



MANGER

Petit Casino

16, avenue François Camel
09200 Saint-Girons

Couleur Café

4, place de l'église
09320 Massat
09 80 77 74 42



LE COUP DE CŒUR ARIÉGEIS

Brasserie La Brouche (Bière artisanale)

6 ter, avenue René Pleisiant
09200 Saint-Girons
05 61 96 60 01

Fromagerie Le Moulis

Luzenac - 09200 Moulis
05 61 66 09 64



RÉPARER ET LOUER

POINT GLISSE

(location et réparation)

Tarascon-sur-Ariège
06 74 88 40 64
location-point-glisse.com

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

Réparateurs à Foix :

Sensation nature

05 61 03 84 68

Facile le vélo

06 26 35 84 65

Décathlon

05 61 02 06 30



TRANSITER

Taxi Deramond

St-Paul-de-Jarrat
06 08 99 15 62

Taxi Cazalbou Cédric

Foix - 06 42 27 44 04

La Rébenne (Séjours sportifs)

Foix - 05 61 65 20 93
larebenne.com

L'étape Reine (Séjours et stages

cyclistes en groupe)
Ercé - 06 17 44 61 05
etapereine.com

► S'INFORMER

Offices de tourisme

Foix

05 61 65 12 12
foix-tourisme.com

Pyrénées ariégeoises

Tarascon-sur-Ariège
05 61 64 60 60
pyrenees-ariegeoises.com

Couserans Pyrénées

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

PYRÉNÉES
ARIÈGE
Tourisme

TAO - © ADT Ariège Pyrénées - S. Meurisse



DE FOIX À CASTILLON-EN-COUSERANS

ITINÉRAIRE

DÉNIVELÉ

DISTANCE

DURÉE



AU DÉPART DE
FOIX
(OFFICE DE TOURISME)



D+ 1 410 m
D- 1 250 m



87 km



5 h

Cette première étape entre pays fuxéen et Couserans vous conduit dans la vallée de l'Ariège puis Tarascon avant d'entamer la principale difficulté : le col de Port à 1250 m. Pépite du circuit : l'enchaînement de tunnels le long du Salat.

Attention une partie du circuit est fermée en période hivernale.
Éclairage obligatoire pour la traversée des tunnels.
Consultez inforoute09.fr avant le départ.



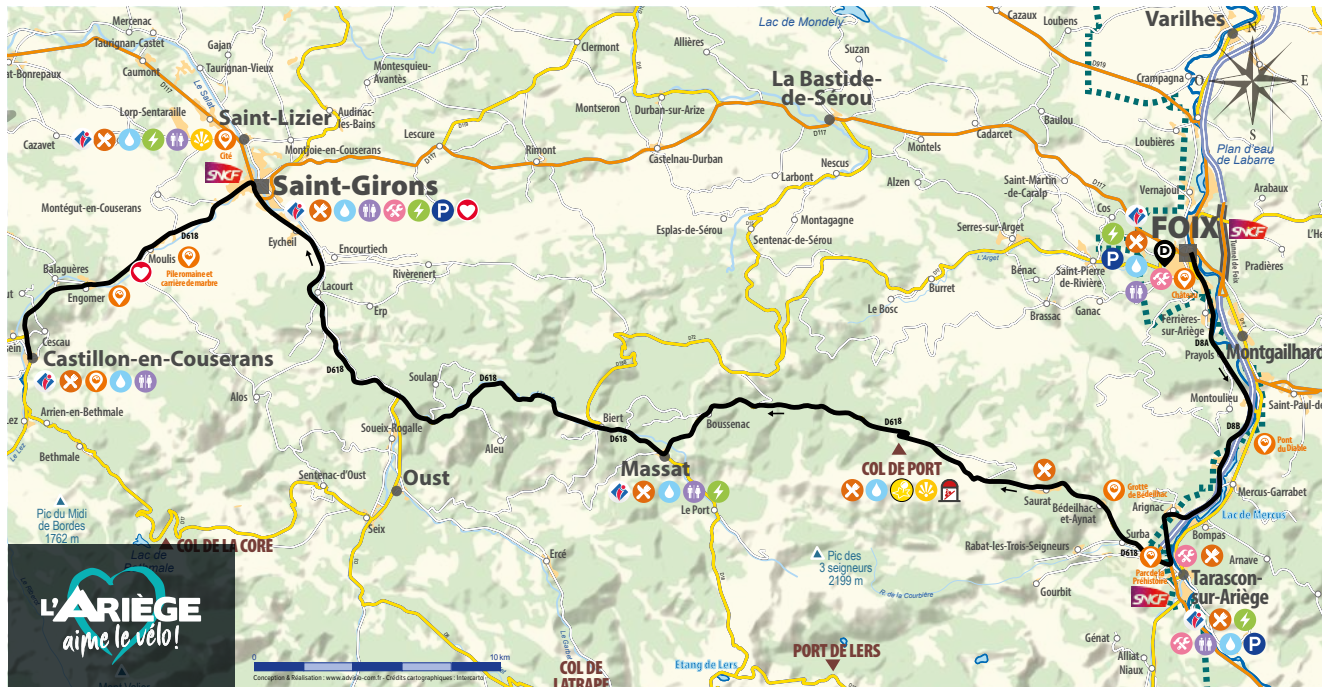
ariegepyrenees.com



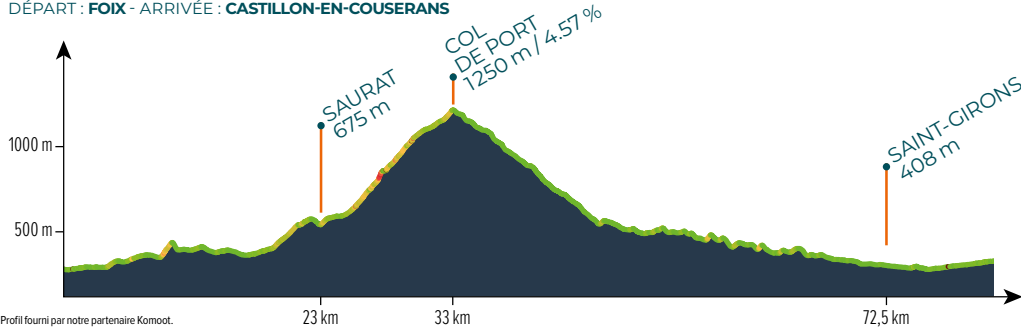
L'ARIÈGE
aime le vélo!



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



DÉPART : FOIX - ARRIVÉE : CASTILLON-EN-COUSERANS





MANGER

Petit Casino

Place Marechal Joffre
09140 Seix
05 61 96 08 66

Auberge du Montcalm

Rue du Montcalm
09220 Ausat
05 61 05 89 25



TRANSITER

Lieures Transports

Tarascon-sur-Ariège
05 61 05 61 83
lieurestransports.com

L'étape Reine (séjours et stages cyclistes en groupe)

Ercé - 06 17 44 61 05
etapereine.com

TAO © ADT Ariège Pyrénées - S. Meurisse



CIRCUIT
11

ÉTAPE 2

**LE CYCLOTOUR
DE L'ARIÈGE**

TRÈS DIFFICILE



LE COUP DE CŒUR ARIÉgeois

Boissons Pyrène

(Limonade, thé glacé)
106, rue du Montcalm
09220 Ausat
06 83 03 89 71
pyreneboissons.com

S'INFORMER

Offices de tourisme

Couserans Pyrénées

Castillon-en-Couserans, Seix,
Aulus-les-Bains
05 61 96 26 60
tourisme-couserans-pyrenees.com

Pyrénées Ariégeoises

Auzat - Vicdessos
05 61 64 60 60
pyrenees-ariegeoises.com

DE CASTILLON-EN-COUSERANS À AUZAT

ITINÉRAIRE

DÉNIVELÉ

DISTANCE

DURÉE



AU DÉPART DE
**CASTILLON-EN-
COUSERANS**
(OFFICE DE TOURISME)



**D+ 2 650 m
D- 2 470 m**



85 km



5 h 35



RÉPARER ET LOUER

MONTCALM MIREPOIX TOUT TERRAIN (location réparation)

Auzat
06 76 17 90 02
mtoutterrain.com



Vous démarrez avec la traversée de la vallée de Bethmale avant de vous attaquer aux deux défis sportifs du parcours : le col de la Core culminant à 1395 m et le col d'Agnes avec la vue sur le Valier. Sur le retour vous passez par le mythique Port de Lers.

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



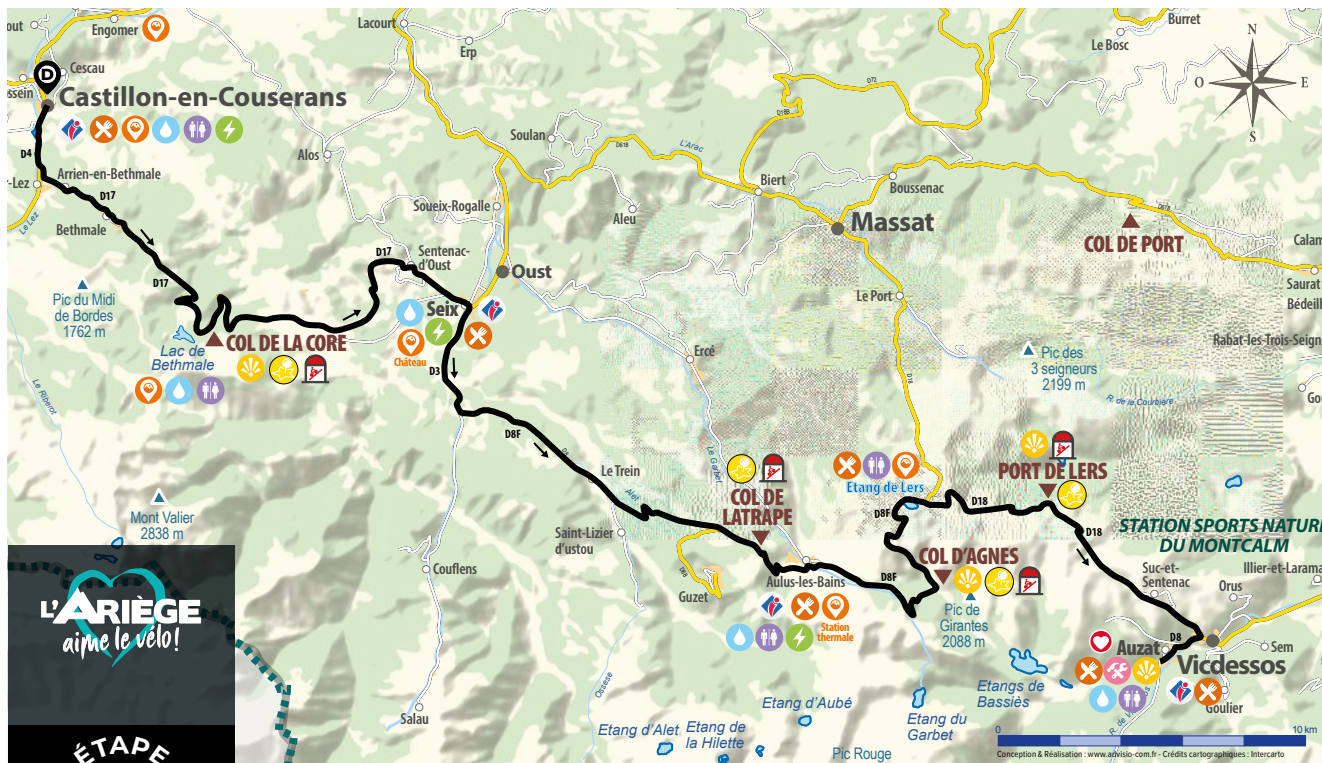
Projet cofinancé par le Fonds Européen Agricole pour le Développement Rural
L'Europe investit dans les zones rurales

PYRÉNÉES
ARIÈGE
Tourisme

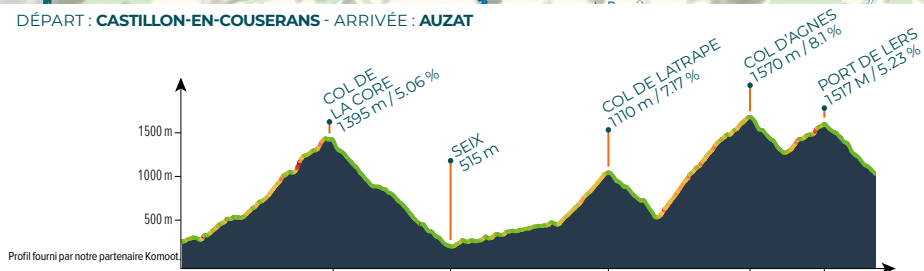
ariegepyrenees.com



L'ARIÈGE
aime le vélo!



DÉPART : CASTILLON-EN-COUSERANS - ARRIVÉE : AUZAT





MANGER

Proxi

7, rue des Menuisiers
09300 Villeneuve-d'Olmes
05 61 03 64 60

La Bexane

Place de La Bexane
09110 Prades - 06 15 14 17 82



LE COUP DE CŒUR ARIÉGEAIS

Limnade de Fontestorbes

09300 Fontestorbes
07 88 17 81 14
limnade-de-fontestorbes.com

Fromagerie Marc VALLVE

Rabot 09300 Roquefixade
06 77 62 59 39



RÉPARER ET LOUER

MONTCALM MIREPOIX TOUT TERRAIN

(location réparation)
Auzat - 06 76 17 90 02
mttoutterrain.com

POINT GLISSE (location et réparation)

Tarascon-sur-Ariège
06 74 88 40 64
location-point-glisse.com

VELOMONDO (location)

Léran - 06 31 94 24 91
velomondo.com



TRANSITER

CYLCL'OLMES PYRÉNÉES (réparation)

Laroque-d'Olmes
05 61 01 52 57
cycloolmes.com

Taxis Audabram

Lavelanet - 06 80 71 41 59
taxis-audabram.eu

Mon TAXI - Montferrier

06 18 84 12 52
sarlmontaxi.e-monsite.com

Lieures Transport

Tarascon - 05 61 05 61 83
lieurestransports.com

S'INFORMER

Pyrénées Ariégeoises

Auzat/Vicdessos,
Tarascon-sur-Ariège
05 61 64 60 60
pyrenees-ariegeoises.com

Foix 05 61 65 12 12

foix-tourisme.com

Pays d'Olmes Lavelanet,

Montségur - 05 61 01 22 20
ariege-pyrenees-cathares.fr

Office de Tourisme

des pyrénées Audoises
04 68 20 07 78
pyreneesaudois.com

TAO © ADT Ariège Pyrénées - S. Meurisse



CIRCUIT

11

ÉTAPE 3

LE CYCLOTOUR
DE L'ARIÈGE

TRÈS DIFFICILE

D'AUZAT À PRADES

ITINÉRAIRE	DÉNIVELÉ	DISTANCE	DURÉE
------------	----------	----------	-------



AU DÉPART DE
AUZAT
(OFFICE DE TOURISME)



D+ 2 300 m
D- 1 800 m



108 km



6 h 30

En plus de l'ascension du col de Montségur à 1059m, cette étape permet de récupérer et de découvrir de nombreux sites remarquables :

la grotte de Niaux, le Parc de la Préhistoire à Tarascon, les châteaux cathares de Roquefixade et Montségur, la fontaine intermittente de Fontestorbes et le plateau de Saulat.



PYRÉNÉES
ARIÈGE
Tourisme

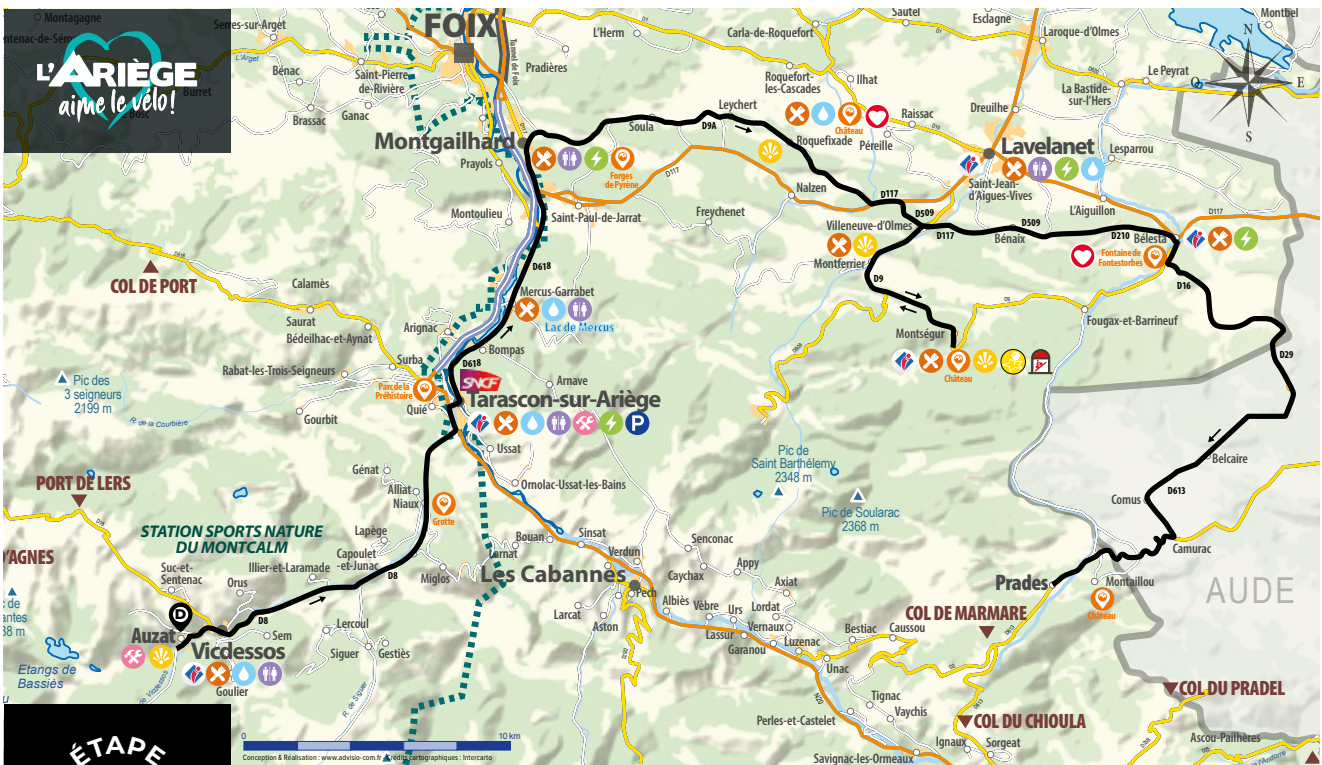
ariegepyrenees.com



L'ARIÈGE
aime le vélo!



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



ÉTAPE
3
D'AUZAT À PRADES

