

MOYEN

01

LES DEUX GROTTES

Une boucle dépayssante entre grottes mythiques
et nature verdoyante du Plantaurel



AU DÉPART DE
ST-JEAN DE VERGES
(GARE SNCF)



69.5 KM



D+ 1010 M
D- 1010 M



3H30

Cet itinéraire vallonné offre un parcours pleins de surprises. La rivière souterraine de Labouiche se cache au cœur du paysage, entre la vallée de l'Ariège et les reliefs du Séronnais.

Le tracé alterne ensuite entre petites routes et paysages ouverts en direction de la vallée de l'Arize, jusqu'au passage spectaculaire de la grotte du Mas d'Azil, véritable point fort du parcours.

La seconde partie est plus exigeante, avec une succession de montées plus marquées. Une belle respiration paysagère sera marquée par le passage tout près du Lac de Mondély.

PYRÉNÉES
ARIÈGE
LIBRE D'AVENTURES

D1

LES DEUX GROTTES



ACCÈS

Gare SNCF de St-Jean-de-Verges

Gare SNCF de Foix (5km)



S'INFORMER

Office de Tourisme de Foix
foix-tourisme.com

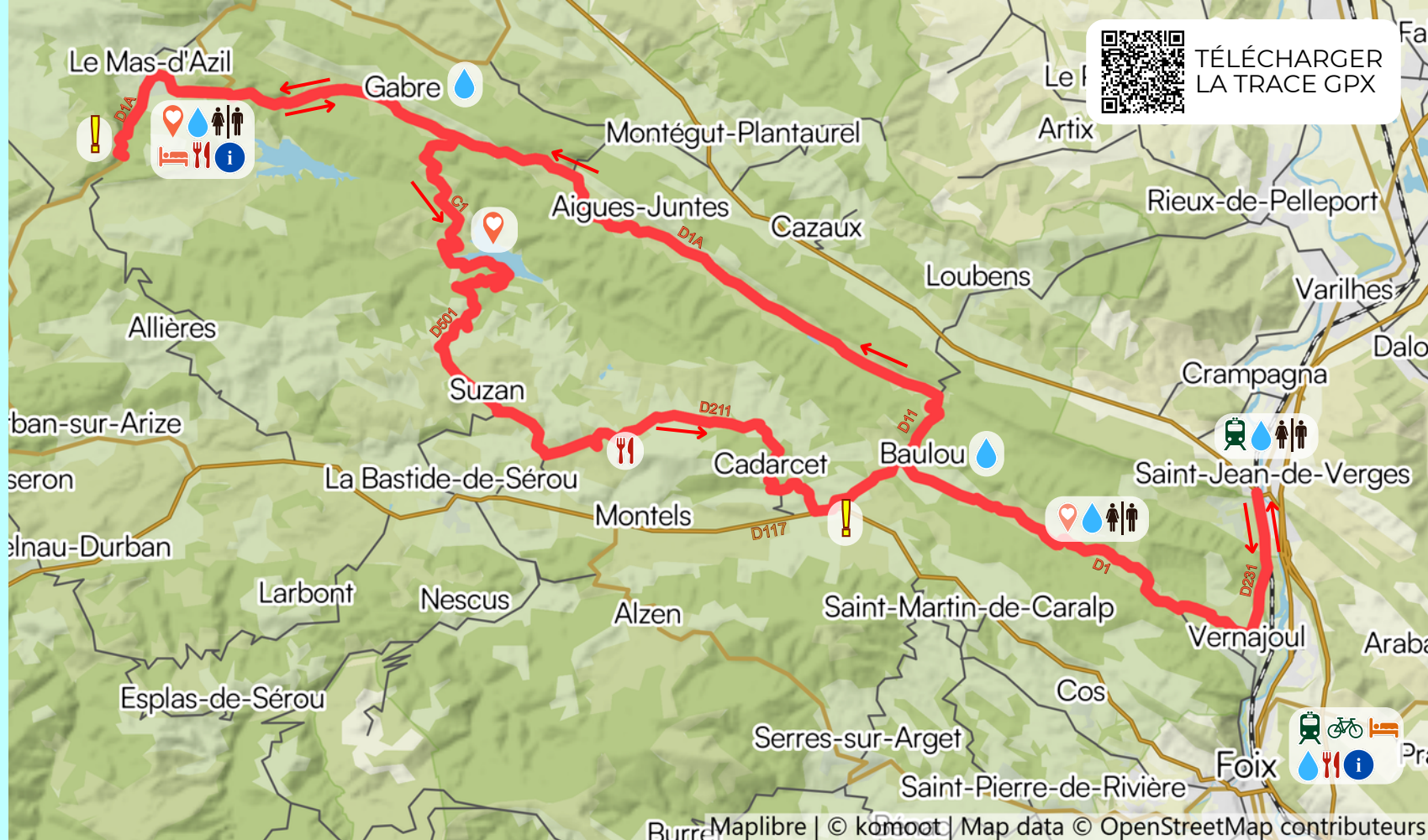
Office de tourisme Arize Lèze
tourisme-arize-leze.com



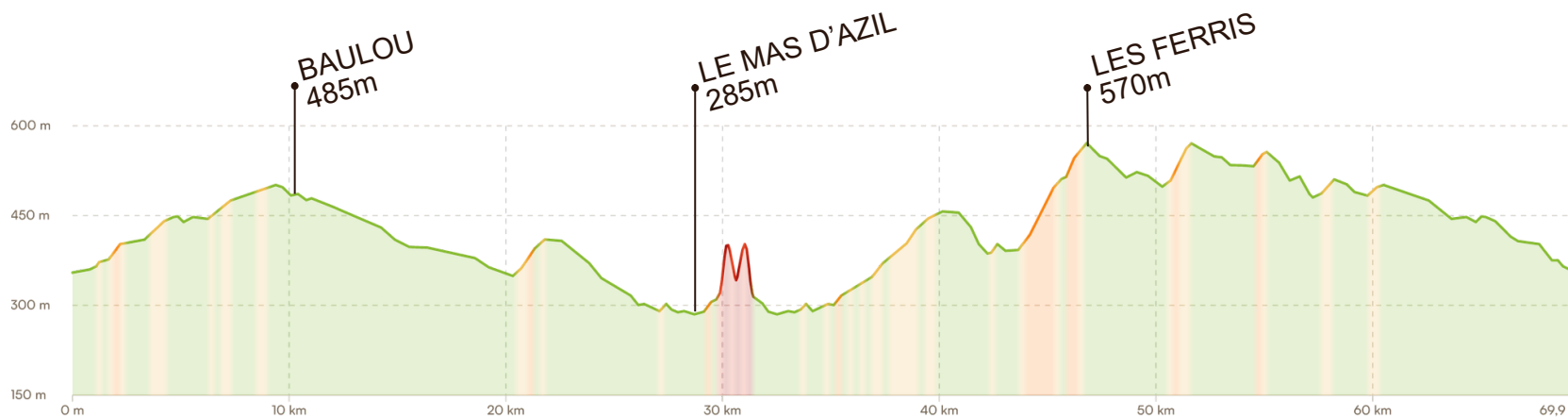
VIGILANCE

Traversée de la D117 (très fréquentée entre Cadarcet et Baulou)

Eclairage obligatoire pour la traversée de la grotte du Mas d'Azil



Carte et profil fourni par notre partenaire Komoot.





IDÉES DE PAUSES GOURMANDES

Brasserie-Café Le Bistrot - 05 61 69 97 89
20 Rue du Mouret
09290 Le Mas-d'Azil

La maison de la Grotte - 05 61 67 26 98
Route de la Grotte
09290 Le Mas-d'Azil

Les terrasses du Golf - 05 61 64 56 78
Ecogolf d'Unjat
09240 La Bastide-de-Sérou



SERVICES VÉLOS À PROXIMITÉ

Bike café à génération vélo - 05 34 14 39 51
Route Nationale 20
09000 Foix



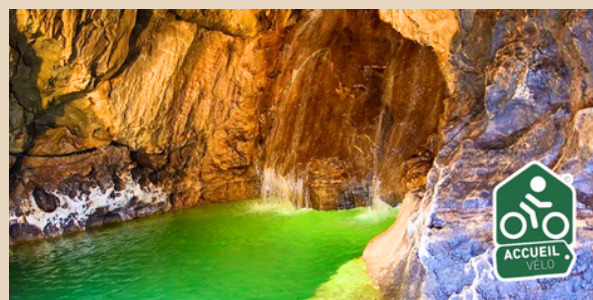
LOUER UN VÉLO



RÉPARER SON VÉLO

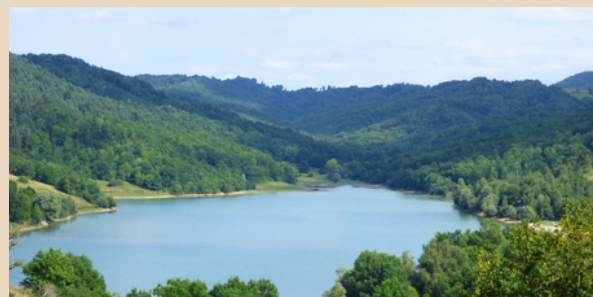


A VOIR SUR LE PARCOURS



La Rivière Souterraine de Labouiche

Visite guidée en barque à 60m sous terre.
labouiche.com



Le Lac de Mondely

Idéal pour une halte à l'ombre, au bord de l'eau. Pêche et randonnée.



La Grotte du Mas d'Azil

Site naturel exceptionnel. Visite guidée des galeries supérieures.
sites-touristiques-ariège.fr



TOURISME
**ARIZE
LÈZE**

FOIX
ARIÈGE CÔTÉ COUR, PYRÉNÉES CÔTÉ JARDIN

PYRÉNÉES
ARIÈGE
TOURISME