



MANGER

Café Restaurant L'Union

1, place Jean Ibanes
09200 Saint-Girons
05 61 66 00 01

Carrefour Express

24, avenue Noël Peyrevidal
09800 Castillon-en-Couserans
05 34 14 01 53



TRANSITER

ÉTAPE REINE (Séjours et stages cyclistes en groupe)

09140 Ercé
06 17 44 61 05
etapereine.com

S'INFORMER

Office de tourisme

Couserans Pyrénées
Saint-Girons,
Castillon-en-Couserans
05 61 96 26 60
tourisme-couserans-
pyrenees.com



LE COUP DE CŒUR ARIÉGIOIS

Le Moulin gourmand épicerie produits locaux

Rue du Moulin
09800 Engomer
05 61 96 83 38
moulin-gourmand.fr



RÉPARER ET LOUER

CYCLES ET VOUS (location et réparation)

Saint-Girons
05 61 01 54 72

MAXI SPORTS (location et réparation)

Saint-Girons
05 61 96 49 35



TAO © ADT Arriège Pyrénées - S. Meurisse



BOUCLE

DÉNIVELÉ

DISTANCE

DURÉE



AU DÉPART DE
ST-GIRONS
(PLACE DES CAPOTS,
ANCIENNE GARE)

D+ 1540 m
D- 1540 m

65 km

4 h 30

Au départ de Saint-Girons, dans le parc naturel régional des Pyrénées Ariégeoises, découvrez la vallée de Bethmale mais aussi le col de la Core qui vous offrent un panorama unique sur le Mont Valier. Vous apprécierez également les cols, plus confidentiels, de Catchaudégué et du Portech. Ici, la culture fromagère de Moulis participe à la vie des vallées alentour et ravit les palets.

Attention une partie du circuit est fermée en période hivernale.
Consultez inforoute09.fr avant le départ



Projet cofinancé par le Fonds Européen Agricole pour le Développement Rural
L'Europe investit dans les zones rurales

PYRÉNÉES
ARIÈGE
Tourisme

ariégepyrenees.com

L'ARIÈGE
aime le vélo!



L'ARIÈGE
aime le vélo!

CIRCUIT
3
LES SABOTS DE BETHMALE

DÉPART/ARRIVÉE : SAINT-GIRONS

