vos soirées en plein air.

Fabrication française

ZI Fournié

Tél. : 05 61 05 15 33

www.toleriedespyrenees.com

SAURAT

Pierre à aiguiser des Pyrénées

C'est au pied des Pyrénées Ariégeoises, que se trouve la dernière fabrique de pierres à aiguiser naturelles. Créée au début des années 1900 par la famille Cuminetti, cette exploitation a été reprise en 2006 par Alain Soucille de THIERS, connu jusqu'alors par son entreprise de produits abrasifs et de polissages. L'exploitation de ce grès schisteux, dont la finesse du grain et la pureté minéralogique permettent un aiguisage rationnel et parfait, donne naissance à une gamme complète d'outils.

Chemin de Pomiès

Tél. : 06 75 39 10 91

www.pierre-a-aiguiser-naturelle.com

Assurance

TARASCON-SUR-ARIEGE

Allianz Assurances

À l'écoute pour vous accompagner dans vos projets et vos besoins d'assurances aussi bien pour votre vie privée que pour votre activité professionnelle.

Place du 19 mars 1962

Tél. : 06 07 54 13 17 / 05 61 05 60 81

<https://agence.allianz.fr>

Experts comptables

Sogirex Walter France

Expertise comptable, Audit, Social, Conseil juridique.

Zone artisanale Foix, N Permilhac

Tél. : 05 61 02 22 22

www.sogirex-walterfrance.com

Aurélie Dahan

Expertise comptable, Compta Conseil, propose ses services aux entreprises (comptabilité, social et juridique), avec une gestion directe assurée par l'expert-comptable.

Prades

Tél. : 06 89 94 05 87

www.compta-conseil.com

Cavistes

AX-LES-THERMES

Le Zèbre

Le Zèbre, caviste gourmand.

Glouglou Miamiam !!!

La cave d'Ax vous propose un sélection de vins, bières, de producteurs.

Des produits régionaux, charcuterie locale, fromage fermiers, miel de pays, gâteaux artisanaux, épices, cadeaux ...

Une sélection gourmande et qualitative.

Nouveau : les produits sortent dans la rue !

Vous pouvez déguster en terrasse, vos vins préférés avec des planches de charcuterie, fromages, quiches maison... et même des huîtres tous les samedi midi.

5, Rue Gaspard Astrié

Tél. : 05 61 05 28 10



MERCUS-GARRABET

Vin & Compagnie

Vin & compagnie est une société de négoce de vins, spiritueux et bières installée en Ariège essentiellement dédiée aux restaurateurs, cavistes, bars, associations et à tous les professionnels des métiers de bouche Ariégeois.

61, Avenue Irène Joliot Curie

Tél. : 06 14 52 40 66

Conciergeries

Conciergerie Pays d'Ariège

Une conciergerie est un service proposé par les professionnels de l'immobilier pour simplifier la vie de leurs clients dans les domaines de la transaction ou de la location saisonnière.

Tél. : 07 52 02 21 91

www.ariège.me

SC Pyrénées Conciergerie

Vous propose ses services pour vos locations saisonnières et de courte durée.

Concierges en Ariège, nous nous occupons de votre local en votre absence pour accueillir vos locataires, pour réaliser l'état des lieux d'entrée ou de sortie, ou pour effectuer le ménage de votre maison avant et après la location.

Tél. : 06 73 38 84 01

www.scpyrénéesconciergerie.fr

Décoration/ Souvenirs

AX-LES-THERMES

Un Coin de Paradis

Poussez la porte d'un coin de paradis où Virginie vous conseillera pour vos idées de cadeaux... De la déco, du cadeau, du fait main, des montagnes de souvenirs à rapporter dans sa valise.

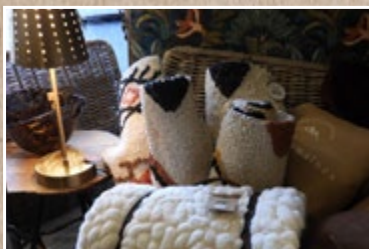
Allées du Coulobret
Tél. : 05 61 64 04 94

Bonheur du Jour

Thé & déco Shop

Poussez la porte et Sandrine vous conseillera pour vos thés & infusions, des idées de cadeaux, du fait main, de la déco, de l'art de la table, des produits senteur, de nouveaux cafés, des tasses, des théières, du petit mobilier bref tout un tas de choses qui j'espère vous plairont autant qu'à moi.

2 bis, Rue de l'Horloge
Tél. : 05 81 15 72 30



LARNAT

Vente d'objets artisanaux lapons

Nous nous rendons en Laponie régulièrement pour sélectionner des objets naturels et authentiques, couteaux traditionnels, tambours chamanique, colliers en bois de renne... fabriqués à partir de cuir, bois de renne, loupe de bouleau, écorce.

Un choix d'articles confortables et tout doux : chaussons et gants en peau, chapkas... issus d'autres pays de la CEE. Venez nous rendre visite dans notre petite boutique, pour y découvrir encore plus d'objets.

Tél. : 06 80 88 09 33

Gardiennage de caravanes

LES CABANNES

Sicre

Ouvert toute l'année de 8h à 18h (du 1er/11 au 30/04).

6, rue de la Rivière
Tél. : 05 61 01 56 87
www.ets-sicre.com

Garages

MERCUS - GARRABET

Motrio - Garage Caze

Entretien et réparation de toutes marques. Toutes prestations : pneus, freinage, distribution, essuie-glace, allumage, climatisation, batterie, révision, carrosserie, vidange, diagnostic, contrôle technique, géométrie, parallélisme, échappement, embrayage, AdBlue, amortisseur, ampoule, éclairage, plaque d'immatriculation.

19, Avenue Irène Joliot Curie
Tél. : 05 61 05 80 02
www.motrio.fr

SINSAT

Garage La Coume

Réparation en carrosserie, entretien et diagnostic mécanique ou du service de dépannage. Intervention sur toutes les marques automobiles.

Agents et référents de la marque Mercedes-Benz, nos techniciens appliquent et respectent le protocole constructeur afin de garantir une prestation de qualité conforme à la marque.

2 bornes de recharge rapide en 22KW pour véhicules électriques.

Z.A. Aulos-Sinsat
Tél. : 05 61 03 83 18
www.garagelacoume.fr

TARASCON-SUR-ARIÈGE

Garage Chague

Garage affilié au réseau AD.

Nous effectuons la mécanique toutes marques, ainsi que la recherche de pannes, l'entretien et la révision.

Pose de plaques d'immatriculations autos, motos et cyclos.

Station de lavage avec aspirateur, nettoyeur haute pression et rouleaux ainsi que d'une aire de gonflage.

Ouvert du lundi au vendredi de 8h à 12h et de 14h à 18h.

51, Avenue Victor Pilhes
Tél. : 05 34 09 00 35

Garage Verdier

Garage agent Renault

Valise d'origine Renault et multicarte.

Nous pouvons intervenir sur vos poids lourds, véhicules légers, chariots élévateurs, engins agricoles et de chantier en entretien, réparation, dépannage et remorquage. Révision engins hydrauliques.

Banc géométrique 3D

Recharge climatisation.

Avenue Victor Pilhes
Tél. : 05 61 05 19 49
www.garage-ariège-verdier.fr

Graphiste

Homea Design

Une communication Made in Ariège.

Homea-Design cherche toujours à allier créativité et originalité afin de développer pour vous une identité unique.

Tél. : 06 32 78 70 86
insta : homea_design_09

Informatique

Axidoc

Depuis plus de 15 ans, Axidoc accompagne près de 2000 entreprises sur l'ensemble des activités bureautiques, arts graphiques, production et grand format, solutions numériques et dématérialisation. De la création à l'impression, de la numérisation à l'archivage, du partage à la diffusion, le bon choix, c'est Axidoc.

Tél. : 05 61 28 73 73

Marionnettiste

Le Grand Gône

Les marionnettes, Guignol... Le Grand Gône saura animer vos projets de spectacle pour le plus grand plaisir des enfants... et des adultes. Le Gône et sa troupe de comédiens de bois, vous invite à découvrir le village de Guillaugli-Sous-Aisselles à travers des histoires et des décors hauts en couleurs.

Sculpture des têtes et mains, habillage des gaines, réalisation des décors, écriture des textes, tout est fait « maison » par cet artisan-marionnettiste afin d'offrir un écrin original au célèbre gône Lyonnais, tout en respectant cette tradition bicentenaire.

2, Route de la Vexane
09220 VAL-DE-SOS
tél. : 06 17 57 03 91

Merceries/ Loisirs créatifs

TARASCON-SUR-ARIÈGE

La Cabane aux pincesaux

Une boutique pour vos créations...

C'est un lieu qui fourmille de matériel de toutes sortes, gouache, aquarelle, acrylique, toiles mais aussi de matériel pour s'adonner au quilling, scrapbooking, au modelage entre autres.

Ateliers : Peinture - Pouring - Quilling - Objets décoratifs - Activités créatives.

Atelier anniversaire au choix sur réservation. Horaires d'ouverture : du mardi au samedi de 9h à 12h et de 14h à 18h

6, Avenue Victor Pilhes
Tél. : 06 40 63 71 22

Un Instant chez moi

Vente en ligne de laines, tissus oeko-tex, mercerie...

Plusieurs gammes de fils, des laines ariégeoises, des laines bio et certifiées GOTS, recyclées mais aussi des fils provenant de filatures françaises.

Vous pourrez aussi trouver de quoi coudre. Mais aussi du canevas, de la broderie, du point de croix...

N'hésitez pas à venir me voir dans mon monde chaleureux, rempli de couleurs et de matières.

Ouvert : Mardi, jeudi, vendredi, samedi : 9h30 à 12h / 15h à 18h,

Mercredi : 9h30 à 12h / 16h à 18h

14, Rue de la République

Tél. : 09 84 15 32 92

Optique

AX-LES-THERMES

Optique de la Haute Ariège

Poussez la porte, Cédric sera à l'écoute...

Propose une large gamme de montures.

Des conseils personnalisés, des contrôles de la vision, vos adaptations en lentilles de contact et une aide visuelle comme les loupes.

Les masques de ski sont également de retour, venez les essayer en magasin !

9, Rue de L'Horloge

Tél. : 05 61 03 50 91



Photographes

AX-LES-THERMES

Jean Demary

De chasseur d'images, je suis devenu chasseur de lumière. Ma curiosité me pousse toujours à aller voir de l'autre côté si la lumière n'est pas plus belle, à aller voir si il n'y a pas un animal sauvage qui m'attend là bas.

Tél. : 06 75 39 15 20

www.photographie-ariege.com

Charles Ripon

Spécialisé dans la réalisation de reportages photos et vidéos mettant en valeur vos sites touristiques et lieux d'accueil. Mon objectif est de valoriser vos activités, vos lieux et de mettre en scène les différentes installations présentes sur chaque site, afin de créer du contenu adapté à tous types de supports de communication.

Tél. : 06 26 70 87 84

Charlesripon.com

SURBA

Ivan Olivier

Rendons les choses Palpitantes Ensemble !

Vous avez un projet photographique en tête ? Vous souhaitez une séance photo ?

Vous souhaitez vous former à la photographie ?

Travaillons ensemble : retrouvez mes différentes prestations.

Ouvrir son regard, changer de perception,

rendre sublime le commun...

Tél. : 06 74 96 18 71

www.gratteronetchaussons.fr

Prêt-à-porter

AX-LES-THERMES

Myu

Avec MYU, son enseigne Axéenne de prêt-à-porter féminin, Myriam réussit une fois de plus à nous séduire, par son originalité et ses choix très avisés.

Boutique dames prêt à porter, accessoires, bijoux et chaussures.

Ouvert du mardi au dimanche matin

Pendant les vacances scolaires :

ouvert tous les jours - Horaires élargis...

1, Rue Marcaillou

Tél. : 05 61 65 59 21

Glisse et montagne

Boutique de vêtements (Lutha, Molly Braken...), chaussures et accessoires pour hommes, femmes et enfants.

Ouvert tous les jours pendant les vacances scolaires de 9h à 12h et de 15h à 19h.

8, Rue Gaspard Astrié

Tél. : 05 61 64 20 22

Intersport

Bienvenue dans votre magasin, spécialisé dans la vente et la location d'articles de sport. Trail, matériel de randonnée, de ski, Sport Wear...

Ouvert : de 8h30 à 13h et 15h à 19h30.

8, Avenue Théophile Delcassé

Tél. : 05 61 02 96 70

www.intersport.fr

Ski Sensation Skimum

Stéphane vous accueille dans sa boutique de matériel de randonnée, de camping et vente de textile et accessoires.

Hommes - femmes - enfants

Ouvert : de 9h30 à 18h

3, Rue de L'Horloge et 2, Place St Jérôme

Tél. : 05 61 01 98 93

www.skisensation.fr

Presse/ Tabac

TARASCON-SUR-ARIÈGE

Maison de la presse

Avenue Paul Joucla

Tél. : 05 61 05 62 11

Quincaillerie

Etablissement Da Silva & Fils

Tout ce dont vous avez besoin pour votre maison ou le bricolage : la peinture, le sanitaire, la plomberie, l'outillage pour le jardin, ou la maison.

Reproduction de clé. Vous trouvez vos appareils de chauffage à bois, gaz ou fioul que nous pouvons livrer et installer.

Une large gamme de matériel de cuisine sait satisfaire les plus exigeants, matériel électroménager et petit ménager des plus grandes marques.

Nos travaux : peinture (intérieure et extérieure), revêtements (sol et murs), électricité et plomberie (dépannage et installation, serrurerie et vitrage, parqueterie...).

6, Avenue Vaillant-Couturier

Tél. : 05 61 05 70 87

Stations services

PERLES ET CASTELET

• **Carrefour Contact** - 24h/24h

Station gonflage - Piste poids lourds

ZA du Castelet - Tél. : 05 61 02 35 90

SAVIGNAC LES ORMEAUX

• **Intermarché contact** - 24h/24h

RN20 - Tél. : 05 61 64 29 29

TARASCON-SUR-ARIÈGE

• **Super U** - 24h/24h

Route de Quié - Tél. : 05 61 05 07 90

• **Station Esso (Chague)**

54, Avenue Victor Pilhes -

Tél. : 05 34 09 00 35

VAL-DE-SOS

• **SPAR** - 24h/24h

Station de gonflage

6, Rue de l'Église - Tél. : 05 61 65 34 66

QUÉRIGUT (Donezan)

• **Superette Utile**

Tél. : 04 68 20 45 32

INFOS PRATIQUES



État des routes, circulation

Inforoute

Tél. : 05 61 02 75 75.

Informations routières hivernales sur le Réseau Routier National de la DIRSO Sud-Ouest

- <https://www.bison-fute.gouv.fr/pyrenees.html>

- www.inforoute09.fr

ATTENTION : cols fermés l'hiver

• **Fermeture permanente tout l'hiver** :

- **Col de Pailhères** (Ariège)

sur la D25 entre Ax-les-Thermes et Axat (Aude)

- **Accès Vallée de l'Aston et Vallée de Soulcem**

• **Fermeture temporaire en fonction des conditions d'enneigement** :

- **Col de Marmare** (Ariège)

sur la D613 entre Ax-les-Thermes et Quillan (Aude)

- **Col du Pradel** (Ariège)

sur la D22 entre Ax-les-Thermes et Quillan (Aude)

- **Col de port** (entre la vallée de la Courbière et Couserans)

- **Port de Lhers** entre vallée de vicdessos et Couserans

- **Col d'Envalira** entre Pas de la Case et Andorre la Veille,

déviations par tunnel payant

- **Col du Puymorens** sur la RN320 entre les Pyrénées-Orientales et l'Ariège déviations par tunnel payant

Météo/ Enneigement

Info Neige

Retrouvez le bulletin sur

www.pyrenees-ariegeoises.com

Tél. : 3250

Transports

En télécabines, en bus, en voiture ou en taxi, choisissez le meilleur moyen pour vous rendre en station.

RAIL LIGNES RÉGULIÈRES

Gares SNCF

Infos / trafic : 36 35

Horaires et billets : www.sncf.com

Skirail

Au départ de toutes les gares d'occitanie et disponible sur la vente en ligne de TER Midi Pyrénées.

www.ter.sncf.com/occitanie/decouvrir/skirail

NAVETTES VERS LES STATIONS DE SKI L'HIVER

AX 3 DOMAINES

En bus : Entre Savignac et Ax-les-Thermes. Départ depuis Savignac-les-Ormeaux en passant par le camping Le Malazéou, la gare SNCF, les télécabines et les résidences de tourisme : Les Chalets d'Ax, Les Domaines de la vallée d'Ax.

En télécabine du Baou : Ax-les-Thermes 740 m/Ax 3 Domaines 1400 m
Tous les jours de l'ouverture à la fermeture de la station de 8h30 à 19h.

ASCOU

Navette gratuite jusqu'à la station, circulant du 31/12/2023 au 07/01/2024 et les vacances zone C (du 11/02 au 25/02/2024).

Savignac-les-Ormeaux 8h45/Gare SNCF Ax 8h50/le Grand Tétrás 8h55/Ascou 9h05/Les Forges d'Ascou 9h10/Station d'Ascou 9h25

Retour: départ station 16h30.

BEILLE

Navette :

Tarascon > Aston > Gîtes de Beille Les Cabannes > Gare SNCF Les Cabannes > Beille

Vacances scolaires toutes zones et les week-ends et jours fériés.

Navette payante A/R

7,50 €/jour/adulte

6,50 €/jour/djeun's ou Pitchouns.

Règlement à la billetterie de Beille.

Gratuit pour les moins de 3 ans.

BUS

Donezan-Quillan (A/R)

Les mercredis sur réservation au

Tél. : 04 68 20 41 37

Bus à 2 € de Tarascon à Pamiers.

www.ariege.fr

LOCATION D'UTILITAIRES ET VOITURES

PERLES-ET-CASTELET

Carrefour Contact

ZA du Castelet

Tél. : 05 61 02 35 90

www.carrefour.fr

TARASCON-SUR-ARIÈGE

Super U

Tél : 05 61 05 07 90

www.superutarasconsurariege.com

NAVETTES VERS LE PAS DE LA CASE

Mercredi et samedi sauf jours fériés en Andorre et route d'accès fermée

Horaires de départ:

Tarascon-sur-Ariège (centre multimédia) : 12h55

Ussat (RN 20) : 13h

Les Cabannes (arrêt de bus) : 13h05

Luzenac (café de la Paix) : 13h10

Savignac-les-Ormeaux : 13h20

Ax-les-Thermes (camping Malazéou et

Grand Tétrás) : 13h22 et 13h25

Mérens (arrêt de bus) : 13h40

Départ Pas-de-la-Case : 16h15

Achat des billets dans le bus.

Renseignements : Tél. : 05 61 64 23 75

TRANSPORT À LA DEMANDE

AX-LES-THERMES

Tél. : 05 61 64 60 60

TARASCON-SUR-ARIÈGE

Tél. : 05 34 09 86 30

TAXIS Pensez à réserver votre taxi.

BOMPAS

Taxi Canal -Ména

Tél. : 06 07 54 97 59 / 06 47 11 68 01

LASSUR

Génie'Taxi

Tél. : 06 30 31 23 69

Infos pratiques

AIRES DE SERVICE ET STATIONNEMENT CAMPING CARS

Vous êtes à la recherche d'un lieu pour stationner, vidanger ou vous ravitailler en eau ? Découvrez toutes les aires d'accueil et campings sur notre site internet dans la rubrique Dormir > Campings et Aires de camping-car.

AX 3 DOMAINES (PLATEAU DE BONASCRE)

40 places / Stationnement gratuit.
Eau 2€/100 L, électricité 6€/12h.
Règlement par CB

AX-LES-THERMES

Avenue Delcassé, près de la gare SNCF
30 places.
Entrée : 11€ - Règlement par CB

LES CABANNES

Quartier La Bexane
30 places. Toilettes.
Stationnement 10€ / 24h - Eau 2€/100 L.
Règlement par monnaie ou CB

L'HOSPITALET PRÈS L'ANDORRE

8 places. Toilettes publiques
Tarif : stationnement 24h gratuit
Vidange eaux usées gratuite
Eau 2€/100 L, électricité 6€/12h.
Règlement par CB.

VAL-DE-SOS

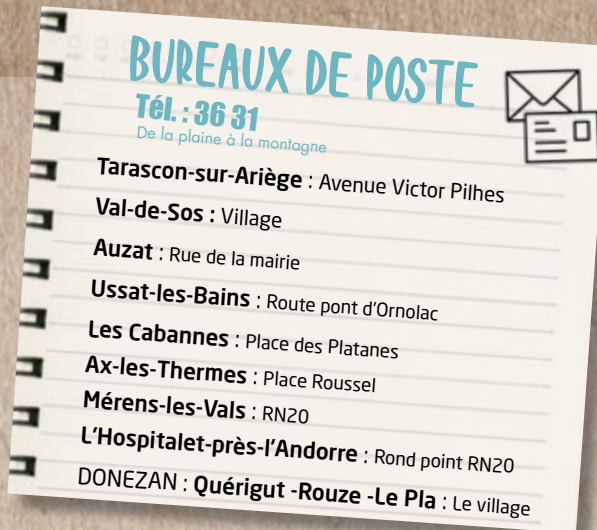
En bordure de la rivière
31 emplacements en bordure de rivière.
Tarif : 8€. Stationnement, vidange eaux usées gratuites.
Tél. mairie : 05 61 64 88 25

LIMITATION DE STATIONNEMENT POUR LES CAMPING CARS :

- Ax-les-Thermes : stationnement interdit de 18h à 6h dans toute la ville.
- Tarascon-sur-Ariège : stationnement autorisé dans toute la ville (sous condition de ne pas sortir le matériel de camping à l'extérieur).
- Beille : stationnement interdit pendant la nuit.

Distributeurs de billets

- Ax-les-Thermes
- Ax 3 Domaines
- Les Cabannes
- L'Hospitalet-près-l'Andorre
- Quérigut
- Tarascon-sur-Ariège
- Val-de-Sos



Réseaux de lecture de la Haute Ariège

www.bibliotheques.cc-hauteariege.fr
www.cc-paysdetarascon.fr

Gratuité du Réseau de lecture pour tous. Profitez-en !

ARIGNAC

1, chemin du Crambet
Tél. : 05 61 65 23 77

AUZAT

1, Rue de la Mairie
Tél. : 05 61 03 13 35

AX-LES-THERMES

Allée du Couloubret.
Bâtiment du casino.
Tél. : 05 61 03 13 35

LES CABANNES

Place des Platanes
Tél. : 05 61 05 22 54

L'HOSPITALET PRÈS L'ANDORRE

Place Soulé - Mairie
Tél. : 05 61 05 20 04

LUZENAC

Rue de la Mairie
Tél. : 05 61 04 77 45

MERCUS

Place Jean Moulin
Tél. : 05 61 64 01 96

TARASCON-SUR-ARIÈGE

Centre Culturel F. Mitterrand
Tél. : 05 61 66 13 74

USSAT

Village
Tél. : 05 61 64 72 91

QUERIGUT (Donezan)

Chalets le Recantou
Tél. : 05 61 03 13 35

Boîtes à livres

A retrouver dans nos villages...

Centres de Loisirs (ALSH)

AUZAT

Tél. : 05 61 03 83 28

AX-LES-THERMES

Tél. : 03 61 03 62 02

LES CABANNES

Tél. : 05 61 02 90 35

LUZENAC

Tél. : 05 61 01 68 77

TARASCON-SUR-ARIÈGE

Tél. : 05 61 05 19 64

Halte-Garderie Crèche

AUZAT

Les Lutins - Micro Crèche

(réservation obligatoire)
Tél. : 05 61 03 81 48

AX-LES-THERMES

Croque soleil

(Réservation obligatoire)
Camp de Granou
Tél. : 05 61 02 00 30

AX 3 DOMAINES

Plateau de Bonascre
Réservation : ax.ski/fr/garderie
<https://www.pyrenees-ariegeoises.com/offres/garderie-ax-3-domaines-ax-les-thermes-fr>, rubrique Réserver

LES CABANNES

Colin Maillard

(réservation obligatoire)
Espace enfance G. Authier
Tél. : 05 61 02 90 35

TARASCON-SUR-ARIÈGE

Maison des Tout-Petits

Rue Jean Moulin
Tél. : 05 34 09 00 43

FREQUENCES RADIO FM

www.frequence-radio.org

Pyrénées FM



WIFI

Wifi gratuit dans les bureaux de l'Office de Tourisme des Pyrénées Ariégeoises.
Wifi gratuit dans les bureaux de poste.

Services religieux

Catholique : <http://ariege-catholique.fr>
Protestant : www.unepref-ariège.org
Mosquée de Tarascon : 9, Rue des reniers

Urgence, sécurité

Numéro d'urgence européen..... 112
(redirige sur les numéros 15, 17, 18, 115 et 119)
SAMU 15
Gendarmerie nationale..... 17
Lutte contre l'incendie 18
Enfance maltraitée..... 119
Enfants disparus..... 116000
Centre antipoison..... 05 61 49 33 33

Pour toutes infos pratiques concernant la montagne

Peloton de Gendarmerie de Haute Montagne

Savignac-les-Ormeaux
Tél. : 05 61 64 22 58

Santé

Allo docteur

Un médecin à votre écoute, à partir de 20 h et toutes les nuits, week-ends et jours fériés.
Tél. : 39 66

AMBULANCES

AUTOUR D'AX-LES-THERMES ET TARASCON-SUR-ARIÈGE

Ariège Ambulance

Tél. : 05 61 68 94 94

AUTOUR DE MIJANES (Donezan)

Axat

Tél. : 04 68 20 63 64

Quillan

Tél. : 04 68 20 96 61

CENTRE HOSPITALIER

FOIX

Centre Hospitalier du Val d'Ariège

Chemin de Barrau - St Jean de Verges
Tél. : 05 61 03 30 30

CARCASSONNE

Centre Hospitalier

Tél. : 04 68 24 24 24

MÉDECINE GÉNÉRALE ET THERMALE

AX-LES-THERMES

Maison de santé

Tél. : 05 61 03 29 11

Goubay Frédérique

Maison de Santé
Rue Abraham Sicre
Tél. : 05 61 64 30 80

Grand Claude

7, Rue Gaspard Astrié
Tél. : 05 61 64 22 50

Marquès Michel

Le Bristol, Rue du Moulinas
Tél. : 05 61 64 37 80

Sasieta Wong

3, Rue Gaspard Astrié
Tél. : 05 61 03 20 15

QUÉRIGUT (Donezan)

Maison médicale

Les lundi et jeudi sur RDV
Dr Tromme et Dr Harrisson
Tél. : 04 68 74 92 71

MERCUS

Maison de santé

33, Avenue Henri Marrot
Tél. : 05 61 64 93 06

Garcia-Aguilera José

Hammoun Kamal

Vanryssel Marie-Josephe

TARASCON-SUR-ARIÈGE

Maison de Santé

1bis, Rue des Evadés de France

Dedieu Guy-Francis

Tél. : 05 61 05 68 03

Laguerre Bernard

Tél. : 05 61 05 62 10

VAL-DE-SOS

Maison de santé «Avicenne»

Carrer de l'Estalier
Tél. : 05 61 01 20 38

Michaut Martin

Dupui Marc

Pharmacies

AX-LES-THERMES

Aybram Guillaume

10, Rue Rigal
Tél. : 05 61 64 20 28

LES CABANNES

Fraïsse - Redal

87, Rue Principale
Tél. : 05 61 64 77 08

TARASCON-SUR-ARIÈGE

Pharmacie du Castella

9, Avenue Paul Joucla
Tél. : 05 61 05 60 09

Pharmacie Fondère - Teychenne

4, Place Jean Jaurès
Tél. : 05 61 05 60 47

VAL-DE-SOS

Pharmacie Mas Stéphane

Place du Gravier
Tél. : 05 61 64 82 82

Vétérinaires

TARASCON-SUR-ARIÈGE

SCP des vétérinaires

Tél. : 05 61 05 15 68

LE PLA (Donezan)

Dr Edwige Berteil

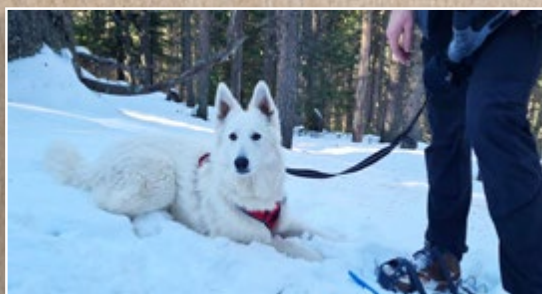
(sur rendez-vous uniquement)
Tél. : 06 47 24 50 50

Retrouvez la liste complète des métiers du secteur de la santé dans les points d'informations de l'Office de Tourisme ou sur le site www.pyrenees-ariegeoises.com

NOS AMIS LES BETES

**Vous êtes venu avec votre fidèle ami...
Attention, il ne peut pas suivre partout !!!**

N'oubliez pas sa laisse, son collier, sa gamelle, son panier et son carnet de vaccination...
Les animaux sont autorisés dans certains hébergements, restaurants, dans les stations nordiques de Beille et Chioula, tenus en laisse courte, uniquement sur les pistes piétons et raquettes et aussi en randonnées.
N'oubliez pas de nettoyer ses besoins en les ramassant à l'aide d'un sac à déjections canines. **Merci !!!**
Ne laissez pas votre animal dans votre voiture, il est en vacances avec vous !!!



UNE QUESTION ? UNE REPONSE !

-Les chiens sont-ils acceptés dans la télécabine ?
Oui dans la télécabine du Baou tenus en laisse.
(Ax vers Ax 3 Domaines)

-Quelle visite puis-je faire avec mon chien ?
Seule, la grotte de Lombrives accepte les chiens tenus en laisse courte.

-Puis-je me balader avec mon chien en station ?
Oui dans les stations nordiques de Beille et du Chioula, sur les pistes piétons et raquettes tenus en laisse courte.

. Chien perdu ? : www.chien-perdu.org En cas de perte de votre chien, pensez à consulter aussi la page Facebook.

. Chien trouvé ? Contactez la mairie ou la police municipale de la commune pour le signaler. L'animal sera pris en charge puis conduit à la fourrière animale.

SOYONS RESPONSABLES

DES QUE LA NEIGE FOND, LES DECHETS RESTENT... PENSEZ-Y !!!

BORNES DE RECHARGE POUR VOITURES ÉLECTRIQUES

<https://fr.chargeamap.com/map>

ASCOU (Station)

1 borne REVEO

AX-LES-THERMES

2 bornes électriques Révéo au parking de l'église St Vincent

1 borne derrière la chapelle St Jérôme

AX 3 DOMAINES

1 borne Avenue de la Giroille

1 borne sur le parking

APPY

1 borne REVEO - D20

LUZENAC

2 bornes électriques Révéo sur la place Rouge - 26, Rue Principale

PLATEAU DE BEILLE

1 borne sur le parking

QUÉRIGUT (Donezan)

1 borne REVEO

SINSAT

2 bornes au garage La Coume

Horaires d'ouverture du garage

TARASCON-SUR-ARIÈGE

2 Bornes Place du 19 mars 1962

2 Bornes sur le parking de Super U

2 Bornes Cité des Arrigols

1 Borne sur la parking d'intermarché

VAL-DE-SOS

1 borne place du Gravier

LES POINTS DE TRI

Faisons toutes et tous le bon geste, triions tous les emballages !

Sur les sites :

Communauté de Communes de la Haute Ariège :

www.cc-hautearriege.fr

Communauté de Communes

de Tarascon-sur-Ariège :

www.cc-paysdetarascon.fr

DÉCHETTERIES DE LA HAUTE ARIÈGE

UNAC

RN20

Tél. : 05 61 64 40 37

Horaires d'ouverture :

Hiver (1er novembre au 31 mars)

Du lundi au vendredi : 9h - 12h,

14h - 17h30

samedi : 9h à 12h

VAL-DE-SOS à ARCONAC

Tél. : 05 61 68 02 02

Horaires d'ouverture :

Lundi et vendredi de 13h30 à 16h30

Mercredi et jeudi de 9h à 12h

Samedi de 9h à 12h

DÉCHETTERIE DONEZAN

CARCANIÈRES

RD25

Tél. : 04.68.20.41.37

Horaires d'ouverture : Lundi, mercredi,

jeudi et vendredi : 14h à 17h

Samedi : 10h à 12h/14h à 17 h

DÉCHETTERIE DU PAYS DE TARASCON-SUR-ARIÈGE

ARIGNAC

RD8 - Zone des Bernières

Tél. : 05 61 68 02 02

Horaires d'ouverture : Du lundi au

samedi : de 8h30 à 12h

et 13h30 à 18h

Pensez au covoiturage
www.covoiturage.fr



Je voyage en camping-car...

Le camping-car est un moyen de voyager librement et d'aller où bon vous semble selon vos envies. Il ne vous attache pas à une station en particulier, vous pouvez aller directement dans les stations où la neige vient de tomber. Les Pyrénées Ariégeoises n'auront plus de secret pour vous et votre camping-car ! Découvrez tous les services que l'Office de Tourisme met en place pour vous faciliter le séjour :

Vous ne savez pas quelles routes sont accessibles avec votre camping-car en montagne ? Découvrez nos cartographies d'accessibilité des routes et les plans de ville d'Ax-les-Thermes et de Tarascon sur Ariège sur notre site internet dans la rubrique Pratique > Se déplacer. Vous êtes à la recherche d'un lieu pour stationner, vidanger ou vous ravitailler en eau ? Découvrez toutes les aires d'accueil en page 82.

A SAVOIR POUR TOUS LES AUTOMOBILISTES

CERTAINS COLS SONT FERMÉS EN HIVER

• Fermeture permanente tout l'hiver :

- Col de Pailhères (Ariège)
sur la D25 entre Ax-les-Thermes et Axat (Aude)
- Accès Vallée de l'Aston et Vallée de Soulcem fermés en hiver

• Fermeture temporaire en fonction des conditions d'enneigement :

- Col de Marmare (Ariège)
sur la D613 entre Ax-les-Thermes et Quillan (Aude)
- Col du Pradel (Ariège)
sur la D22 entre Ax-les-Thermes et Quillan (Aude)
- Col de port (entre la vallée de la Courbière et Couserans)
- Port de Lhers entre vallée de vicdessos et Couserans
- Col d'Envalira entre Pas de la Case et Andorre la Vieille,
déviation par tunnel payant
- Col du Puymorens
sur la RN320 entre les Pyrénées-Orientales et l'Ariège
déviation par tunnel payant



Pour me déplacer sans mon camping-car :

En télécabines, en bus ou en taxi, choisissez le meilleur moyen pour vous rendre en station. Si vous êtes toujours à courts d'idées, prenez contact avec l'Office de Tourisme, nous prendrons soin de répondre à vos questions et vous conseiller...

Comment venir chez nous

PAR LE RAIL

- **SNCF** : Réservation et informations : Tél. 3635
www.sncf.com
- Lignes directes régulières toute l'année :
Paris Austerlitz - La Tour de Carol
Arrêts : Tarascon-sur-Ariège - Les Cabannes - Luzenac/
Garanou - Ax-les-Thermes - Mérens-les-Vals - L'Hospitalet
près l'Andorre.
- Billeterie à Tarascon-sur-Ariège et Ax-les-Thermes
- TGV Paris Montparnasse via Toulouse

PAR LES AIRS

- **Aéroports internationaux**
Toulouse - Blagnac (102 km de Tarascon-sur-Ariège/
130 km d'Ax-les-Thermes/180km de Mijanès)
Carcassonne - Salvaza (96 km de Tarascon-sur-Ariège/
100 km d'Ax-les-Thermes/90 km de Mijanès)

EN BUS + TRAIN OUIBUS

Depuis Paris Bercy (centre ville)
Depuis Orléans
Depuis Limoges
Depuis Brive-la-Gaillarde
Depuis la Gare Routière de Toulouse Matabiau

ACCÈS ROUTIER

DEPUIS TOULOUSE :

- **Vers Ax-les-Thermes** :
A61, direction Montpellier-Foix, bifurcation A66
A66, sortie Pamiers (35 km de Tarascon-sur-Ariège et
60 km d'Ax-les-Thermes par voie rapide), prendre
direction Foix-Andorre

- **Vers Le Donezan - Mijanès** : A61, direction Carcassonne,
Prendre direction Limoux, Quillan (90 km de Mijanès)

DEPUIS BORDEAUX :

- **Vers Ax-les-Thermes** : A62, jusqu'à Toulouse, prendre
A61 puis A66

DEPUIS CARCASSONNE :

- **Vers le Donezan - Mijanès** : Prendre direction Limoux,
Quillan (90 km de Mijanès)
- **Vers Ax-les-Thermes** : A61, sortie Bram (80 km de
Tarascon-sur-Ariège/ 100km d'Ax-les-Thermes)

DEPUIS MONTPELLIER :

- **Vers Ax-les-Thermes** : A61, sortie Carcassonne (100 km
d'Ax-les-Thermes)
Prendre direction Limoux, Quillan, Belcaire,
Col du Chioula.
A61, sortie Bram (80 km de Tarascon-sur-Ariège/ 100 km
d'Ax-les-Thermes)
Prendre direction Mirepoix, Foix, Tarascon/Ariège
- **Vers le Donezan - Mijanès** : A9, via Perpignan
puis D117 et D118 direction Axiat
(240 km de Montpellier via Mijanès)

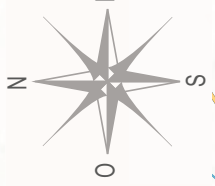
DEPUIS BARCELONE :

- **Vers Ax-les-Thermes et Tarascon-sur-Ariège** :
Suivre Manresa, Tunnel Del Cadi
(60 km d'Ax-les-Thermes, 88 km de Tarascon/Ariège),
Puigcerda, Tunnel de Puymorens
- **Vers le Donezan - Mijanès** : Suivre Manresa, Tunnel Del
Cadi (123 km de Mijanès), Puigcerda, Boug-Madame,
Formiguères.



Carte touristique

- Espace nordique
- Station thermique et de détente
- Office de Tourisme
- Grands Sites Occitanie
- Station de ski de pistes
- Grotte - Préhistoire



AUDE

PYRÉNÉES ORIENTALES

PARC NATUREL RÉGIONAL

STATION SPORT NATURE DU MONTCALM

Les boucle des 3 nations

5 km





PYRÉNÉES ARIÉGEOISES

TOURISME



#pyreneesariegeoises

NOS BROCHURES

Vous pouvez télécharger gratuitement toutes nos brochures sur :

www.pyrenees-ariegeoises.com/brochures

ARIÈGE
Libres comme l'Air

À votre disposition, des **bornes numériques** pour des infos en un clic à Auzat, Val-de-Sos, Les Cabannes, Ax-les-Thermes et Montaillou.

OFFICE DE TOURISME DES PYRÉNÉES ARIÉGEOISES
www.pyrenees-ariegeoises.com

ACCUEIL - INFORMATIONS :

- Ax-les-Thermes, Ax 3 Domaines, Les Cabannes, Tarascon-sur-Ariège, Val-de-Sos, Quérigut
Tél. : 05 61 64 60 60

Horaires d'ouverture sur notre site internet :
www.pyrenees-ariegeoises.com

RÉSERVATIONS - SERVICES GROUPES :

Tél. : 05 61 64 90 31

Membre du réseau Ariège Tourisme

