

# Vacances d'automne



*Programme*



*du 28 octobre au 5 novembre 2017*

*Monts et Lacs en Haut Languedoc*



OFFICE DE TOURISME  
MONTS ET LACS EN HAUT LANGUEDOC  
Place du Général de Gaulle - 81230 LACAUNE LES BAINS  
Tél : 05 32 11 09 45  
mail : [contact@tourismemlhl.fr](mailto:contact@tourismemlhl.fr)  
[www.tourisme-montsetlacsenhautlanguedoc.com](http://www.tourisme-montsetlacsenhautlanguedoc.com)



## SAMEDI 28 OCTOBRE

### Fermes et savoir-faire

---

#### **Le Mas de Belbonne**

Découverte d'un élevage de brebis laitières pour la fabrication du Roquefort « La Pastourelle ». Câlins aux agneaux - Boutique à la ferme

**Sur rendez-vous - Gratuit.**

M & Mme BASCOUL - Le Mas de Belbonne - 34330 CAMBON ET SALVERGUES - Tél : 06 88 96 96 27 / 04 67 97 52 86

#### **Salaisons OBERTI**

A la découverte d'une entreprise familiale et de la fabrication du jambon de Lacaune. Espace musée, vidéo, dégustation gratuite, espace boutique.

Visite commentée à 10h30 + Visite avec audio-guide de 14h30 à 16h45 - 4€ / pers (gratuit - de 12 ans)

Salaisons OBERTI - Chemin de Granisse - 81230 LACAUNE LES BAINS  
Tél : 06 47 02 69 42 / 05 63 37 00 21

### Patrimoine

---

#### **Centre d'interprétation des mégalithes**

Deux grandes salles d'exposition consacrées aux premiers paysans et éleveurs de la fin de la préhistoire qui ont façonné et dressé les statues menhirs.

Visite libre et livret jeu offert aux enfants de 7 à 11 ans

9h15 - 12h15 - 3€/ pers. (gratuit - de 12 ans)

Centre d'interprétation des mégalithes - Bureau d'Information Touristique - 81320 MURAT SUR VEBRE - Tél : 05 32 11 09 46

#### **Musée du Vieux Lacaune**

Le musée du Vieux Lacaune propose un riche panorama de la vie quotidienne des Lacaunais du XVIIIème siècle à 1940.

De 15h à 18h - visite avec audio guides - 2€ / pers (gratuit - de 13 ans)

Musée du Vieux Lacaune - Place du Griffoul - 81230 LACAUNE LES BAINS  
Tél : 05 63 37 25 38

## Baignade et bien être

---

### **Espace des Sources Chaudes**

Détente et plaisir grâce à une eau naturellement chaude. Espace piscine couverte pour toute la famille, balnéo avec sauna, hammam et jacuzzi

10h - 12h et 14h - 18h - tarif adultes 4€ - tarif enfants 2.70€

Espace des sources chaudes - Rue de la Balmette - 81230 LACAUNE LES BAINS - Tél : 05 63 37 69 90

### **Centre de Bien Etre des Sources Chaudes**

Tout nouveau centre de bien être avec bains à jets, sauna, hammam, jacuzzi extérieur, Nombreux soins corps, visage, massages, réflexologie plantaire, bain velours disponibles sur rendez-vous.

14h00 - 19h30 - tarif adultes 12.50€/ heure ou 18€/2h - serviette fournie et accès à la tisanerie - accessible à partir de 16 ans.

Espace des sources chaudes - Domaine St Michel - 81230 LACAUNE LES BAINS - Tél : 04 67 97 59 09

### **Spa du Laouzas**

Sauna et spa privés avec vue imprenable sur le lac du Laouzas

10h - 12h et 13h30 - 17h30 - tarifs : 14€ / 2 pers., 20€ / 3 à 4 pers.

B.I.T du Laouzas - Base de Loisirs de Rieumontagné - 81320 NAGES-LAOUZAS - Tél : 05 32 11 09 47

### **Harmonie et Bien-être**

Massages de pieds relaxants - sur réservation - tarif : 30€ les 45 mn

Association « Bon pied Bon œil » - Base de Loisirs de Rieumontagné - 81320 NAGES-LAOUZAS - Tél : 06 44 18 77 19

## A cheval, à poney ou à dos d'âne

---

### **Promenades à cheval et à poney**

Sur un site exceptionnel, en pleine nature, promenade à l'approche du chevreuil, cours ludiques ou techniques sur demande.

**Enfants à partir de 3 ans avec un adulte - Tarif : selon la prestation souhaitée - sur réservation**

Ecurie du Haut Languedoc - Christine CAVAILLER

Le Moulin de Vergougnac - 34330 LE SOULIE - Tél : 06 77 80 10 00

### **Promenades à dos d'âne**

Accompagné de tes parents, tu pourras te promener sur un circuit adapté. (un mini circuit est également adapté aux poussettes). Plans et explications fournis au départ.

**10h-12h / 15h-18h - Enfants de 2 à 10 ans avec un adulte - Tarif : selon la durée de la balade. Chiens non bienvenus - prévoir de bonnes chaussures.**

Les équipages du Jougnier - Nadia PARDIGON

Flacheraud - 34330 FRAÏSSE SUR AGOUT

Tél : 06 52 32 85 18

## Animations

---

### **Balade gourmande au pays des pommes**

Après une petite randonnée, venez déguster du jus de pomme fraîchement pressé, directement à l'atelier de transformation.

**14h00 - 17h00 - La Buzatié (Viane) - Tarif : 6€ (gratuit - de 12 ans)**

Association Vallée du Gijou - 81530 VIANE

Tél : 05 63 74 54 05



**DIMANCHE 29 OCTOBRE**

Fermes et savoir-faire

---

## **Le Mas de Belbonne**

Découverte d'un élevage de brebis laitières pour la fabrication du Roquefort « La Pastourelle ». Câlins aux agneaux - Boutique à la ferme

Sur rendez-vous - Gratuit.

M & Mme BASCOUL - Le Mas de Belbonne - 34330 CAMBON ET SALVERGUES - Tél : 06 88 96 96 27 / 04 67 97 52 86

## **Baignade et bien être**

---

### **Espace des Sources Chaudes**

Détente et plaisir grâce à une eau naturellement chaude. Espace piscine couverte pour toute la famille, balnéo avec sauna, hammam et jacuzzi

10h - 12h et 14h - 18h - tarif adultes 4€ - tarif enfants 2.70€

Espace des sources chaudes - Rue de la Balmette - 81230 LACAUNE LES BAINS - Tél : 05 63 37 69 90

### **Centre de Bien Etre des Sources Chaudes**

Tout nouveau centre de bien être avec bains à jets, sauna, hammam, jacuzzi extérieur, Nombreux soins corps, visage, massages, réflexologie plantaire, bain velours disponibles sur rendez-vous.

14h00 - 19h30 - tarif adultes 12.50€/ heure ou 18€/2h - serviette fournie et accès à la tisanderie - accessible à partir de 16 ans.

Espace des sources chaudes - Domaine St Michel - 81230 LACAUNE LES BAINS - Tél : 04 67 97 59 09

### **Spa du Laouzas**

Sauna et spa privés avec vue imprenable sur le lac du Laouzas

10h - 12h et 13h30 - 17h30 - tarifs : 14€ / 2 pers., 20€ / 3 à 4 pers.

B.I.T du Laouzas - Base de Loisirs de Rieumontagné - 81320 NAGES-LAOUZAS - Tél : 05 32 11 09 47

### **Harmonie et Bien-être**

Massages de pieds relaxants - sur réservation - tarif : 30€ les 45 mn

Association « Bon pied Bon œil » - Base de Loisirs de Rieumontagné - 81320  
NAGES-LAOUZAS - Tél : 06 44 18 77 19

## A cheval, à poney ou à dos d'âne

---

### **Promenades à cheval et à poney**

Sur un site exceptionnel, en pleine nature, promenade à l'approche du chevreuil, cours ludiques ou techniques sur demande.

Enfants à partir de 3 ans avec un adulte - Tarif : selon la prestation souhaitée - sur réservation

Ecurie du Haut Languedoc - Christine CAVAILLER

Le Moulin de Vergougnac - 34330 LE SOULIE - Tél : 06 77 80 10 00

### **Promenades à dos d'âne**

Accompagné de tes parents, tu pourras te promener sur un circuit adapté. (un mini circuit est également adapté aux poussettes). Plans et explications fournis au départ.

10h-12h / 15h-18h - Enfants de 2 à 10 ans avec un adulte - Tarif : selon la durée de la balade. Chiens non bienvenus - prévoir de bonnes chaussures.

Les équipages du Jougnier - Nadia PARDIGON

Flacheraud - 34330 FRAÏSSE SUR AGOUT - Tél : 06 52 32 85 18



## LUNDI 30 OCTOBRE

## Fermes et savoir-faire

---

### **Le Mas de Belbonne**

Découverte d'un élevage de brebis laitières pour la fabrication du Roquefort « La Pastourelle ». Câlins aux agneaux - Boutique à la ferme

Sur rendez-vous - Gratuit.

M & Mme BASCOUL - Le Mas de Belbonne - 34330 CAMBON ET  
SALVERGUES - Tél : 06 88 96 96 27 / 04 67 97 52 86



## **Salaisons OBERTI**

*A la découverte d'une entreprise familiale et de la fabrication du jambon de Lacaune. Espace musée, vidéo, dégustation gratuite, espace boutique.*

*Visite avec audio-guide de 9h30 à 11h15 et de 14h30 à 16h45 - 4€ / pers (gratuit - de 12 ans)*

*Salaisons OBERTI - Chemin de Granisse - 81230 LACAUNE LES BAINS*

*Tél : 06 47 02 69 42 / 05 63 37 00 21*

## **Baignade et bien être**

---

### **Espace des Sources Chaudes**

*Détente et plaisir grâce à une eau naturellement chaude. Espace piscine couverte pour toute la famille, balnéo avec sauna, hammam et jacuzzi*

*10h - 12h et 14h - 18h - tarif adultes 4€ - tarif enfants 2.70€*

*Espace des sources chaudes - Rue de la Balmette - 81230 LACAUNE LES BAINS - Tél : 05 63 37 69 90*

### **Spa du Laouzas**

*Sauna et spa privatifs avec vue imprenable sur le lac du Laouzas*

*10h - 12h et 13h30 - 17h30 - tarifs : 14€ / 2 pers., 20€ / 3 à 4 pers.*

*B.I.T du Laouzas - Base de Loisirs de Rieumontagné - 81320 NAGES-LAOUZAS - Tél : 05 32 11 09 47*

### **Harmonie et Bien-être**

*Massages de pieds relaxants - sur réservation - tarif : 30€ les 45 mn*

*Association « Bon pied Bon œil » - Base de Loisirs de Rieumontagné - 81320 NAGES-LAOUZAS - Tél : 06 44 18 77 19*

## **Patrimoine**

---

### **Centre d'interprétation des mégalithes**

*Deux grandes salles d'exposition consacrées aux premiers paysans et éleveurs de la fin de la préhistoire qui ont façonné et dressé les statues menhirs.*

*Visite libre et livret jeu offert aux enfants de 7 à 11 ans*

*9h15 - 12h15 - 3€/ pers. (gratuit - de 12 ans)*

*Centre d'interprétation des mégalithes - Bureau d'Information Touristique -  
81320 MURAT SUR VEBRE - Tél : 05 32 11 09 46*

## *A cheval, à poney ou à dos d'âne*

---

### *Promenades à cheval et à poney*

*Sur un site exceptionnel, en pleine nature, promenade à l'approche du chevreuil, cours ludiques ou techniques sur demande.*

*Enfants à partir de 3 ans avec un adulte - Tarif : selon la prestation souhaitée - sur réservation*

*Ecurie du Haut Languedoc - Christine CAVAILLER*

*Le Moulin de Vergougnac - 34330 LE SOULIE Tél : 06 77 80 10 00*

### *Promenades à dos d'âne*

*Accompagné de tes parents, tu pourras te promener sur un circuit adapté. (un mini circuit est également adapté aux poussettes). Plans et explications fournis au départ.*

*10h-12h / 15h-18h - Enfants de 2 à 10 ans avec un adulte - Tarif : selon la durée de la balade. Chiens non bienvenus - prévoir de bonnes chaussures.*

*Les équipages du Jougnier - Nadia PARDIGON*

*Flacheraud - 34330 FRAÏSSE SUR AGOUT*

*Tél : 06 52 32 85 18*



**MARDI 31 OCTOBRE**

## *Fermes et savoir-faire*

---

### *Le Mas de Belbonne*

*Découverte d'un élevage de brebis laitières pour la fabrication du Roquefort « La Pastourelle ». Câlins aux agneaux - Boutique à la ferme*

*Sur rendez-vous - Gratuit.*



*M & Mme BASCOUL - Le Mas de Belbonne - 34330 CAMBON ET SALVERGUES - Tél : 06 88 96 96 27 / 04 67 97 52 86*

## **Salaisons OBERTI**

*A la découverte d'une entreprise familiale et de la fabrication du jambon de Lacaune. Espace musée, vidéo, dégustation gratuite, espace boutique.*

*Visite avec audio-guide de 9h30 à 11h15 et de 14h30 à 16h45 - 4€ / pers (gratuit - de 12 ans)*

*Salaisons OBERTI - Chemin de Granisse - 81230 LACAUNE LES BAINS*

*Tél : 06 47 02 69 42 / 05 63 37 00 21*

## **Patrimoine**

---

### **Centre d'interprétation des mégalithes**

*Deux grandes salles d'exposition consacrées aux premiers paysans et éleveurs de la fin de la préhistoire qui ont façonné et dressé les statues menhirs.*

*Visite libre et livret jeu offert aux enfants de 7 à 11 ans*

*9h15 - 12h15 - 3€/ pers. (gratuit - de 12 ans)*

*Centre d'interprétation des mégalithes - Bureau d'Information Touristique -*

*81320 MURAT SUR VEBRE - Tél : 05 32 11 09 46*

## **Baignade et bien être**

---

### **Espace des Sources Chaudes**

*Détente et plaisir grâce à une eau naturellement chaude. Espace piscine couverte pour toute la famille, balnéo avec sauna, hammam et jacuzzi*

*10h - 12h et 14h - 18h - tarif adultes 4€ - tarif enfants 2.70€*

*Espace des sources chaudes - Rue de la Balmette - 81230 LACAUNE LES*

*BAINS - Tél : 05 63 37 69 90*

### **Spa du Laouzas**

*Sauna et spa privés avec vue imprenable sur le lac du Laouzas*

10h - 12h et 13h30 - 17h30 - tarifs : 14€ / 2 pers., 20€ / 3 à 4 pers.  
B.I.T du Laouzas - Base de Loisirs de Rieumontagné - 81320 NAGES-  
LAOUZAS - Tél : 05 32 11 09 47

## **Harmonie et Bien-être**

Massages de pieds relaxants - sur réservation - tarif : 30€ les 45 mn  
Association « Bon pied Bon œil » - Base de Loisirs de Rieumontagné - 81320  
NAGES-LAOUZAS - Tél : 06 44 18 77 19

## **A cheval, à poney ou à dos d'âne**

---

### **Promenades à cheval et à poney**

Sur un site exceptionnel, en pleine nature, promenade à l'approche du chevreuil, cours ludiques ou techniques sur demande.

Enfants à partir de 3 ans avec un adulte - Tarif : selon la prestation souhaitée - sur réservation

Ecurie du Haut Languedoc - Christine CAVAILLER

Le Moulin de Vergougnac - 34330 LE SOULIE - Tél : 06 77 80 10 00

### **Promenades à dos d'âne**

Accompagné de tes parents, tu pourras te promener sur un circuit adapté. (un mini circuit est également adapté aux poussettes). Plans et explications fournis au départ.

10h-12h / 15h-18h - Enfants de 2 à 10 ans avec un adulte - Tarif : selon la durée de la balade. Chiens non bienvenus - prévoir de bonnes chaussures.

Les équipages du Jougnier - Nadia PARDIGON

Flacheraud - 34330 FRAÏSSE SUR AGOUT

Tél : 06 52 32 85 18

## **Animations**

---



### **Halloween**

Rendez-vous costumés à la salle des fêtes de La Salvetat.  
Collecte de bonbons dans le village suivie d'un bal

costumé ; Chaque participant doit apporter 1 plat salé et un plat sucré à partager lors d'un buffet. Boissons offertes par la mairie de La Salvetat.

18h - salle des fêtes de La Salvetat

Mairie - service animations

34330 LA SALVETAT SUR AGOUT - Tél : 06 37 25 81 84



## MERCREDI 1ER NOVEMBRE

### Fermes et savoir-faire

---

#### **Le Mas de Belbonne**

Découverte d'un élevage de brebis laitières pour la fabrication du Roquefort « La Pastourelle ». Câlins aux agneaux - Boutique à la ferme

Sur rendez-vous - Gratuit.

M & Mme BASCOUL - Le Mas de Belbonne - 34330 CAMBON ET SALVERGUES - Tél : 06 88 96 96 27 / 04 67 97 52 86

#### **Salaisons OBERTI**

A la découverte d'une entreprise familiale et de la fabrication du jambon de Lacaune. Espace musée, vidéo, dégustation gratuite, espace boutique.

Visite avec audio-guide de 9h30 à 11h15 et de 14h30 à 16h45 - 4€ / pers (gratuit - de 12 ans)

Salaisons OBERTI - Chemin de Granisse - 81230 LACAUNE LES BAINS  
Tél : 06 47 02 69 42 / 05 63 37 00 21

### Baignade et bien être

---

#### **Spa du Laouzas**

Sauna et spa privés avec vue imprenable sur le lac du Laouzas

10h - 12h et 13h30 - 17h30 - tarifs : 14€ / 2 pers., 20€ / 3 à 4 pers.

B.I.T du Laouzas - Base de Loisirs de Rieumontagné - 81320 NAGES-LAOUZAS - Tél : 05 32 11 09 47

#### **Harmonie et Bien-être**

*Massages de pieds relaxants - sur réservation - tarif : 30€ les 45 mn*  
*Association « Bon pied Bon œil » - Base de Loisirs de Rieumontagné - 81320*  
*NAGES-LAOUZAS - Tél : 06 44 18 77 19*

## A cheval, à poney ou à dos d'âne

---

### **Promenades à cheval et à poney**

*Sur un site exceptionnel, en pleine nature, promenade à l'approche du chevreuil, cours ludiques ou techniques sur demande.*

*Enfants à partir de 3 ans avec un adulte - Tarif : selon la prestation souhaitée - sur réservation*

*Ecurie du Haut Languedoc - Christine CAVAILLER*

*Le Moulin de Vergougnac - 34330 LE SOULIE - Tél : 06 77 80 10 00*

### **Promenades à dos d'âne**

*Accompagné de tes parents, tu pourras te promener sur un circuit adapté. (un mini circuit est également adapté aux poussettes). Plans et explications fournis au départ.*

*10h-12h / 15h-18h - Enfants de 2 à 10 ans avec un adulte - Tarif : selon la durée de la balade. Chiens non bienvenus - prévoir de bonnes chaussures.*

*Les équipages du Jougner - Nadia PARDIGON*

*Flacheraud - 34330 FRAÏSSE SUR AGOUT*

*Tél : 06 52 32 85 18*



**JEUDI 2 NOVEMBRE**

## Fermes et savoir-faire

---

### **Le Mas de Belbonne**

*Découverte d'un élevage de brebis laitières pour la fabrication du Roquefort « La Pastourelle ». Câlins aux agneaux - Boutique à la ferme*

*Sur rendez-vous - Gratuit.*

*M & Mme BASCOUL - Le Mas de Belbonne - 34330 CAMBON ET SALVERGUES - Tél : 06 88 96 96 27 / 04 67 97 52 86*

## **Salaisons OBERTI**

*A la découverte d'une entreprise familiale et de la fabrication du jambon de Lacaune. Espace musée, vidéo, dégustation gratuite, espace boutique.*

*Visite avec audio-guide de 9h30 à 11h15 et de 14h30 à 16h45 - 4€ / pers (gratuit - de 12 ans)*

*Salaisons OBERTI - Chemin de Granisse - 81230 LACAUNE LES BAINS*

*Tél : 06 47 02 69 42 / 05 63 37 00 21*

## **Patrimoine**

---

### **Centre d'interprétation des mégalithes**

*Deux grandes salles d'exposition consacrées aux premiers paysans et éleveurs de la fin de la préhistoire qui ont façonné et dressé les statues menhirs.*

*Visite libre et livret jeu offert aux enfants de 7 à 11 ans*

*9h15 - 12h15 - 3€/ pers. (gratuit - de 12 ans)*

*Centre d'interprétation des mégalithes - Bureau d'Information Touristique -*

*81320 MURAT SUR VEBRE - Tél : 05 32 11 09 46*

## **Baignade et bien être**

---

### **Espace des Sources Chaudes**

*Détente et plaisir grâce à une eau naturellement chaude. Espace piscine couverte pour toute la famille, balnéo avec sauna, hammam et jacuzzi*

*10h - 12h et 14h - 18h - tarif adultes 4€ - tarif enfants 2.70€*

*Espace des sources chaudes - Rue de la Balmette - 81230 LACAUNE LES*

*BAINS - Tél : 05 63 37 69 90*

### **Centre de Bien Etre des Sources Chaudes**

*Tout nouveau centre de bien être avec bains à jets, sauna, hammam, jacuzzi extérieur, Nombreux soins corps, visage, massages, réflexologie plantaire, bain velours disponibles sur rendez-vous.*

*14h00 - 19h30 - tarif adultes 12.50€/ heure ou 18€/2h - serviette fournie et accès à la tisanderie - accessible à partir de 16 ans.*

Espace des sources chaudes - Domaine St Michel - 81230 LACAUNE LES BAINS - Tél : 04 67 97 59 09

### **Spa du Laouzas**

Sauna et spa privés avec vue imprenable sur le lac du Laouzas

10h - 12h et 13h30 - 17h30 - tarifs : 14€ / 2 pers., 20€ / 3 à 4 pers.

B.I.T du Laouzas - Base de Loisirs de Rieumontagné - 81320 NAGES-LAOUZAS - Tél : 05 32 11 09 47

### **Harmonie et Bien-être**

Massages de pieds relaxants - sur réservation - tarif : 30€ les 45 mn

Association « Bon pied Bon œil » - Base de Loisirs de Rieumontagné - 81320 NAGES-LAOUZAS - Tél : 06 44 18 77 19

## **A cheval, à poney ou à dos d'âne**

---

### **Promenades à cheval et à poney**

Sur un site exceptionnel, en pleine nature, promenade à l'approche du chevreuil, cours ludiques ou techniques sur demande.

Enfants à partir de 3 ans avec un adulte - Tarif : selon la prestation souhaitée - sur réservation

Ecurie du Haut Languedoc - Christine CAVAILLER

Le Moulin de Vergougnac - 34330 LE SOULIE - Tél : 06 77 80 10 00

### **Promenades à dos d'âne**

Accompagné de tes parents, tu pourras te promener sur un circuit adapté. (un mini circuit est également adapté aux poussettes). Plans et explications fournis au départ.

10h-12h / 15h-18h - Enfants de 2 à 10 ans avec un adulte - Tarif : selon la durée de la balade. Chiens non bienvenus - prévoir de bonnes chaussures.

Les équipages du Jougner - Nadia PARDIGON

Flacheraud - 34330 FRAÏSSE SUR AGOUT

Tél : 06 52 32 85 18





## VENDREDI 3 NOVEMBRE

### Fermes et savoir-faire

---

#### **Le Mas de Belbonne**

Découverte d'un élevage de brebis laitières pour la fabrication du Roquefort « La Pastourelle ». Câlins aux agneaux - Boutique à la ferme

Sur rendez-vous - Gratuit.

M & Mme BASCOUL - Le Mas de Belbonne - 34330 CAMBON ET SALVERGUES - Tél : 06 88 96 96 27 / 04 67 97 52 86

#### **Salaisons OBERTI**

A la découverte d'une entreprise familiale et de la fabrication du jambon de Lacaune. Espace musée, vidéo, dégustation gratuite, espace boutique.

Visite avec audio-guide de 9h30 à 11h15 et de 14h30 à 16h45 - 4€ / pers (gratuit - de 12 ans)

Salaisons OBERTI - Chemin de Granisse - 81230 LACAUNE LES BAINS  
Tél : 06 47 02 69 42 / 05 63 37 00 21

### Patrimoine

---

#### **Centre d'interprétation des mégalithes**

Deux grandes salles d'exposition consacrées aux premiers paysans et éleveurs de la fin de la préhistoire qui ont façonné et dressé les statues menhirs.

Visite libre et livret jeu offert aux enfants de 7 à 11 ans

9h15 - 12h15 - 3€/ pers. (gratuit - de 12 ans)

Centre d'interprétation des mégalithes

Bureau d'Information Touristique - 81320 MURAT SUR VEBRE

Tél : 05 32 11 09 46

### Baignade et bien être

---

#### **Espace des Sources Chaudes**

Détente et plaisir grâce à une eau naturellement chaude. Espace piscine couverte pour toute la famille, balnéo avec sauna, hammam et jacuzzi  
10h - 12h et 14h - 18h - tarif adultes 4€ - tarif enfants 2.70€

Espace des sources chaudes - Rue de la Balmette - 81230 LACAUNE LES BAINS - Tél : 05 63 37 69 90

### **Centre de Bien Etre des Sources Chaudes**

Tout nouveau centre de bien être avec bains à jets, sauna, hammam, jacuzzi extérieur, Nombreux soins corps, visage, massages, réflexologie plantaire, bain velours disponibles sur rendez-vous.

14h00 - 19h30 - tarif adultes 12.50€/ heure ou 18€/2h - serviette fournie et accès à la tisanerie - accessible à partir de 16 ans.

Espace des sources chaudes - Domaine St Michel - 81230 LACAUNE LES BAINS - Tél : 04 67 97 59 09

### **Spa du Laouzas**

Sauna et spa privatifs avec vue imprenable sur le lac du Laouzas

10h - 12h et 13h30 - 17h30 - tarifs : 14€ / 2 pers., 20€ /3 à 4 pers.

B.I.T du Laouzas

Base de Loisirs de Rieumontagné - 81320 NAGES-LAOUZAS

Tél : 05 32 11 09 47

### **Harmonie et Bien-être**

Massages de pieds relaxants - sur réservation - tarif : 30€ les 45 mn

Association « Bon pied Bon œil » - Base de Loisirs de Rieumontagné - 81320 NAGES-LAOUZAS - Tél : 06 44 18 77 19

## **A cheval, à poney ou à dos d'âne**

---

### **Promenades à cheval et à poney**

Sur un site exceptionnel, en pleine nature, promenade à l'approche du chevreuil, cours ludiques ou techniques sur demande.

Enfants à partir de 3 ans avec un adulte - Tarif : selon la prestation souhaitée - sur réservation

*Ecurie du Haut Languedoc - Christine CAVAILLER*

*Le Moulin de Vergougnac - 34330 LE SOULIE - Tél : 06 77 80 10 00*

## **Promenades à dos d'âne**

*Accompagné de tes parents, tu pourras te promener sur un circuit adapté (un mini circuit est également adapté aux poussettes). Plans et explications fournis au départ.*

*10h-12h / 15h-18h - Enfants de 2 à 10 ans avec un adulte - Tarif : selon la durée de la balade. Chiens non bienvenus - prévoir de bonnes chaussures.*

*Les équipages du Jougnier - Nadia PARDIGON*

*Flacheraud - 34330 FRAÏSSE SUR AGOUT*

*Tél : 06 52 32 85 18*



# **SAMEDI 4 NOVEMBRE**

## **Fermes et savoir-faire**

---

### **Le Mas de Belbonne**

*Découverte d'un élevage de brebis laitières pour la fabrication du Roquefort « La Pastourelle ». Câlins aux agneaux - Boutique à la ferme*

*Sur rendez-vous - Gratuit.*

*M & Mme BASCOUL - Le Mas de Belbonne - 34330 CAMBON ET*

*SALVERGUES - Tél : 06 88 96 96 27 / 04 67 97 52 86*

### **Salaisons OBERTI**

*A la découverte d'une entreprise familiale et de la fabrication du jambon de Lacaune. Espace musée, vidéo, dégustation gratuite, espace boutique.*

*Visite avec audio-guide de 9h30 à 11h15 et de 14h30 à 16h45 - 4€ / pers (gratuit - de 12 ans)*

*Salaisons OBERTI - Chemin de Granisse - 81230 LACAUNE LES BAINS*

*Tél : 06 47 02 69 42 / 05 63 37 00 21*

## Patrimoine

---

### **Centre d'interprétation des mégalithes**

Deux grandes salles d'exposition consacrées aux premiers paysans et éleveurs de la fin de la préhistoire qui ont façonné et dressé les statues menhirs.

Visite libre et livret jeu offert aux enfants de 7 à 11 ans

9h15 - 12h15 - 3€/ pers. (gratuit - de 12 ans)

Centre d'interprétation des mégalithes

Bureau d'Information Touristique - 81320 MURAT SUR VEBRE

Tél : 05 32 11 09 46

## Baignade et bien être

---

### **Espace des Sources Chaudes**

Détente et plaisir grâce à une eau naturellement chaude. Espace piscine couverte pour toute la famille, balnéo avec sauna, hammam et jacuzzi

10h - 12h et 14h - 18h - tarif adultes 4€ - tarif enfants 2.70€

Espace des sources chaudes - Rue de la Balmette - 81230 LACAUNE LES BAINS - Tél : 05 63 37 69 90

### **Centre de Bien Etre des Sources Chaudes**

Tout nouveau centre de bien être avec bains à jets, sauna, hammam, jacuzzi extérieur, Nombreux soins corps, visage, massages, réflexologie plantaire, bain velours disponibles sur rendez-vous.

14h00 - 19h30 - tarif adultes 12.50€/ heure ou 18€/2h - serviette fournie et accès à la tisanerie - accessible à partir de 16 ans.

Espace des sources chaudes - Domaine St Michel - 81230 LACAUNE LES BAINS - Tél : 04 67 97 59 09

### **Spa du Laouzas**

Sauna et spa privés avec vue imprenable sur le lac du Laouzas

10h - 12h et 13h30 - 17h30 - tarifs : 14€ / 2 pers., 20€ / 3 à 4 pers.

B.I.T du Laouzas - Base de Loisirs de Rieumontagné - 81320 NAGES-LAOUZAS - Tél : 05 32 11 09 47

## **Harmonie et Bien-être**

Massages de pieds relaxants - sur réservation - tarif : 30€ les 45 mn

Association « Bon pied Bon œil » - Base de Loisirs de Rieumontagné - 81320

NAGES-LAOUZAS - Tél : 06 44 18 77 19

## **A cheval, à poney ou à dos d'âne**

---

### **Promenades à cheval et à poney**

Sur un site exceptionnel, en pleine nature, promenade à l'approche du chevreuil, cours ludiques ou techniques sur demande.

Enfants à partir de 3 ans avec un adulte - Tarif : selon la prestation souhaitée - sur réservation

Ecurie du Haut Languedoc - Christine CAVAILLER

Le Moulin de Vergougnac - 34330 LE SOULIE - Tél : 06 77 80 10 00

### **Promenades à dos d'âne**

Accompagné de tes parents, tu pourras te promener sur un circuit adapté. (un mini circuit est également adapté aux poussettes). Plans et explications fournis au départ.

10h-12h / 15h-18h - Enfants de 2 à 10 ans avec un adulte - Tarif : selon la durée de la balade. Chiens non bienvenus - prévoir de bonnes chaussures.

Les équipages du Jougnier - Nadia PARDIGON

Flacheraud - 34330 FRAÏSSE SUR AGOUT

Tél : 06 52 32 85 18



# **DIMANCHE 5 NOVEMBRE**

## **Fermes et savoir-faire**

---

**Le Mas de Belbonne**

Découverte d'un élevage de brebis laitières pour la fabrication du Roquefort  
« La Pastourelle »· Câlins aux agneaux - Boutique à la ferme  
Sur rendez-vous - Gratuit·

M & Mme BASCOUL - Le Mas de Belbonne - 34330 CAMBON ET  
SALVERGUES - Tél : 06 88 96 96 27 / 04 67 97 52 86

## Baignade et bien être

---

### **Espace des Sources Chaudes**

Détente et plaisir grâce à une eau naturellement chaude· Espace piscine  
couverte pour toute la famille, balnéo avec sauna, hammam et jacuzzi  
10h - 12h et 14h - 18h - tarif adultes 4€ - tarif enfants 2·70€

Espace des sources chaudes - Rue de la Balmette - 81230 LACAUNE LES  
BAINS - Tél : 05 63 37 69 90

### **Centre de Bien Etre des Sources Chaudes**

Tout nouveau centre de bien être avec bains à jets, sauna, hammam, jacuzzi  
extérieur, Nombreux soins corps, visage, massages, réflexologie plantaire, bain  
velours disponibles sur rendez-vous·

14h00 - 19h30 - tarif adultes 12·50€/ heure ou 18€/2h - serviette fournie  
et accès à la tisanderie - accessible à partir de 16 ans·

Espace des sources chaudes - Domaine St Michel - 81230 LACAUNE LES  
BAINS - Tél : 04 67 97 59 09

### **Spa du Laouzas**

Sauna et spa privés avec vue imprenable sur le lac du Laouzas

10h - 12h et 13h30 - 17h30 - tarifs : 14€ / 2 pers., 20€ /3 à 4 pers·

B·I·T du Laouzas - Base de Loisirs de Rieumontagné - 81320 NAGES-  
LAOUZAS - Tél : 05 32 11 09 47

### **Harmonie et Bien-être**

Massages de pieds relaxants - sur réservation - tarif : 30€ les 45 mn



Association « Bon pied Bon œil » - Base de Loisirs de Rieumontagné - 81320  
NAGES-LAOUZAS - Tél : 06 44 18 77 19

## A cheval, à poney ou à dos d'âne

---

### **Promenades à cheval et à poney**

Sur un site exceptionnel, en pleine nature, promenade à l'approche du chevreuil, cours ludiques ou techniques sur demande.

**Enfants à partir de 3 ans avec un adulte - Tarif : selon la prestation souhaitée - sur réservation**

Ecurie du Haut Languedoc - Christine CAVAILLER

Le Moulin de Vergougnac - 34330 LE SOULIE - Tél : 06 77 80 10 00

### **Promenades à dos d'âne**

Accompagné de tes parents, tu pourras te promener sur un circuit adapté. (un mini circuit est également adapté aux poussettes). Plans et explications fournis au départ.

**10h-12h / 15h-18h - Enfants de 2 à 10 ans avec un adulte - Tarif : selon la durée de la balade. Chiens non bienvenus - prévoir de bonnes chaussures.**

Les équipages du Jougner - Nadia PARDIGON

Flacheraud - 34330 FRAÏSSE SUR AGOUT - Tél : 06 52 32 85 18



## **PRENEZ UN GRAND BOL D'AIR !**

**Location de VTT : Locasurf Loisirs (lac de la Raviège) au 06 74 57 38 34**

**Location de VTT, BMX, trottinettes, skates : Base de loisirs (lac du Laouzas) au 05 32 11 09 47**

**Location de vélos électriques : camping des sources chaudes à Lacaune au 05 63 37 22 39**

**Plans VTT** en vente dans les Bureaux d'Information Touristique : 1€

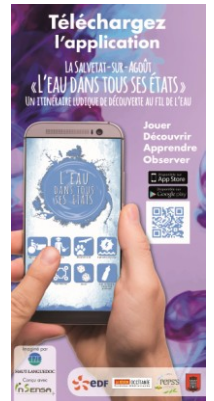
**Fiches rando pédestres** en vente dans les Bureaux d'Information Touristique :  
1€ la fiche

**Mini golf** : base de loisirs (lac du Laouzas) au 05 63 37 06 01  
Tous les jours de 10h à 12h et de 13h30 à 17h3

## « L'EAU DANS TOUS SES ETATS »

Itinéraire ludique au fil de l'eau entre le village de La Salvetat et le lac de la Raviège. Un jeu interactif à faire en famille pour découvrir, apprendre et observer en s'amusant ! Téléchargez l'appli !

CPIE du Haut Languedoc - Tél : 04 67 97 51 16 - [www.cpiehl.org](http://www.cpiehl.org)



## Rando Land

3 fiches énigmes à résoudre en fonction de ton âge, en partant à l'assaut du patrimoine des villages de La Salvetat et de Fraïsse, tel un vrai détective ! 1€ la fiche (3 tranches d'âges : 4/6 ans, 7/9 ans, 10/12 ans)

En vente aux B.I.T de La Salvetat s/ Agout et de Fraïsse s/ Agout



## Sur les traces du Drac

Sentier d'interprétation basé sur la légende du Drac (animal totémique de La Salvetat). Retrouver et identifier les moulages de traces d'animaux dispersés sur la base de loisir du lac de la Raviège !

Dépliant disponible au B.I.T de La Salvetat s/ Agout

## Sur les traces de l'enfant sauvage

Sentier ludique et pédagogique basé sur les sens, de 2 km dans les bois de la Bassine (à 6 km de Lacaune, sur la route de Castres).

Site en libre accès. Prévoir de bonnes chaussures. 1h30/2h de balade. Non accessible aux PMR ou poussette. Pas de WC sur place!  
Livrets et pochettes avec accessoires en vente. 4€

Disponible au B.I.T de Lacaune Les Bains.



## ***Sentier de découverte : espaces naturels autour de la Maison de Payrac***

*Paysage, tourbière aménagée, petit patrimoine bâti, faune, flore : sentier découverte de 2 km avec adaptation privilégiée pour les enfants.*

*Site en libre accès. Non accessible aux personnes à mobilité réduite ou en poussette. Attention: pas de toilettes sur place!*

*Brochure disponible au B.I.T du Laouzas.*

## ***Sentier patrimoine «Vèbre Cœur Junior »***

*Mène l'enquête dans les ruelles et les bois du village de Murat s/Vèbre. Reviens au B.I.T avec la bonne réponse et une petite surprise t'attendra !*

*Sentier patrimoine d'1h / 1h30 (porte-bébé nécessaire)*

*Livret de jeu disponible gratuitement au BIT de Murat*

## ***Parc du château de Calmels : parcours d'orientation***

*Partez à la recherche des balises cachées dans le parc du château. Un plan détaillé et des indices à foison vous aideront à relever le défi !*

*A partir de 7 ans - Possibilité de pique-niquer sur place - Site non accessible aux PMR et aux poussettes (porte-bébé en location possible au B.I.T de Lacaune)*

*Livret de jeu disponible gratuitement au BIT de Lacaune*

## ***Parc du château de Calmels : sentier d'interprétation***

*En bordure du château, découvrez la forêt, ses arbres et les animaux qui y habitent !*

*Sentier familial de 2 km - Possibilité de pique-niquer sur place - Site non accessible aux PMR et aux poussettes (porte-bébé nécessaire. Location possible au B.I.T de Lacaune)*

*Livrets de jeu enfants et adultes disponible gratuitement au BIT de Lacaune*



*Les Bureaux d'Information Touristique du territoire vous accueillent pendant les vacances*

### **B.I.T Lacaune les Bains**

Place du général de Gaulle - 81230 LACAUNE LES BAINS

Tél : 05 32 11 09 45 - Mail : [lacaune@tourismemlhl.fr](mailto:lacaune@tourismemlhl.fr)

Du mardi au vendredi : 9h-12h, 14h-17h, le samedi : 10h-12h, 14h-17h

### **B.I.T La Salvetat sur Agout**

Place des Archers - 34330 LA SALVETAT S/ AGOUT

Tél : 04 11 95 08 07 - Mail : [salvetat@tourismemlhl.fr](mailto:salvetat@tourismemlhl.fr)

Du lundi au vendredi : 9h-12h, 14h-18h, le samedi : 10h-12h, 14h-17h

### **B.I.T Murat sur Vèbre**

Place de la mairie - 81320 MURAT S/ VEBRE

Tél : 05 32 11 09 46 - Mail : [murat@tourismemlhl.fr](mailto:murat@tourismemlhl.fr)

Du lundi au samedi : 9h15 - 12h15 (fermé exceptionnellement les 23/10 et 01/11)

### **B.I.T Fraïsse sur Agout**

Route de La Salvetat - 34330 FRAÏSSE S/ AGOUT

Tél : 04 11 95 08 06 - Mail : [fraisse@tourismemlhl.fr](mailto:fraisse@tourismemlhl.fr)

Du jeudi au samedi : 10h-12h, 14h-17h

### **B.I.T Viane**

81530 VIANE

Tél : 05 63 72 10 15 - Mail : [viane@tourismemlhl.fr](mailto:viane@tourismemlhl.fr)

Du lundi au vendredi : 9h30-12h15 - Le samedi : 9h-12h15 - fermé le 1<sup>er</sup> novembre

### **B.I.T Lac du Laouzas**

Rieumontagné - 81320 NAGES

Tél : 05 32 11 09 47 - Mail : [laouzas@tourismemlhl.fr](mailto:laouzas@tourismemlhl.fr)

Tous les jours : 10h - 12h, 13h30 - 17h30

### **B.I.T Anglès**

81260 ANGLES

Tél : - Mail : [angles@tourismemlhl.fr](mailto:angles@tourismemlhl.fr)

Du lundi au samedi : 9h-12h15 - fermé le 1<sup>er</sup> novembre