



MIDI-QUERCY

Gorges de l'Aveyron

EN TARN-ET-GARONNE

2019
2020

Guide Découverte



WWW.GORGES-AVEYRON-TOURISME.COM

Attendez-vous à l'inattendu !

TARN-ET-GARONNE

Tourisme

04-05 Incontournables 10-11 Nos fans
06-09 Idées séjours 78-79 Transports

rubriques

12-27 Pleine nature



28-41 Art de vivre, savoir-faire
Gastronomie



42-59 Culture
Patrimoine



60-67 Le coin
des enfants



68-71 Tourisme &
Handicap



72-77 Bien-être



Un conseil personnalisé c'est ici,
et en plus, l'équipe est très sympa !

Offices de Tourisme & Bureaux d'information touristique

BRUNIQUEL (82800)

2 rue de la Fraternité
Tél. : 05 63 67 29 84
tourisme-bruniquel@wanadoo.fr

MONCLAR-DE-QUERCY (82230)

Place des Capitouls
Tél. : 05 63 30 31 72
tourisme@monclardequercy.com

ST-ANTONIN-NOBLE-VAL (82140)

10 rue de la Pélisserie
Tél. : 05 63 30 63 47
tourisme@st-antoninnv.com

CAYLUS (82160)

20 rue Droite
Tél. : 05 63 67 00 28
tourisme@caylus.com

OFFICE DE TOURISME DU QUERCY CAUSSADAIS - CAUSSADE

Carré des Chapeliers
Tél. : 05 63 26 04 04
tourisme@quercycaussadais.fr

VAREN (82330) - Place de l'Eglise

Tél. : 05 63 65 45 09
animatrice.rurale.varen@wanadoo.fr

LAGUÉPIE (82250)

2 place Henri Granier
Tél. : 05 63 30 20 34
tourisme.laguepie@orange.fr

- MONTPEZAT-DE-QUERCY

Bd des Fossés - Tél. : 05 63 02 05 55
bureau.tourisme@quercycaussadais.fr

VERFEIL-SUR-SEYE (82330)

Rue principale
Bibliothèque Tél. : 05 63 65 46 81
bibliotheque-verfeill@wanadoo.fr

Elaboration : PETR du pays Midi-Quercy et les Offices de Tourisme du Pays Midi-Quercy - Edition : PETR du Pays Midi-Quercy - Charte graphique et mise en page : Quétaryl - Impression : Capitouls - Été 2019
Crédits photos : Christophe Pélaprat - Biljara, Yohan Gozard, Centre d'art et de design La Cuisine, Thierry Pzsonka, ADT82, Association Chapeau Caussade, OTI du Quercy Caussadais, Causses et gorges de l'Aveyron, CDCK82, Pella Roca, Monsieur Grosborne, Mairie de Molières, Aurélie Viguié, Fédération de Pêche du Tarn et Garonne, Domaine équestre des Bastides, Mairie de Monclar de Quercy, Céline Castelnaud, Le refuge aux étoiles, Fabien Schmitt, Catherine Terset, Randoland, CPE 82, Bienvenue à la ferme, La guinguette de Cazals, Sandrine Pradier, Mouna Dahmane, Andrée Mourgues, Damien Alonso, William Donnarel, Elodie Jaubert, Nicole Bierenbroodspot, Morgane Guillemin, Marie-Christine Noailles, Bfabresanson, Association de Spéléologie de Caussade, mairie de Montpezat de Quercy, Coco Texedre, Joël Mouriau, Olivier Espanel, Jacques Combalbert, Cable Park, Poterie La Hulotte, Jérémy Logeais, Distillerie des arts, L'Atelier, Le Bazart, CCORGA, CCQVA, Office de tourisme de St Antonin-Noble-Val, Le mas de Monille, Résidence les Chênes, Mark Merckpoel-Vervae, Alabrena, Domaine de Massoulac, Un temps pour soi, Vert Marine, Inventaire général Région Occitanie, Yann van den Bergh, Quétaryl, Pixabay. Couverture : Joël Damase, Vallée et gorges de l'Aveyron.

MIDI-QUERCY
Gorges de l'Aveyron

WWW.GORGES-AVEYRON-TOURISME.COM

Au coeur du Tarn-et-Garonne

En Tarn-et-Garonne, aux portes de Toulouse, se niche un écrin ensoleillé de verdure et d'eau, un pays à la nature préservée, haut lieu d'histoire et de patrimoine. Vous ne savez pas encore que vous y vivrez des moments riches en émotions, des expériences insolites que vous aurez plaisir à partager à votre retour. Non, pas la corvée de l'éternel diaporama photo montrant la piscine, le restaurant et le coucher de soleil mais la rencontre, l'anecdote, la trouvaille, le secret découvert, les aventures, bref tout ce qui vous a marqué durant votre séjour et qui a fait de vos vacances une parenthèse unique. La destination Midi-Quercy, Gorges de l'Aveyron ravira tous ceux, sportifs ou contemplatifs, pour qui un séjour réussi est une rencontre authentique, une façon d'être et de vivre à l'état pur...

Renouer avec
vous-même
en Midi-Quercy,
Gorges de l'Aveyron

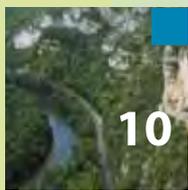




BASES DE LOISIRS
 01/ Laguepie
 02/ Molières
 03/ Monclar-de-Quercy



10/ Les gorges de l'Aveyron
 11/ Bruniquel
 12/ St-Antonin-Noble-Val
 13/ La cuisine
 14/ Caussade



STATIONS VERTES
 04/ Caylus
 05/ Laguepie
 06/ Molières
 07/ Monclar-de-Quercy
 08/ Montpezat-de-Quercy
 09/ St-Antonin-Noble-Val



	Bruniquel	Caussade	Caylus	Laguepie	Monclar-de-Quercy	Montpezat-de-Quercy	Saint-Antonin
Bruniquel	-	18	34	44	17	29	23
Caussade	18	-	22	38	29	11	19
Caylus	34	22	-	24	60	31	12
Laguepie	44	38	24	-	55	52	21
Monclar-de-Quercy	17	29	60	55	-	40	48
Montpezat-de-Quercy	29	11	31	52	40	-	29
Saint-Antonin	23	19	12	21	48	29	-



- Office de tourisme - Syndicat d'initiative
- Musée ou site de visite
- Patrimoine religieux
- Préhistoire, dolmen ou grotte
- Château
- Activité de pleine nature
- Base de loisirs, baignade surveillée (eaux vives, lacs, piscine)
- Aire de service camping car - Stationnement
- Station verte de vacances
- Plus beau village de France
- Grand site Occitanie
- Station essence
- Carte bleue
- Site Natura 2000 « Gorges de l'Aveyron, causses proches et vallée de la Vère »

nos suggestions



Escapade
1 jour



Escapade
weekend

A la découverte des Gorges de l'Aveyron !

Matinée à Bruniquel

Commencez la journée par le village de Bruniquel qui a récemment été reconnu "Grand Site Occitanie" avec ses voisines **Cordes sur Ciel**, **Penne**, **Puycelsi** et **Castelnau-de-Montmiral**.

Prenez le temps de visiter ce petit village médiéval et ses impressionnants châteaux perchés dominant l'Aveyron. Si vous avez des enfants n'hésitez pas à demander des fiches *Randoland* à l'Office de tourisme pour une balade ludique dans le village, c'est gratuit !

Déjeuner dans le jardin du *café Elia*, ici tout est fait maison avec des produits locaux et de saison.

Après-midi à Saint-Antonin-Noble-Val

Prenez en plein les yeux sur la route de la corniche pour rejoindre Saint-Antonin-Noble-Val et faites une balade digestive dans les ruelles de village médiéval également labellisé "Grand Site Occitanie" avec **Caylus**, **Najac**, **Villefranche de Rouergue** et **Villeneuve**. Les amateurs d'activités de pleine nature n'auront que l'embarras du choix : randonnées, canoë-kayak, escalade, accrobranche, via-ferrata, spéléologie, etc...

Avant de partir n'hésitez pas à monter au Roc d'Anglars qui offre un superbe point de vue sur le village et les Gorges de l'Aveyron !

Soirée à Cazals

Etape obligée dans les gorges de l'Aveyron, *La guinguette de Cazals* au bord de l'Aveyron vous offre un cadre nature, une ambiance conviviale au rythme des concerts qui y sont programmés et des bons petits plats à partager, la recette d'une soirée réussie !

JOUR 1

Patrimoine et savoir-faire

Matinée à Montpezat-de-quercy

A Montpezat-de-Quercy, visitez la collégiale Saint-Martin qui abrite un ensemble de tapisseries du XVI^{ème} siècle unique au monde. Les familles pourront profiter de la randonnée jeu *Randoland* pour découvrir le village de façon ludique (à demander à l'Office de Tourisme - gratuit). Ne partez pas sans faire une pause dégustation chez un de nos vignerons, ils vous feront partager toute leur passion et le caractère de leur vin AOC Coteaux du Quercy. Pour votre déjeuner direction **Puylaroque**, outre son très beau point de vue sur les coteaux du Quercy, le restaurant "Les Sens" est un attrait indéniable de ce village. Le chef Thierry Pszonka vous propose une cuisine inventive, raffinée, haute en couleurs.

Après-midi à Caussade

Plongez dans l'histoire du chapeau grâce à

"l'épopée chapelière", un espace scénographique à l'Office de Tourisme de **Caussade**. Après cette visite immersive, prenez rdv et rencontrez le formier Didier Laforest, son savoir-faire rare est classé à l'UNESCO. Poursuivez votre épopée chapelière en visitant l'usine Willys Paris, attention ouvert au public seulement le jeudi. Le must : s'offrir un chapeau en souvenir ! Et pour bien terminer l'après-midi, profitez du lac du Malivert à **Molières** et de sa plage de sable blanc. Qu'elles sont belles les vacances !

JOUR 2

Nature et découverte

Matinée à Saint-Antonin-Noble-Val

Le marché dominical de Saint-Antonin est l'un des plus beaux de la région, il prend place au cœur du village médiéval, déambulez entre les étals pour y découvrir des produits locaux.

Après l'animation colorée du marché prenez la direction de **Caylus** pour une pause nature au lac de Labarthe, vous pourrez y déguster tranquillement toutes les gourmandises achetées au marché de St Antonin. Et pour les vrais gourmands, continuez direction **Loze** jusqu'au Mas de Monille, c'est perdu c'est vrai, mais qu'est-ce qu'on y mange bien ! Le cochon noir gascon élevé en plein air est le roi de la table (prévoir petite balade digestive, départ de randonnée à proximité).

Après-midi à Bruniquel

L'après-midi dirigez vous vers un des plus beaux villages de France, **Bruniquel**, via la D115 pour visiter les châteaux et son village médiéval plein de charme. Ou bien, suivez vos envies de plein air et empruntez l'un des nombreux chemins de randonnée qui partent du village.

nos suggestions

1 semaine
pour en
profiter

Découvrir les incontournables de notre belle région !

JOUR 1

Saint-Antonin-Noble-Val

Visitez le village et découvrez le marché du dimanche matin. L'après-midi de nombreuses activités de pleine nature sont à faire (Canoë-kayak, randonnées, vélo, escalade, etc...).

JOUR 2

Caylus - Lacapelle-Livron - Parisot

Le matin visite du village médiéval de **Caylus**, découvrez-y le Christ de Zadkine, la maison des loups et toute la richesse patrimoniale de ce village médiéval. Pause nature au lac de **Labarthe** sans oublier un petit détour pour contempler la cascade

pétrifiante (attention, pas d'eau en été). Pour déjeuner, un pique-nique avec une vue magnifique dans un calme absolu près de la chapelle *Notre-Dame des Grâces* à **Lacapelle-Livron** vous émerveillera.

L'après-midi les amateurs d'art et de vieilles pierres pourront visiter la superbe *Abbaye cistercienne de Beaulieu* en Rouergue aujourd'hui centre d'art contemporain. A proximité le lac de **Parisot** propose de nombreuses activités de pleine nature. Suivez Roger le brochet sur le sentier d'interprétation et découvrez toute la richesse de notre patrimoine naturel et notre biodiversité !

JOUR 3

Laguépie - Varen - Verfeil s/Seye

Partez à la découverte de **Laguépie** ! A la frontière de l'Aveyron, ce village propose le seul spot de baignade surveillée en eaux vives du département. Après un plongeon dans le Vieur, faites une pause spirituelle au doyenné de **Varen**, continuez vers **Verfeil-sur-Seye** et arrêtez vous aux Estables pour déguster une petite bière *Le Belier* de fabrication artisanale, cadre, accueil, goût, un vrai moment de plaisir. Bientôt, au coeur du village la Maison de la Halle qui abrite artistes et associations, faites votre curieux, entrez !

JOUR 4

Caussade - Septfonds

Journée à **Caussade**, la cité du chapeau ! Un tour à l'office de tourisme et plongez-vous dans l'histoire de l'Épopée chapelière. Déambulez dans cet espace scénographique très surprenant pour y comprendre l'importance du chapeau de paille dans la région. Il reste encore un formier à Caussade, découvrez ce métier classé à l'UNESCO, avec Didier Laforest et craquez dans sa boutique il y a l'embaras du choix ! La pause déjeuner s'impose à la *table d'Alice*, une très bonne adresse que nous aimons partager. L'industrie du chapeau, la retirada, l'aviateur Dieudonné Costes, 3 histoires que l'on découvre à travers les témoignages et archives des habitants de **Septfonds** à la *Mounière* - La maison des mémoires, ce lieu met en avant cette thématique transversale à Septfonds qui est le déplacement de population. Une petite faim ? l'heure du dîner approche ? Le *St Mamet*, une valeur sûre tant sur la carte que sur l'accueil !

JOUR 5

Montpezat-de-Quercy - Molières

Le matin, visite de **Montpezat-de-Quercy** et de la collégiale Saint-Martin où se cachent derrière un rideau rouge les tapisseries flamandes tout juste restaurées, trouver le bouton qui ouvrira les rideaux et la magie opérera... Ne partez pas sans avoir testé le restaurant *La table du Cardinal*, un as pour sublimer nos produits locaux, vous nous remercieriez ! Changez d'ambiance, direction la base de loisirs de **Molières**, labellisée *Pavillon bleu*, de



nombreuses activités nautiques vous y attendent (pédalos, canoës, barques) et sportives (beach volley, tennis...). Pour les moins sportifs prélesez-vous sur la plage de sable blanc !

JOUR 6

Nègrepelisse - Montricoux

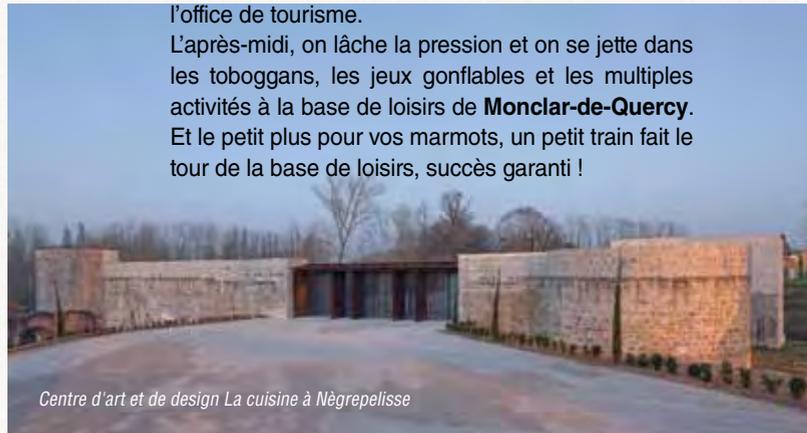
Vous ne pouvez pas ne pas y aller ! *Le centre d'art et de design La cuisine* à **Nègrepelisse** est un incontournable. Le château réhabilité par le cabinet d'architecte catalan RCR a reçu le prix Pritzker en 2017, un style reconnaissable au musée Soulages à Rodez également. Ce centre d'art unique en Europe est dédié à l'alimentation... Soyez curieux ! C'est vendredi, c'est jour de marché à **Montricoux**, ce petit village médiéval avec ses maisons à pan de bois, ses remparts et ses petites ruelles. Mais avant, restaurez vous aux *Délices des papilles*, il porte bien son nom !

JOUR 7

Bruniquel - Monclar-de-Quercy

On finit en apothéose ! Il faut se les gagner, arpentez le petit village de **Bruniquel** et c'est seulement arrivés en haut que vous pourrez admirer et visiter ses Châteaux. Ils abritent une exposition sur la découverte mondiale dans la grotte de Bruniquel qui a bouleversé le monde scientifique et notre vision de l'homme de Néandertal. Embarquez votre petite famille dans une enquête avec *Randoland*, une rando ludique dans le village qui vous permettra de visiter, vos enfants, de s'amuser tout en partageant des moments sympas ensemble, circuit disponible à l'office de tourisme.

L'après-midi, on lâche la pression et on se jette dans les toboggans, les jeux gonflables et les multiples activités à la base de loisirs de **Monclar-de-Quercy**. Et le petit plus pour vos marmots, un petit train fait le tour de la base de loisirs, succès garanti !

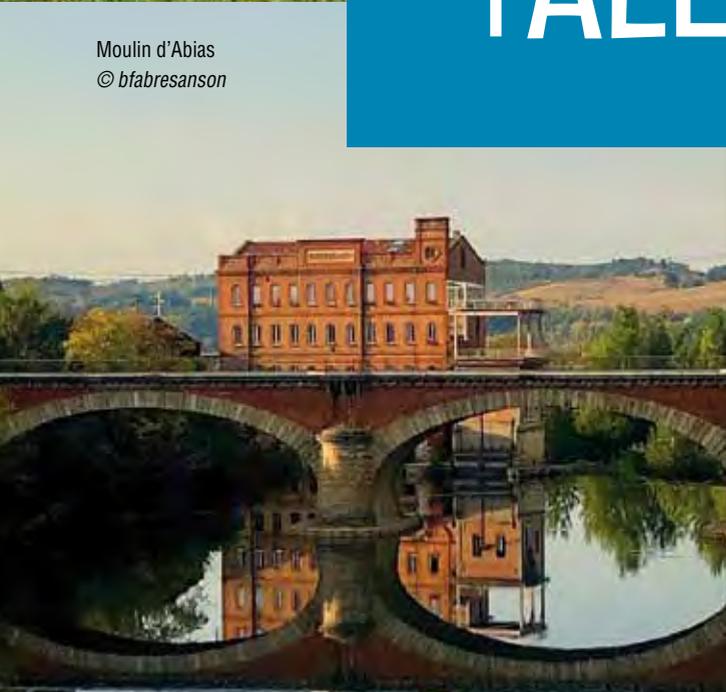


Centre d'art et de design La cuisine à Nègrepelisse

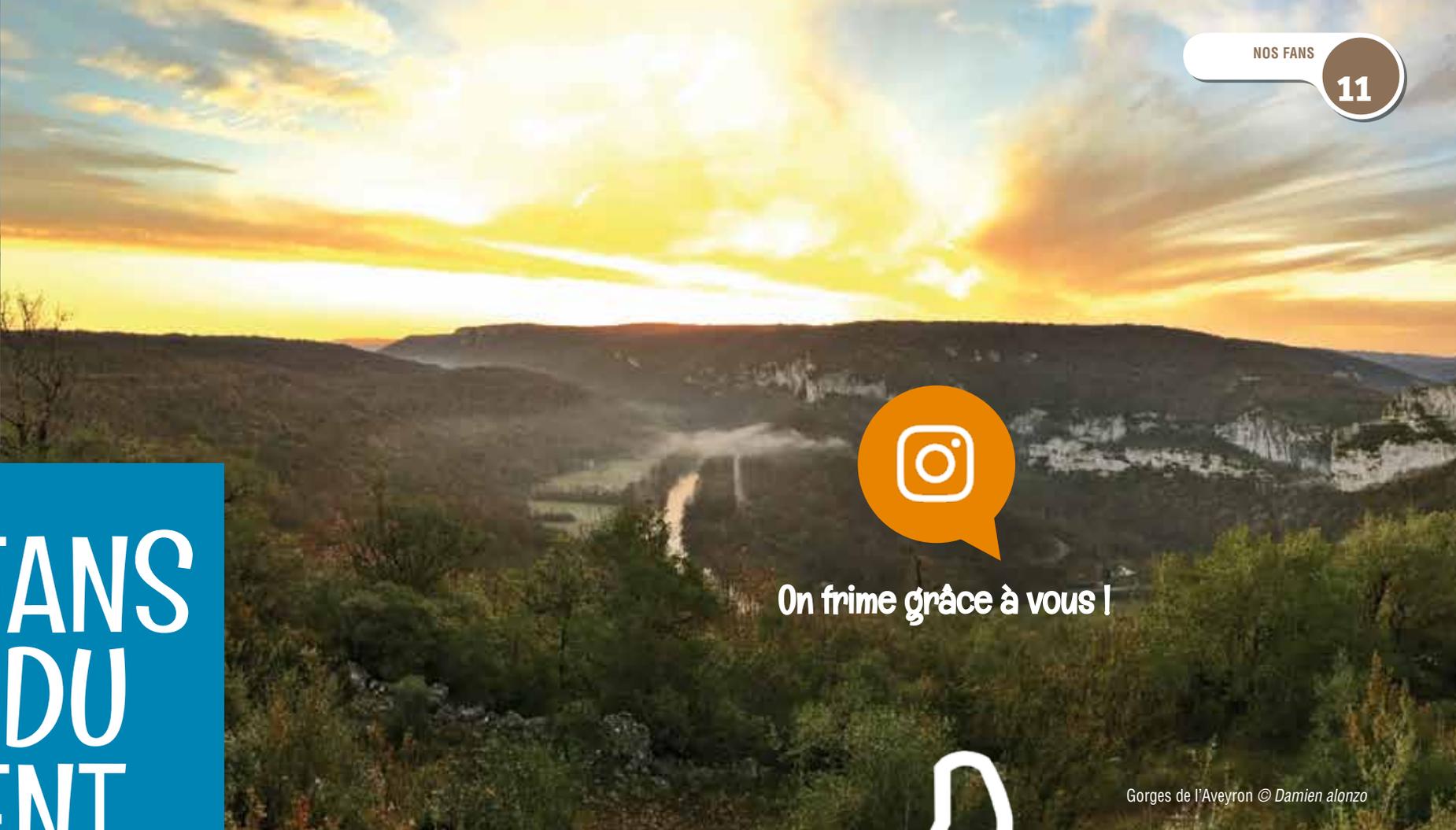


Notre Dame des Grâces à
Lacapelle Livron
© DDEA82

NOS FANS ONT DU TALENT

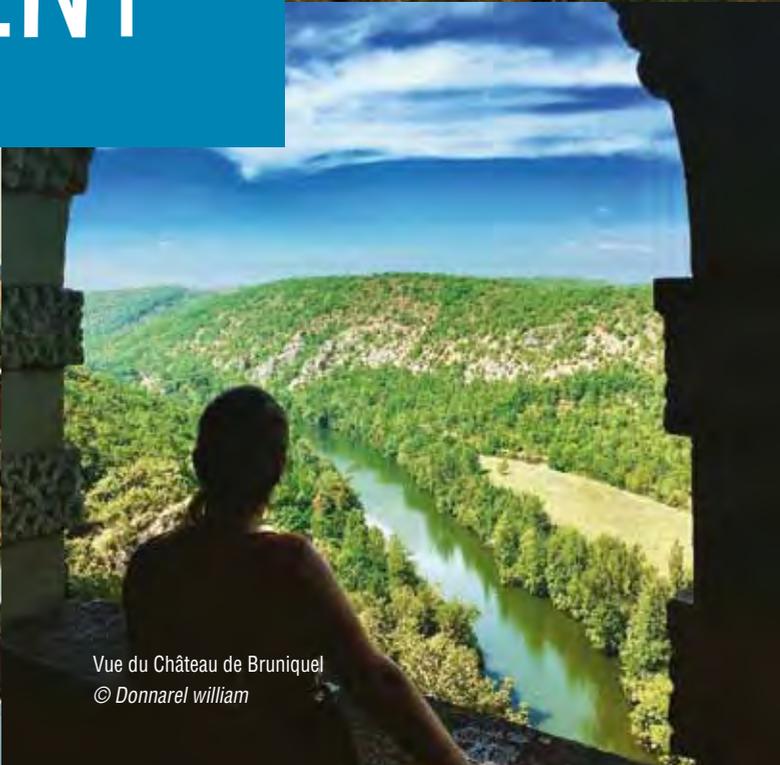


Moulin d'Abias
© bfabresanson

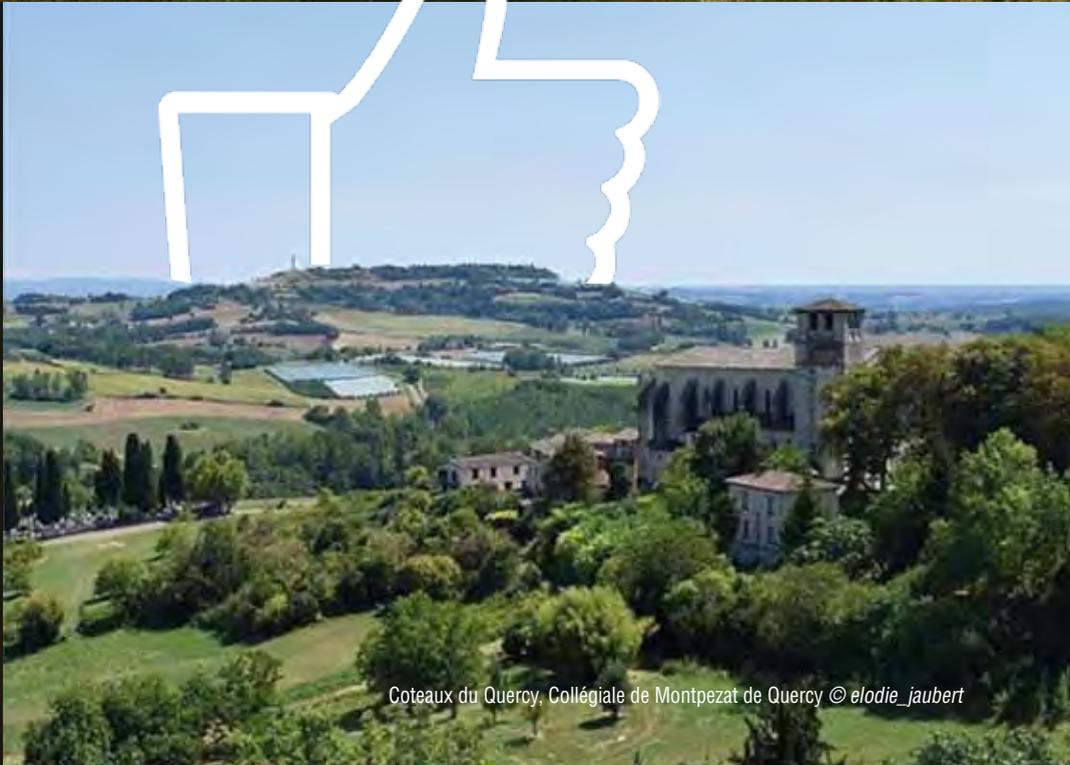


On frime grâce à vous !

Gorges de l'Aveyron © Damien alonzo



Vue du Château de Bruniquel
© Donnarel william



Coteaux du Quercy, Collégiale de Montpezat de Quercy © elodie_jaubert

Pleine nature

Pağayez, pėdalez, marchez, suez dans
THE spot de pratiques !





Notre parrain 2019, Benjamin Boukpeti, athlète kayakiste, médaillé de bronze aux jeux olympiques à Pékin, finaliste aux JO de Londres. Sa devise : « Selon moi, il n'y a de limites que pour ceux qui s'en donnent »

Festival Sports Nature

Votre rendez-vous annuel pour découvrir les nombreuses activités à pratiquer dans le Pôle de pleine nature des gorges de l'Aveyron. Trois jours d'animations gratuites pour petits et grands. Alors, prêts pour l'aventure ?

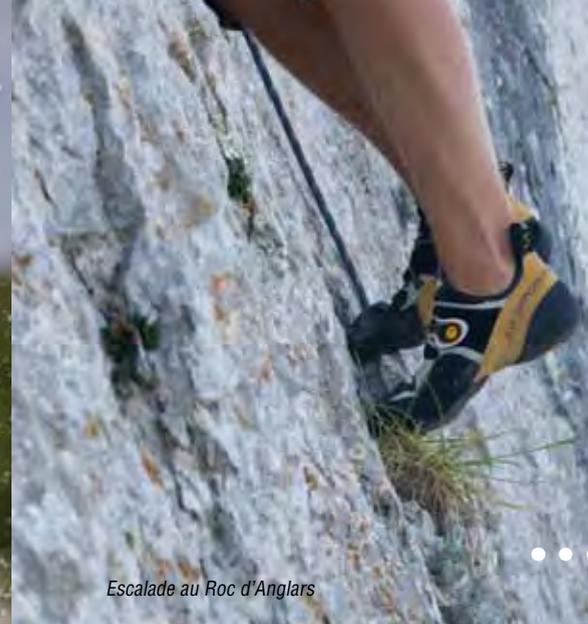
Réservez auprès de l'OTI Causses et gorges de l'Aveyron - Tél. : 05 63 30 63 47

WWW.GORGES-AVEYRON-TOURISME.COM

Balade patrimoine naturel



Préserver, pratiquer, s'entraider, organiser



Escalade au Roc d'Anglars



Balade équestre Bruniquel

Le Pôle de pleine nature des gorges de l'Aveyron rassemble tous les acteurs de la pleine nature pour vous faire vivre une expérience grandeur nature

- ✓ 1 site naturel classé Natura 2000
- ✓ 80 km de véloroute dans les gorges de l'Aveyron
- ✓ 11 boucles cyclables tous niveaux
- ✓ 4 circuits de rando/jeu pour les familles
- ✓ 60 km de randonnée nautique au coeur des gorges de l'Aveyron
- ✓ 3 pavillons bleus pour la qualité de l'eau à Molières, Monclar-de-Quercy et Laguépie
- ✓ 1 baignade en eaux vives surveillée l'été à Laguépie
- ✓ 1 base de loisirs multiactivités à Parisot
- ✓ 2 espaces VTT labellisés FFC
- ✓ 4 sites d'envols deltaplane, parapente dont un pour handicapé
- ✓ 9 sites d'escalade avec plus de 700 voies



Baignade surveillée dans le Viaur à Laguépie

Les pieds sur terre

Randonnées cyclo, équestre, pédestre, marche nordique, spéléologie, archery tag...

Balade à vélo à Espinas

A vélo !

Tous vos prestataires sur

WWW.GORGES-AVEYRON-TOURISME.COM

Tous à vélo !

Pédalez, roulez et... Admirez ! En prendre plein les yeux !

Visitez autrement notre territoire, prenez le temps de découvrir, ça c'est un luxe. Facile à pratiquer en tribu le vélo met tout le monde d'accord et ça peut vite devenir une réelle aventure. Fabriquez vous de vrais souvenirs, vite en selle !

The spot VTT

L'espace VTT FFC Gorges de l'Aveyron vous propose 33 circuits variés regroupés en 2 secteurs de Saint-Antonin-Noble-Val et Pays de Vaour. La carte des itinéraires est en vente à 2.5 € à l'office de tourisme de ST-ANTONIN-NOBLE-VAL.

“



**NICOLE
PR8 - La Gourgue**

L'été, quand il fait très chaud, j'aime aller faire du VTT dans la vallée de la Gourgue. C'est un endroit toujours ombragé, qui fait penser à une forêt dans Harry Potter. Le matin, quand il reste un peu de brume, c'est un endroit très mystérieux avec toutes les différentes sortes de mousses qui poussent aux arbres. **Topoguide St-Antonin-Noble-Val** en vente à l'office de tourisme.



OÙ PRATIQUER ?

Le site web Cirkwi.com recense les circuits balisés du territoire, faites votre choix ! Gratuit.



Vélo-route de Gorges de l'Aveyron - St Antonin



Sortie en vélo mais petite panne ?

A Saint-Antonin-Noble-Val, une borne de gonflage et nettoyage en libre accès vous attend (chemin de Roumégous).

OÙ LOUER VOS VÉLOS ?

Acti eaux vives

ST-ANTONIN-NOBLE-VAL Tél. 06 12 51 83 23

www.actieauxvives.fr

Passion loisirs

CAUSSADE - Tél. 05 63 26 03 48

Nature escapade

ST-ANTONIN-NOBLE-VAL

Tél. 05 63 31 41 76 - aveyron@canoe.fr

Variation

ST-ANTONIN-NOBLE-VAL

Tél. 06 48 35 59 21 - 05 63 68 25 25

contact@variation82.eu



Vélo-route de Gorges de l'Aveyron - Laguëpie



THÉRY

Circuit Vélo Feneyrols

Le côté sympa de cette balade c'est qu'on peut prendre le temps ! Facile, on n'a pas la pression de la performance ! pique-niquer, mettre les pieds dans l'eau, piquer un petit roudillon au bord de l'Aveyron... le break quoi ! **Circuit en ligne sur www.gorges-aveyron-tourisme.com découvrir les gorges de l'aveyron en vélo**

Vu ! La vélo-route des gorges de l'Aveyron

NOUVEAU

Amis cyclistes vous ne pourrez pas la manquer. une nouvelle signalétique a été mise en place pour guider les cyclotouristes sur les 85 km de la véloroute : Vallée et gorges de l'Aveyron.

Au départ de Montauban, l'itinéraire vous fait passer par nos plus beaux villages : Nègrepelisse, Montricoux, Bruniquel, Penne, Saint-Antonin-Noble-Val, Varen et enfin Laguëpie.

<http://www.tourisme-tarnetgaronne.fr>

Et pour sortir des sentiers battus

Pédalez le long des 11 boucles cyclables dans les gorges de l'Aveyron. Prenez le temps d'admirer, de vous arrêter, ou relevez les défis des parcours confirmés, à vous de choisir !

Toutes les boucles sont en ligne et téléchargeables sur www.gorges-aveyron-tourisme.com

Toujours plus d'activités à partager !



En rando !

Tous vos prestataires sur

WWW.GORGES-AVEYRON-TOURISME.COM

“



NICOLE

Au printemps, quand il commence à faire beau et que les journées s'allongent, j'adore la randonnée autour du cirque de nibouzou en passant par le roc Deymie. On a une super vue sur le village médiéval de St Antonin, avec le roc d'Anglars en fond, c'est magnifique ! C'est une balade relativement facile, avec un peu de dénivelé.



Cascade pétrifiante - Caylus



MARIE ET JEAN

Sous un beau soleil de février, une balade dominicale inoubliable. Après une escapade au marché de St Antonin et une pause gourmande au Lac de Labarthe, la journée s'est achevée devant la magnifique cascade pétrifiante de Caylus. Le PR1, tout prêt de la cascade, permet de grimper jusqu'au village, un détour très sympa qui offre un super point de vue sur la cascade.

Roger le brochet

Suivez Roger le brochet (non ce n'est pas une blague !) sur le sentier d'interprétation autour du **Lac de Parisot**, une occasion pour les enfants d'expliquer aux parents toutes les richesses de cet environnement et l'importance de le préserver ! Livret pédagogique disponible au point info touristique de Parisot en saison estivale et dans les offices de tourisme de Caylus et St-Antonin-Noble-Val ou en ligne.

www.gorges-aveyron-tourisme.com / Pôle de pleine nature



Le Parc de la Lère



Le parc de la Lère se déploie sur 55 hectares. C'est un formidable espace pour la pratique d'activités de pleine nature : promenades à pied, VTT, équestres, parcours santé, parcours permanent d'orientation, aire de pique-nique, jeux pour enfants, skate park, 5 lacs de pêche.

Office de tourisme de CAUSSADE - Tél. : 05 63 26 04 04 tourisme@quercycaussadais.fr



Le Pays Midi-Quercy est le terrain idéal pour vos randonnées, tous les topoguides en vente dans vos offices de tourisme.

noUVEAU



Archery Tag

Les robins des bois en herbe pourront s'affronter lors de parties d'archery Tag ! Nouvelle activité sur le Pôle de Pleine Nature à mi-chemin entre le paintball et le tir à l'arc, elle amusera aussi bien les adultes que les enfants. A partir de 8 ans.

Variation Sports Nature - Tél. : 05 63 68 25 25 www.variation82.eu/



OÙ PRATIQUER ?

Connectez-vous sur www.cirkwi.com pour télécharger les sentiers de randonnées disponibles dans le Tarn-et-Garonne

noUVEAU

Randoland 2 nouveaux circuits à partager en famille

Après les randos ludiques à Montpezat-de-Quercy, Puylaroque, La Salvetat Belmontet et Bruniquel, c'est au tour de Caylus et Vaissac de vous mettre à l'épreuve. Saurez-vous résoudre les enquêtes de l'inspecteur Rando ? Faites confiance à vos enfants, succès garanti et sans traîner des pieds !

Fiches «rando/jeu» gratuites à télécharger sur www.gorges-aveyron-tourisme.com ou disponibles dans tous les offices de tourisme du territoire.



..... Ici la star, c'est le canoë !
 : A vous de jouer... Enfin, pagayer !

Comme un poisson dans l'eau

Tous vos prestataires sur

WWW.GORGES-AVEYRON-TOURISME.COM

Canoë dans les Gorges de l'Aveyron



Canoë-Kayak, baignade
 stand up paddle, pêche...

JEAN-PIERRE

On peut dire que c'était l'aventure ! Toute la famille était de la partie et tout le monde s'est éclaté, nos ados, les petits et les « beaucoup moins jeunes » ! A refaire bien-sûr !



Et pour ceux pour qui la patience est une affaire sérieuse, nos spots de pêche vous tendent les bras.

En pleine nature sur le Viaur



A Laguëpie, une véritable piscine naturelle aménagée sur Le Viaur offre aux nageurs de belles longueurs, mais aussi des jeux d'eau et des pontons flottants pour les plus actifs, une aire de jeux pour enfants et un espace pique-nique. Le cadre est splendide, mêlant nature et vieilles pierres, à deux pas du village et l'accès à l'espace baignade est gratuit. Amis toulousains, venez en train en 1h15 par la ligne Toulouse/ Capdenac. Plage surveillée en juillet et août.

Office de tourisme de LAGUÉPIE

Tél. : 05 63 30 20 34 - tourisme.laguepie@orange.fr

Envie de sortir le maillot et la serviette ?
 3 plages labellisées Pavillon bleu pour la qualité de l'eau vous attendent !



La Base de loisirs de Monclar-de-Quercy, à fond les ballons !



Monclar est le plus grand site de loisirs nautiques du pays Midi-Quercy avec ses trois lacs de renommée régionale et son complexe de baignade unique (toboggan, pentogliss, trois piscines dont une chauffée et couverte). Plein de nouveautés :
 - Waterfun park, le parcours « Ninja » : voir encadré ci-contre.
 - Base de loisirs : 4 couloirs d'entrées, et nouveau bosquet de pique-nique avec grand parking. De mars à octobre (pour la piscine chauffée) et du 15 juin au 15 septembre pour les autres équipements.

MONCLAR-DE-QUERCY - Piscine - Tél. : 05 63 30 31 72

nouveau

Opération Ninja !

Le Waterfun de la base de loisirs de Monclar de Quercy vous lance un défi... Serez-vous assez fort pour vous suspendre et traverser l'eau à la force des bras sans jamais tomber ? Avis aux gros bras, ceci pourrait vous intéresser !
 Tarif : 9€ (8€ pour un groupe de 10 personnes)

Tél. : 05 63 30 31 72

tourisme@monclardequercy.com



Variez les plaisirs avec le Stand up paddle !

La base de loisirs de Molières



C'est le « spot » familial par excellence ! Le site est spacieux, les activités sont nombreuses et adaptées à toute la famille.

La plage de sable blanc est surveillée en juillet et en août. Pédalos, canoës complètent la palette d'activités nautiques sans oublier la fameuse *banane tractée* ! Depuis l'année dernière un Aquaparc est installé et accessibilité du site avec mise à disposition d'un tiralo.

Tél. : 05 63 67 70 15 période estivale seulement

Tél. : 05 63 67 64 53 ou 05 63 67 76 37 le reste de l'année



Prenez l'air

Tous vos prestataires sur

WWW.GORGES-AVEYRON-TOURISME.COM

On aurait pu dire,
« envoyez-vous en l'air »,
mais ça ne se fait pas !
Alors prenez de l'élan,
ne réfléchissez pas trop
et prenez de la hauteur !

A la conquête du ciel, de l'air et des étoiles

nouveau

Jean-Baptiste Bodda, animateur scientifique spécialisé en astronomie, gérant du refuge aux étoiles à St Antonin-Noble-Val, Fabien Schmitt fondateur de l'école de cerf-volant à Caylus et Jean Cordier spécialisé en astronomie et sciences de l'Univers, vous propulsent dans le ciel ! Ils vous ont concocté un programme d'animations pour des séjours de 2 à 5 jours destinés aux scolaires, centre des vacances, CE, mais également pour les anniversaires ou soirées privées. Plongez dans le

système solaire, découvrez les secrets de fabrication d'un cerf-volant, fabriquez des micro-fusées, observez les étoiles, admirez la magie des cerf-volants en vol nocturne...

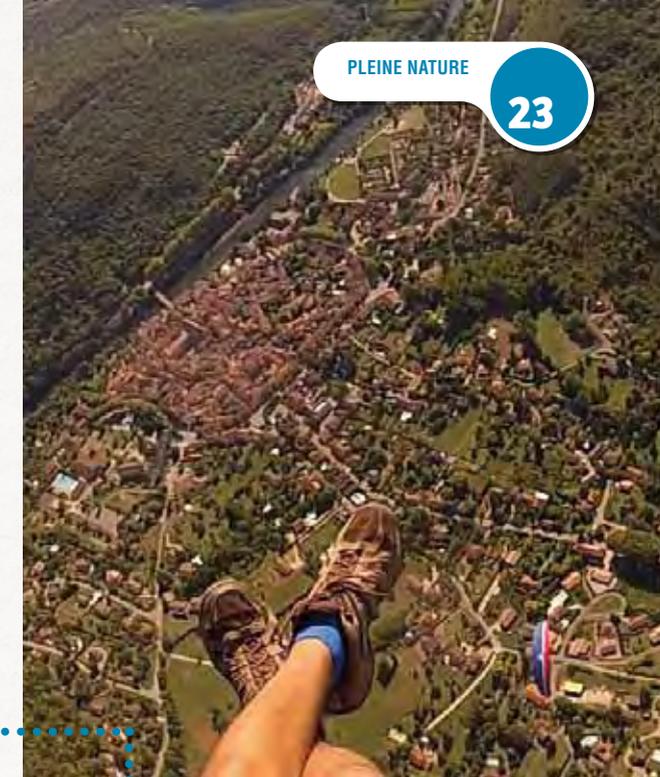
Bref, la tête dans les nuages et les étoiles, quoi de mieux pour s'évader ? Le contenu du séjour est défini en concertation avec chaque client.

Tarifs variables selon votre projet.

Tél. : 06 30 00 45 23 - fabioland78@yahoo.fr

Et ils ont pensé à tout ! Le Moulin de Roumégous accueille votre groupe à St-Antonin-Noble-Val, ne cherchez plus votre hébergement, réservez !

Moulin de Roumegous - Tél. : 09 61 42 40 35
moulinroumegous@gmail.com



nouveau

Le Parapente accessible pour personnes à mobilité réduite, bien sûr que c'est possible chez nous !

Lot of parapente ! Vous volez en fauteuil homologué, tout en sécurité. Ce fauteuil est mis à disposition par le CDVL (Comité Départemental de Vol Libre). Romain est qualifié pour cette prestation alors n'hésitez pas !

Tél. : 06 64 19 13 23



Ulm, Cerf-volant,
Delta plane,
Parapente,
Modélisme,
Accrobranche,
Via ferrata,
Escalade

Activités



Moins de
6 ans



Pas de jaloux,
même quand on
est tout minus !

Tous vos prestataires sur

WWW.GORGES-AVEYRON-TOURISME.COM



Dans les arbres

Pendant que les grands jouent les Tarzans, les plus jeunes peuvent découvrir l'accrobranche grâce au parcours Pitchoun accessible dès 3 ans !

Parc Aventure - Lieu dit Turlande 82140 SAINT-ANTONIN-NOBLE-VAL
Tél. : 07 60 35 53 14 / contact@parc-aventure-aveyron.com

A dos d'âne

Les balades c'est sympa, mais des balades avec un âne c'est mieux, au côté de l'animal ou sur son dos promenez-vous à votre rythme.

Les Ânes de l'Abri-Niquel - Rue de la fontaine 82800 BRUNIQUEL
Tél. : 05 63 24 15 26 / 06 84 81 06 81

La rando pour les parents, le fun pour nous !

Avec Randoland, les enfants découvrent en jouant, les parents visitent. A partir de 4 ans, ces randos ludiques font le bonheur de toute la famille ! Gratuit et disponible en ligne ou dans les offices de tourisme.

www.gorges-aveyron-tourisme.com



Apprenti cavalier, en selle !

Dès 3 ans votre enfant partira à l'aventure (avec vous sur un circuit balisé !) au cœur de la nature. Venez essayer, vos enfants vont adorer !

Domaine équestre des bastides
2289 route de Gardes, 82800 BRUNIQUEL
Tél. : 06 15 65 49 85 - domaine-equestre-des-bastides.fr

Plouf !

Une aire de jeux rien que pour les tout-petits et un parcours-aventure pour les enfants et adolescents vous attendent à la base de loisirs des 3 lacs !

Base de loisirs des 3 lacs - Route de la Gresigne
82230 MONCLAR-DE-QUERCY - Tél. : 05 63 30 31 72



Randoland - balade ludique

Le cerf-volant c'est une affaire de grand !



De la création à l'envol, les petits bouts
de chou auront de quoi faire !

Cerfs-Volants & Cie
17 avenue du père Huc 82160 CAYLUS
Tél. : 06 30 00 45 23 - fabioland78@yahoo.fr

On profite = on respecte

Préserveons notre terrain de jeu !

Tous vos prestataires sur

WWW.GORGES-AVEYRON-TOURISME.COM

Balade nature



Les bonnes pratiques

- ✓ Ne pas laisser de traces de votre passage, ni aucun déchet derrière vous. Privilégier les cendriers de poche pour ne pas polluer et éviter tout risque d'incendie.
- ✓ Rester sur les chemins balisés et évitez les zones cultivées. Dans les zones de pâturages, bien refermer les barrières.
- ✓ Respecter la propriété : pour pique-niquer ou camper, privilégier les lieux publics ou demander l'autorisation aux propriétaires privés en respectant la tranquillité des lieux et éviter toutes nuisances sonores.

Vous aussi devenez un éco-citoyen !

Les 9^{èmes} rencontres **Coeur de biodiversité du CPIE Quercy-Garonne**

DIM. 21 JUILLET MOUILLAC 10h-18h Lancement de l'observatoire de la biodiversité de Mouillac stand et balade. RDV à la mairie de Mouillac Gratuit - 20 places.

SAM. 27 JUILLET CAYLUS 10h-18h Stand Rucher école et préservation de l'abeille noire. Pendant les fêtes médiévales de Caylus. Gratuit. Rdv Mairie de Caylus avec l'association l'Atelier.

SAM. 7 SEPT CAYLUS 14h30-17h30 Atelier de fabrication de cosmétiques issus de la ruche. 15 places.

SAM. 28 SEPT CAYLUS 9h-12h Atelier Purins et compagnie. 15 participants. Sur inscription.

CPIE Quercy Garonne - Al païs de Boneta - Labarthe 82160 CAYLUS
Tél. : 05 63 24 06 26 - mdp82@wanadoo.fr - Facebook CPIE Quercy-Garonne

Nous avons la chance de pouvoir pratiquer des activités de pleine nature dans un cadre exceptionnel. Les vallées de l'Aveyron et de la Vère, classées Natura 2000, inscrites aux Monuments Historiques sont des sites fragiles que nous devons tous préserver.



Bon plan !

Pour bien profiter de la base de loisirs de Monclar-de-Quercy n'oubliez pas votre petit cendrier que l'office de tourisme vous offre à votre arrivée. Et pour info, ce sont les enfants du CLAE de l'école de Monclar-de-Quercy qui l'ont fabriqué, ils sont trop forts ! Cendriers disponibles à l'office de tourisme ou à la base.

Office de tourisme - Place des Capitouls
82230 MONCLAR-DE-QUERCY
Tél. : 05 63 30 31 72
tourisme@monclardequercy.com



Vous aussi, soyez acteur de la qualité de vos sites de pratiques

Signalez un problème rencontré sur un site de pleine nature !

En sillonnant le territoire à longueur d'année, vous pouvez nous aider à mieux gérer les espaces et sites de pleine nature en nous informant des problèmes rencontrés via la plateforme SURICATE, développée par le ministère des sports.

sentinelles.sportsnature.fr

Balade éco-citoyenne

Chaque année l'entreprise Acti'eaux vives, loueur de canoë, organise une balade éco-citoyenne pour nettoyer les berges de l'Aveyron. Avant et après la saison touristique, à pied ou en canoë, cet appel aux volontaires permet à chacun de participer au maintien de la qualité du site et de la rivière Aveyron. On compte sur vous !

LDT Marsac Bas, 82140 SAINT-ANTONIN-NOBLE-VAL
Tél. : 06 12 51 83 23 - www.actieauxvives.fr/



Oui, en Midi-Quercy il existe un véritable art de vivre. Non ce n'est pas une phrase toute faite pour vous embobiner mais juste un constat, chez nous c'est beau, c'est bon et il y a comme un air de reviens-y qui plane... En toute objectivité bien-sûr !

Cultiver le bonheur !



Estivales du Chapeau à
Caussade - défilé de créateurs



Création de la poterie
La Hulotte à Caylus



Cultiver l'art du bien vivre et du bien manger !

Mangez 5 fruits et légumes par jour... Quoi de plus facile
dans le verger de l'Occitanie, fermes auberges ou
gastronomiques, faites selon vos envies !



Restaurant Les Sens à Puyaroque
Chef Thierry Pszonka

L'art de vivre en mode Midi-Quercy

Tous vos prestataires sur

WWW.GORGES-AVEYRON-TOURISME.COM

Le vignoble du Quercy : notre pépite !

nouveau



Il est vrai que nous avons des voisins de grande notoriété, ils s'appellent Cahors, Gaillac et même les vins du Languedoc. Le vignoble du Quercy est un petit vignoble tout juste aurolé du label national « Vignoble et Découverte ». C'est une vraie pépite à découvrir, vous l'aurez compris. Nos vigneronns du Quercy sont fiers d'appartenir encore à un territoire qu'ils ont su préserver et souhaitent aujourd'hui montrer qu'ils ont tout pour vous séduire. Entre vergers et cultures maraîchères ce vin à l'empreinte si particulière n'attend que de vous convaincre... Buvez avec modération, cela va sans dire !

Tél. : 05 63 63 59 66 - www.vins-coteaux-quercy.fr

« Chez nous, les hommes devraient naître plus heureux et plus joyeux qu'ailleurs, car je crois que le bonheur vient aux hommes qui naissent là où l'on trouve le bon vin » - Léonard de Vinci



Dégustations à Castelnau Montratier : jour de marché.

Festoyons ensemble !

SAM. 10 AOÛT CASTELNAU MONTRATIER

On n'y boit pas un verre, on goûte son plaisir, on le partage !

La fête des vins des Coteaux du Quercy c'est d'abord une rencontre avec ses vigneronns passionnés qui sauront vous transmettre toute la beauté de leur métier et la richesse de leur territoire. Leur vin rouge essentiellement, charnu et généreux, à la complexité aromatique témoigne d'une identité forte qu'il vous faut absolument connaître !

Passez une bonne soirée !

ROYAL BODEGA

En plus des tapas, le Royal Bodega est "the place to be" si vous aimez danser la salsa !

33 D820, 82440 RÉALVILLE - Tél. 05 63 67 93 68

LE PETIT BAL PERDU

Au milieu de nulle part, les jeudis Tintin et son équipe proposent une soirée dansante avec restauration.

Lac de Peyrecuque - LAPENCHE - Tél. 06 75 86 24 54

LA GUINGUETTE DE BEGAYNE

nouveau

Restauration et buvette, concert, spectacle, boeuf, projection, jeux, espace enfants. En été, tous les dimanches à partir de 17h jusqu'au 15 sept.

Lieu dit Begayne - 82330 GINALS

MANJO CARN CAFÉ



Une institution sur les berges de l'Aveyron, on y vient avant tout pour la bonne ambiance et l'hospitalité des propriétaires !

D115BIS, 82140 SAINT-ANTONIN-NOBLE-VAL
Tél. : 05 63 68 25 85

BAR Ô

Amateurs de musique live, le bar Ô propose régulièrement des concerts le tout dans une bonne ambiance.

451 chemin de Malpas 82350 ALBIAS - Tél. 05 81 98 39 85

LA GUINGUETTE DE CAZALS



Sur le bord de l'Aveyron, sirotez un cocktail tout en profitant des concerts régulièrement organisés.

Lieu-dit Caillol - 82140 CAZALS
Tél. 05 63 68 20 84

LA MAISON

Pour l'apéro ou boire un verre, assister à des concerts et le premier vendredi du mois une « Jam Session ».

4 Place du foirail, 82160 PARISOT - Tél. : 05 63 31 59 75

CAFÉ DE LA HALLE

Très bien situé, juste en face de la halle, l'endroit idéal pour rencontrer des locaux toute l'année !

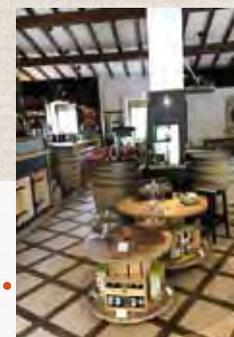
9 Place de la Halle, 82140 SAINT-ANTONIN-NOBLE-VAL
Tél. : 09 65 36 82 50

LA TAVERNE DU TEMPS

Bar, cave et shop. Brasserie, petit verre et repas entre amis, c'est parfait ! Tous les jours sauf le jeudi de mai à octobre 12h-22h, 23h le vendredi et samedi.

14 rue de l'Hôpital, 82800 BRUNIQUEL
Tél. : 05 63 65 35 96

Une super adresse sur une jolie placette de Bruniquel où déguster de bonnes bières ! Cette taverne dispose d'une grande salle et d'une terrasse à l'ombre. Accueil sympathique et décontracté, à ne pas manquer ! - Sarah Gourgont



Artistes et artisans d'art

Tous vos prestataires sur

WWW.GORGES-AVEYRON-TOURISME.COM

On aime quand c'est le Bazar !

Le Bazar c'est une ruche, un lieu de création et de rencontre autour de l'idée du textile. Dans une maison, se mélangent un espace intime ouvert au public, un lieu de création, d'exposition, où l'on se retrouve, pour boire un verre, échanger des idées, des projets et participer à la vie du lieu et de nos campagnes. Deux galeries d'exposition, une friperie chic, un café associatif, des ateliers pour créateurs et des ateliers de créations pour tous... Un beau métissage en perspective !

13 rue Saint Angel - 82140 SAINT-ANTONIN-NOBLE-VAL
Tél. : 05 63 65 60 06 / 06 79 43 26 70 - lebazart.fr

Le marché des potiers à Caylus

14 & 15 AOÛT

Ca dépote ! Le marché des potiers est une institution qui découvre la richesse de ce savoir-faire artisanal. Rendez-vous pour la 26^{ème} édition avec toujours autant de succès. Au programme, des démonstrations ainsi que des ateliers pour les enfants. Concours / prix public. Entrée Libre.

L'Atelier à CAYLUS - Tél. : 06 12 60 68 62 - www.latelier-caylus.com

*Le Pays Midi-Quercy
est une terre de création,
pour preuve le nombre de
lieux qui lui sont dédiés.*



nouveau

Profitez-en pour découvrir la nouvelle visite guidée dédiée à l'artiste **Zadkine**.

Bureau d'information - 20 rue droite - 82160 CAYLUS - Tél. : 05 63 67 00 28 - tourisme@caylus.com

La rue des arts à Caylus

La cité de Caylus connue pour le nombre d'artistes et d'artisans d'art qu'elle accueille au même titre que sa voisine St-Antonin-Noble-Val, inaugure ce printemps 2019 la rue des arts. En plein centre bourg, rue Droite et place de la Mairie, une boutique bijoux photo et 4 galeries rejoindront la galerie Caylus Art qui a ouvert l'an dernier. Une occasion de flâner dans ce coeur historique médiéval et d'y dénicher des pièces uniques.

Office de tourisme de CAYLUS - Tél. : 05 63 67 00 28
tourisme@caylus.com



Jean-Pierre Cholet
© Jérémy Logeais



Distillerie des Arts

La Distillerie des arts

C'est dans le village de Laguépie que L'ancienne distillerie d'huiles essentielles distille maintenant l'Art sous toutes ses formes. On ne vous dit pas d'entrer, on vous pousse ! Ce café associatif est bien plus encore. Outre le snack terroir et une buvette utilisant des produits de bien être, des boissons artisanales, et une volonté prioritaire aux circuits courts, de multiples activités sont proposées toute l'année : danse, théâtre, couture, ainsi qu'une épicerie musicale, stages thématiques et cours de cuisine. Ciné-soupe, bals, apéros-concerts, cours, stages, résidences et expositions... La curiosité est un si joli défaut, osez !

En plus tous les midis : *Les p'tits plats d'Sylvie*. Cuisine traditionnelle française, ouvert tous les midis du lundi au vendredi. Un plat unique différent chaque jour pour voyager dans la tradition culinaire de la France.

5 route de Varen - 82250 LAGUÉPIE - Tél. : 06 25 21 18 99
Ouvert de 18h à minuit tous les jours - Parking gratuit

Les rencontres des métiers d'art à Bruniquel

7 & 8 DEC. 2019

Qui a dit qu'il ne se passait rien en hiver ? Chez les autres peut-être, mais pas chez nous ! La période de Noël est très attendue, pour le père Noël oui d'accord, mais également pour notre rdv annuel des rencontres créateurs à Bruniquel. Un moment très chaleureux (merci le vin chaud !) où les créateurs de Bruniquel et ses voisins viennent nous donner plein d'idées cadeaux... A souffler au Père Noël !

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

Etapas gourmandes

Tous vos prestataires sur

WWW.GORGES-AVEYRON-TOURISME.COM

PRODUITS EN MIDI-QUERCY

Bien manger, c'est important ! En Midi-Quercy, les agriculteurs, commerçants, restaurateurs et même collectivités se sont engagés pour développer et encourager la consommation des produits de notre terroir, des bons produits bien de chez nous ! Et oui, on est chauvin et on assume ! L'annuaire disponible en office de tourisme ou en ligne.



www.gorges-aveyron-tourisme.com/
Votre séjour/Où manger

Succombez aux mille et une couleurs des étals des marchés

Lundi matin	CAUSSADE
Mardi matin	NEGREPELISSE, CAYLUS
Mercredi matin	SEPTFONDS, ALBIAS, LAGUEPIE
Jeudi matin	MONCLAR-DE-QUERCY
Vendredi matin	MONTRICOUX, PARISOT, MOLIERES
Vendredi soir	ST-ETIENNE-DE-TULMONT, MIRABEL (18 h - juillet et août)
Samedi matin	VAREN, CAYLUS, MONTPEZAT-DE-QUERCY, REALVILLE
Dimanche matin	ST-ANTONIN-NOBLE-VAL(*), NEGREPELISSE, LAGUEPIE MONCLAR-DE-QUERCY (juillet et août)

Marché bio
Jeudi de 16h à 20h

nouveau

Contre allée du docteur Paul Benet
SAINT-ANTONIN-NOBLE-VAL
Facebook : StAntoBio

Marchés nocturnes

- Caussade le 10 et le 24/08
- Monclar le 18/07 et 22/08
- St Antonin le 18 et 24/07,
8, 14/08 et le 7/09.
- Les marchés gourmands
à Montpezat le 5/07 et les
vendredis d'août.

ETAPE 1



MARCHÉ DE CAUSSADE

Étant en vacances à Lalbenque et sur les conseils d'internautes je me suis rendu à ce marché. Je suis arrivé sur un vrai marché de terroir avec des maraîchers sympas et amoureux de leur métier, je ne peux que vous recommander ces quelques heures de délasserment dans une ambiance chaleureuse. - Loupsteph

ETAPE 2

Posez-vous pour une dégustation immédiate !



Nos aires de pique-nique

- ✓ Ile de NÈGREPELISSE
- ✓ Chemin de Perayret à BIOULE
- ✓ Lac de labarthe à CAYLUS
- ✓ Aire de Roumégous, SAINT-ANTONIN-NOBLE -VAL, au bord de la rivière Aveyron
- ✓ BRUNIQUEL : derrière la mairie, dans le parc des Châteaux, sur le parking face à la salle des fêtes, en bordure de rivière.

Le bosquet enchanté

40 tables de pique-nique disponibles à la base de loisirs de Monclar de Quercy.
Le + : la clairière aux sorcières, une aire de jeu pour vos enfants, une manière de pouvoir se poser tranquillement pour déjeuner pendant que les enfants s'éclatent, ils ont pensé à tout à Monclar !

nouveau

Où acheter local ?

✓ LE PANIER DU QUERCY

8 Rue Sadi Carnot - 82800 NÈGREPELISSE
Tél. : 05 63 64 36 98

✓ L'ÉPICERIE D'ICI

11 place Abbe Cruzel - 82230 VERLHAC-TESSOU
Tél. : 05 63 30 34 43

✓ QUERCY FRAIS

488 route des Pigeonniers - 82300 MONTEILS
Tél. : 05 63 63 31 60

✓ SEDONA CAUSSADE

63, Avenue Edouard Herriot - 82300 CAUSSADE
Tél. : 07 62 09 43 87

✓ O SOLEIL LIQUIDE

43 Avenue du Père Evariste Huc 82160 CAYLUS
Tél. : 05 81 04 25 38

✓ ATELIER OCCITANS

3 Rue de la Pelisserie
82140 SAINT-ANTONIN-NOBLE-VAL
Tél. 09 53 05 34 34



Réservé aux Curieux

On est exigeant en Midi-Quercy, parce qu'ici manger c'est sacré ! Et ça se ressent dans les assiettes de nos chefs, sur nos tables familiales, la qualité avant tout, c'est notre devise !

nouvelles
adresses

LA BONNE PIZZ CHEZ JEFF

Jeff, le pizzaiolo a été titré « champion du monde » à plusieurs reprises. Pâte faite maison, produits frais, locaux et de qualité vous feront retrouver le goût de la vraie pizza à l'italienne, comme si vous y étiez !

36 Place Notre-Dame, 82300 CAUSSADE - Tél. : 05 63 03 77 07

LE RESTO ÉPHÉMÈRE Ô MÉT'IS

Ce foodtruck atypique vous accueille de mai à septembre pour une cuisine aux saveurs épicées et colorées ! Repas concerts.

1630 vieille route de saint Etienne, 82800 NÈGREPELISSE
Tél. : 06 02 72 73 51

LA TABLE D'ALICE

Un voyage au cœur de cette belle région qu'est le Midi-Quercy. Entre la côte de cochon noir bio de Saint-Georges et le cassoulet aux 4 viandes, le voyage promet des surprises à chaque escale.

24 rue Moissagaise, 82300 CAUSSADE
Tél. : 09 86 26 57 79 - www.latabledalice.com/



Restaurant « Les Sens » à Puylaroque

LA BIÈRE MADE IN MIDI-QUERCY

Marie Nusch de Brocéliande

Merci Cécile et Mathieu, une petite bière artisanale bien fraîche à partager entre amis !

2 place de l'église, 82220 MOLIÈRES

Tél. : 07 68 01 65 68 - biere.bleiz@gmail.com

Le Bélier

Luxe, calme et volupté, trinquez !
Avec modération, bien-sûr !

Les Estaules - 82330 VERFEIL-SUR-SEYE



MARIE NUSCH DE BROCELIANDE

Une jeune entreprise
familiale pleine de
dynamisme qui nous

fait partager son amour du produit avec
le sourire, quel plaisir ! A la vôtre !

LE CITRON BLEU

Un peu excentré, faites une pause culinaire à la table du chef Gaëtane, à la cuisine généreuse et pleine de saveurs ! Attention, il est conseillé de réserver !

19, Place du Bessarel, 82140 SAINT-ANTONIN-NOBLE-VAL
Tél. : 06 72 45 51 39



MARIENE ARSI

Une belle soirée dans un endroit convivial
rempli de sourires et d'attention et un
régal pour les papilles.



STRANGE F

Je recommande cette merveilleuse
pizzeria. En couple, en famille, entre
amis, La bonne Pizz chez Jeff est tout
simplement l'endroit idéal. Merveilleux
moment, service excellent et sérieux,
les pizzas d'un champion du monde ça
change la vie ! Je reviendrai !



LAURE COUDERC

Un cadre génial en plein air, un bon
repas fait maison, de la musique et de
la convivialité ! A venir goûter de toute
urgence !



NICOLE CAMPELLO

Accueil chaleureux dans un cadre très
agréable, classe et simplicité. Cuisine
raffinée, goûteuse, une carte et des
menus pour les fins gourmets, un dé-
lice. À noter, ouverture midi et soir tous
les jours. Bravo à toute l'équipe !

ZOGA

Oubliez les fast food, ici on fait de vrais burgers avec
des produits de qualité ! En plus d'un cadre sympa à
deux pas de la halle, Zoe et Gail vous feront passer
un un très bon moment.

17 Place du Buoc, 82140 SAINT-ANTONIN-NOBLE-VAL
Tél. : 07 77 05 50 08

O'QUERCY VERT

Anciennement "comme à la maison"

Lieu-dit Bourg, 82230 LA SALVETAT-BELMONTET
Tél. : 05 63 24 16 02

CHEZ PIGASSOU

Ici on mange local, frais et de saison, les bons petits
plats maisons côtoient les oeuvres d'artistes exposés
dans ce joli cadre cosy où l'on se sent comme à
la maison, un régali ! Restaurant, salon de thé et
épicerie fine locale, que du bonheur !

8 rue Hopital Ste Catherine, 82800 BRUNIQUEL
Tél. : 05 63 93 47 33



NIALL D

Un plat simple fait spécial... tout
approprié avec une touche de style. Son
emplacement est incomparable, avec
deux propriétaires très sympathiques sur
place, ce qui en fait un restaurant à ne
pas manquer lors de votre visite à Noble
Val. . Nous avons passé la meilleure nuit
de ma vie en discutant avec un mélange
éclectique de clientèle. . Une expérience
à ne pas manquer.



JEAN B

Dans un cadre très sympathique vous
êtes accueilli chaleureusement, vous
pourrez apprécier la bonne cuisine
fait maison avec des produits frais et
locaux, également vous disposez d'une
épicerie fine avec des produits du terroir
et des coffrets, idéal pour des cadeaux
originaux, nous recommandons vivement
ce restaurant pour nous c'est sûr nous y
reviendrons.

Sortez couverts !

Tous vos prestataires sur

WWW.GORGES-AVEYRON-TOURISME.COM

Magasin du formier Hats Blocks à Caussade

Le chapeau de paille,
une institution,
une célébrité,
un incontournable

Merci Pétronille !

Née en 1770 à Caussade, *Pétronille Cantecor* est à l'origine des premières tresses de paille pour confectionner des chapeaux. Entre l'épopée chapelière, le formier (métier rare et classé à l'UNESCO), la visite d'usine artisanale **Willy's Paris** à Caussade et **La maison des mémoires** à Septfonds, le chapeau de paille n'aura plus de secret pour vous ! Le petit plus, offrez vous votre chapeau, ça c'est la classe !

Voyage au pays du chapeau

Vivez l'âge d'or de la chapellerie, une aventure passionnante !

✓ CHAPELLERIE WILLY'S PARIS

Découvrez la confection d'un chapeau et les secrets de ces petites mains au savoir-faire unique. Visite tous les jeudis à 10h30 en juin, juillet et septembre, sur réservation.

63 av du Général Leclerc - 82300 CAUSSADE - Tél. : 05 63 93 09 96

✓ ATELIER DU FORMIER HATS BLOCKS LAFOREST

Le formier est l'artisan qui sculpte des blocs en bois de tilleul servant de moule à la réalisation des chapeaux. Sur place boutique et showroom. Visite tous les lundis d'avril à sept. à 14h30, sur réservation.

37 rue de la république - 82300 CAUSSADE - Tél. : 06 59 25 23 53

✓ LA MOUNIÈRE

La retirada, l'industrie du chapeau, le fils du pays l'aviateur Dieudonné Costes... Ces déplacements de population ont marqué l'histoire de Septfonds et notre grande Histoire. Entrez dans la maison des mémoires...

15 Rue des Déportés
82240 SEPTFONDS
Tél. : 05 63 64 90 27
septfonds-la-mouniere.com



LA MOUNIÈRE

Un lieu unique dans la région et même en France tant ce petit village est chargé d'histoires. La jeune femme qui gère le lieu est passionnée par son travail et nous a donné envie de creuser l'histoire que nous avons découverte. Félicitations pour ce lieu sobre et très bien conçu. - Virginie c

La ville de Caussade est, avec sa très proche voisine Septfonds, au chapeau de paille ce que Paris est aux Lumières, Lyon au beaujolais et Venise aux amours !

✓ L'ÉPOPÉE CHAPÉLIÈRE

Embarquez pour une grande épopée lors d'une visite étonnante, ludique et pédagogique. Toute l'année à l'Office de Tourisme.

Carré des chapeliers - Les Récollets - 82300 CAUSSADE
Tél. : 05 63 26 04 04

Info et réservation OFFICE DE TOURISME DE CAUSSADE
au 05 63 26 04 04 - tourisme@quercycaussadais.fr



Les Estivales du Chapeau

DU 11 AU 15 JUILLET
CAUSSADE

Quand la tradition côtoie
la création contemporaine

Défilé, création, tradition... et la fête ! Caussade et sa voisine Septfonds, organisent tous les ans, en juillet, une grande fête, dédiée aux couvre-chefs, qu'ils soient de paille, de laine, de feutre ou de cuir. Ces Estivales sont toujours présidées par les plus grands noms du monde du chapeau.

www.chapeau-caussade.fashion/programme/



CLAUDIE

Les estivales du chapeau à Caussade et Septfonds, j'y vais chaque année ! Les défilés de chapeau créés par des modistes réputés, ça c'est à voir ! On fait la fête pendant 4 jours, comme quoi le chapeau n'est pas encore démodé ! Tous les chapeaux sont en expo/vente à la salle des Recollets à Caussade, allez-y craquez !

80 sites et monuments inscrits ainsi que 23 sites et monuments classés qui ont été légués par l'histoire au pays Midi-Quercy.

Plus de culture !



Village médiéval de Caylus

2 grands sites Occitanie au cœur de notre destination
WWW.GORGES-AVEYRON-TOURISME.COM



Saint-Antonin-Noble-Val

On peut dire que chez nous, ça en jette ! et ça en jette tellement que la Région Occitanie a repéré nos pépites et les a labellisé Grands Sites Occitanie manière de briller à échelle nationale ! Bruniquel intègre donc le Grand Site "Cordes et cités médiévales" et Saint-Antonin-Noble-Val et Caylus celui de "Bastides et gorges de l'Aveyron". Alors oui, on est fier !

Châteaux de Bruniquel

Visitez nos grands sites



Petit aperçu lyrique
des Grands sites
Occitanie, n'imaginez
plus, vivez-le !

Tous vos prestataires sur

WWW.GORGES-AVEYRON-TOURISME.COM

Cordes et cités médiévales

La **forêt de Grésigne** et des **Gorges de l'Aveyron** dans leur cocon naturel, des vignobles renommés, des maisons gothiques d'exception donnent un cachet inimitable à **Cordes-sur-ciel** et aux cités médiévales environnantes. Des panoramas à couper le souffle et dix siècles d'histoire ont déjà inspiré des écrivains à commencer par Albert Camus qui a écrit ici ses derniers livres. Les visiteurs seront charmés par les palais gothiques de Cordes-sur-Ciel, tandis que les cités médiévales s'égrainent alentour dans le paysage boisé de châtaigniers et chênes rouvres.

Les maisons à colombage de **Puycelsi**, son vignoble et sa forteresse forment un bâti à l'histoire rocambolesque avec la bastide **Castelnau-de-Montmiral** qui a su résister aux Anglais au cours de la Guerre de 100 ans. À deux pas, le vignoble de **Gaillac** tend les bras aux épicuriens. Perché sur sa falaise, **Bruniquel** s'élance au-dessus des Gorges de l'Aveyron offrant ses paysages, un village médiéval, un château préservé, un vignoble et une grotte dont les secrets de Néandertal fascinent les historiens. Quant au village de **Penne** et aux vestiges de son château, fleuron de l'architecture militaire du XIII^e siècle, ils dominent les Gorges de l'Aveyron. Époustouflant !



Cordes-sur-ciel



Maison du Loup - Caylus

Bastides et gorges de l'Aveyron

Entre rivière sauvage et belles pierres, à commencer par **Caylus**, joli village médiéval rempli de belles demeures dont la célèbre « **Maison du Loup** ».

À 15 mn de là par la vallée de la Bonnette, **Saint-Antonin-Noble-Val**

exerce son charme irrésistible au bord de l'Aveyron. À 30 mn, **Najac**, bastide perchée sur une encolure rocheuse qui surplombe les gorges de l'Aveyron, vous fera forte impression.

Puis découvrez à 30 mn, **Villefranche-de-Rouergue**, bastide royale fondée en 1252 et, tout près, **Ville-neuve-d'Aveyron** : cette bastide fut créée sur les bases d'une Sauveté du 11^{ème}.

www.grands-sites-occitanie.fr

City Tour !

ST-ANTONIN-NOBLE-VAL
Visite découverte du village, la maison romane, son patrimoine caché, *walking tour* in english, visites nocturnes, St Antonin ville d'eau, visite dédiée à la photographe de la fin du 19^{ème}, Amélie Galup.

Toutes les dates sur internet ou à l'Office de tourisme.

10 rue de la Pelisserie - 82140 ST-ANTONIN-NOBLE-VAL
Tél. : 05 63 30 63 47 - tourisme@st-antoninnv.com
www.gorges-aveyron-tourisme.com



Photo de Amélie Galup

Visites guidées



BON PLAN
À ST-ANTONIN-NOBLE-VAL
A new guide to the Old town

82 pages rédigées par Nick Coulson, architecte de métier, abondamment illustrées, racontent dix siècles d'histoire et 40 sites remarquables du centre-bourg regroupés en trois circuits de visite à pied. Avec cartes et plans. 7€

ST-ANTONIN-NOBLE-VAL, à La presse,
Librairie le Tracteur Savant et l'office de tourisme.

CAYLUS

Ce petit village médiéval perché n'a pas fini de vous surprendre et le moindre recoin peut dissimuler des secrets bien gardés.

Allez voir Héloïse à l'office de tourisme, elle vous en dévoilera peut-être quelques-uns.

- Visites sur l'artiste **Zadkine**
15/08 et 14/09 à 10h30

- Visite guidée "**Le voleur de ruche**"
11 et 18/07 à 16h30

NOUVEAU

20 rue droite 82160 CAYLUS - Tél. : 05 63 67 00 28
tourisme@caylus.com

BRUNIQUET

Porte d'entrée des gorges de l'Aveyron, ses Châteaux vous offrent une vue imprenable sur la vallée.



Visites guidées des Châteaux
Tél. : 05 63 67 24 91 - Tarif : 4,50€
Visite audioguidée du village
05 63 67 29 84 - 2€

Promenade du Ravelin - 82800 BRUNIQUET
Tél. : 05 63 67 29 84 - tourisme-bruniquel@wanadoo.fr

The Guardian

Le saviez-vous ?

Le quotidien anglais **The Guardian** a placé six villages d'Occitanie dans son classement des vingt plus beaux villages de France.

Voyager dans le temps

Tous vos prestataires sur

WWW.GORGES-AVEYRON-TOURISME.COM

L'homme de Néandertal made in Bruniquel

L'info que nous allons vous révéler n'est pas un secret bien au contraire, elle a fait le tour du monde !

Dans la grotte de Bruniquel, à 336 mètres de l'entrée, des structures aménagées ont été datées d'environ 176 500 ans.

Cette découverte recule considérablement la date de fréquentation des grottes par l'Homme, la plus ancienne preuve formelle datant jusqu'ici de 37 000 ans (Chauvet). Elle place ainsi les constructions de Bruniquel parmi les premières de l'histoire de l'Humanité. La grotte est fermée pour études scientifiques avec l'accord de son propriétaire. Il est toutefois possible de visiter la salle d'exposition consacrée à cette cavité aux châteaux de Bruniquel.

Exposition sur la découverte
de la grotte de Bruniquel aux Châteaux
Chemin des Remparts
82800 BRUNIQUEL
Tél. : 05 63 67 24 91



Grotte de Bruniquel

- 250 000 ans
Homme de Néandertal

- 176 500 ans
Grotte de Bruniquel
Plus ancienne construction
humaine connue au monde

- 50 000 ans
Homo sapiens
sapiens Europe

- 37 000 ans
Premières
fréquentations
Grotte Chauvet

- 17 000 ans
Occupation de la
Grotte de Lascaux

Préhistoire

Du paléolithique à nos jours, l'histoire du Pays Midi-Quercy a marqué le territoire. Aujourd'hui cette histoire se raconte, se conte, se transmet. De mystères en découvertes, nos terres nous révèlent encore des secrets bien gardés...

Sentier de la Préhistoire

Circuit des rennes PR9 - 5,4 Km

Remontez le temps en suivant le sentier de la Préhistoire qui vous mènera sur plusieurs sites préhistoriques autour du village de Bruniquel. Circuit de 5,4 km. Facile. Points de vue magnifiques sur le village de Bruniquel et panneaux explicatifs sur les sites remarquables. Fiche découverte en vente à l'Office de Tourisme de Bruniquel : 0,50 €

Promenade du Ravelin - 82800 BRUNIQUEL
Tél. : 05 63 67 29 84 - tourisme-bruniquel@wanadoo.fr
www.bruniquel.fr



Tous vos prestataires sur

WWW.GORGES-AVEYRON-TOURISME.COM



Vivez le temps jadis !

FÊTE MÉDIÉVALE MONTPEZAT-DE-QUERCY

DIM. 4 AOUT de 10h jusqu'au bout de la nuit



Animations de rue sur la place de la mairie, marché artisanal, menu médiéval concocté dans les restaurants et aussi danse, visites guidées, marché gourmand en soirée. Organisé par l'association Loisirs et patrimoine montpezatais.

24, bd des Fossés 82270 MONTPEZAT-DE-QUERCY

Tél. : 05 63 02 05 55

bureau.tourisme@quercycaussadais.fr

LA FÊTE DU VOLEUR DE RUCHE :
LES MÉDIÉVALES DE CAYLUS

SAM. 27 JUIL de 9h à 22h



Tout un village d'artisans et de commerçants, avec banquet médiéval et spectacle de feu. Combat d'épées et jongleries, animations troubadours et saltimbanques ainsi que des ateliers pour enfants. Démonstrations et dégustations artisanales, taverne médiévale : bière artisanale, tranchoir, hypocras, galette...

nouveau

11 ET 18 JUILLET À 16H30

Visite guidée théâtralisée "Le voleur de ruche".

Office de Tourisme de CAYLUS

Tél. : 05 63 30 20 34 - tourisme@caylus.com

www.facebook.com/caylusmedievaux/

JOURNÉES MÉDIÉVALES À PENNE

4 & 5 AOUT

Venez découvrir la vie quotidienne au Moyen Age en participant à des ateliers à la fois ludiques et pédagogiques. Une belle manière pour petits et grands d'en savoir plus sur l'art de vivre médiéval !

Rue du Château 81140 PENNE - Tél. : 05 63 55 71 09

L'époque médiévale : chevaliers et princesses n'habitent pas seulement Disneyland...

Vous allez adorer nos petits villages médiévaux plein de charme, si si on vous le garantit ! Découvrez **Montricoux**, un conservatoire de maisons à pan de bois, ou bien encore **Montpezat-de-Quercy**, un charmant petit village perché et **Cayriech** tout petit mais si beau. Connaissez vous la commanderie de **Lacapelle Livron**, ou **Verfeil** et la douceur de vivre qui y règne ? A **Caussade** découvrez l'histoire de la Fontaine du Thouron dite autrefois « *Fontaine Vermeille* » qui alimentait au moyen Âge les fossés de la ville. On vous passe **Bruniquel**, parmi les plus beaux villages de France, **Caylus** et **St-Antonin-Noble-Val** pépites de notre destination.



MANON

Très agréable de se balader dans les nombreux villages du Pays, on plonge dans l'histoire ! Les divers châteaux sont remarquables. On y aperçoit également de jolis points de vue sur l'Aveyron.

XII^eMaison Romane
St-Antonin-Noble-Val
(1125)XIII^eCommanderie
La Capelle Livron
(1225)

Moyen Age

XIV^eTour d'Arles
Caussade (1295)XV^eMaisons en pan-de-bois
Montricoux

On ne va pas en faire un Roman...
Et si justement !



La maison Romane

Au pied du Roc d'Anglars, blotti dans les gorges de l'Aveyron, Saint-Antonin s'enorgueillit d'avoir un des plus anciens monuments civils de France. Cet ancien Hôtel de Ville est aujourd'hui un musée abritant les secrets de préhistoire de la région...

Office de tourisme de ST-ANTONIN-NOBLE-VAL

Tél. : 05 63 30 63 47 - Visites guidées gratuites.



Tous vos prestataires sur

WWW.GORGES-AVEYRON-TOURISME.COM


Tapisseries de la Renaissance



EXCLUSIVITÉ MONDIALE !

Un bijou bien gardé

Unique au monde et c'est à Montpezat de Quercy ! Seul ensemble complet de tapisseries du début du XVI^e siècle ! ça vaut le coup d'oeil non? Et petite cerise confite sur le gâteau déjà bien alléchant, la visite guidée avec Monsieur Moureau est un régal, sa passion vous emporte dans l'histoire de St Martin et de la collégiale.
En juillet et août visites guidées le dimanche à 16h et le mardi à 10h, info et résa à l'OT.

Office de tourisme de MONTPEZAT-DE-QUERCY
Tél. : 05 63 02 05 55
bureau.tourisme@quercycaussadais.fr

Nos Châteaux, toute une histoire !

LES CHÂTEAUX DE BRUNIQUEL

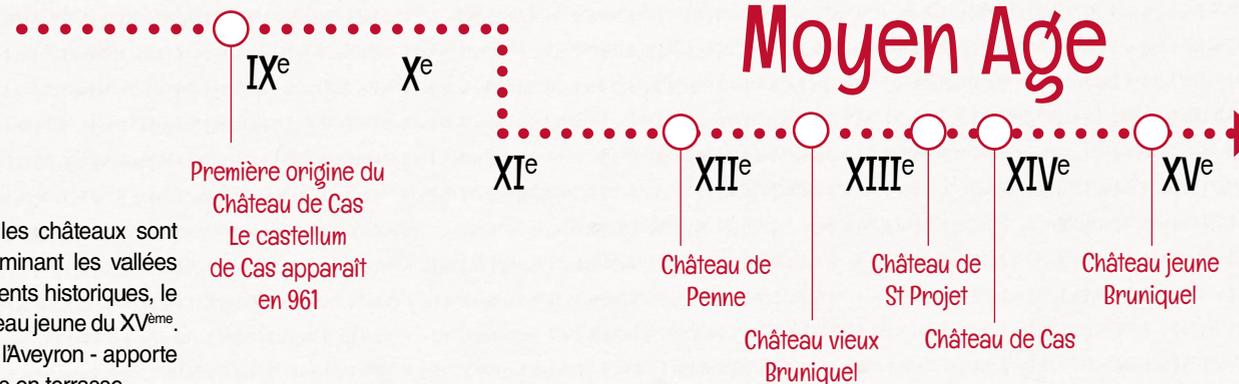
Situés dans l'un des plus beaux villages de France, les châteaux sont perchés majestueusement sur un éperon rocheux dominant les vallées de l'Aveyron et de la Vère, renversant ! Classés monuments historiques, le Château vieux date des XII^{ème} et XIII^{ème} siècles et le Château jeune du XV^{ème}. La galerie Renaissance - surplombant de plus de 90 m l'Aveyron - apporte une vision saisissante. A l'extérieur, de très beaux jardins en terrasse.

De mars à novembre. En juillet et août : tous les jours de 10h à 19h
Tarifs de 3.50 € à 4.50 € - Gratuit pour les moins de 5 ans
82800 BRUNIQUEL - Tél. : 05 63 67 27 67 / 06 99 19 90 24

LE CHÂTEAU DE CAS À ESPINAS

Le castellum de Cas apparaît en 961 dans le testament de Raymond I^{er}, comte de Rouergue. Une tour et les vestiges de deux murs crénelés remontent au 14^{ème} siècle. En 1599, Antoine de Cardaillac vend le château en ruines à François de La Valette, qui le revend en 1605, après y avoir fait faire quelques travaux ; le logis est reconstruit vers 1617. Le pigeonnier et les communs sont du 18^{ème} siècle.

D'avril à septembre. Pleine saison tous les jours de 14h à 18h. Tarif 7 €, enfants 4 €, gratuit moins de 6 ans - Jardin 3 € - Tél. : 05 63 67 07 40



Château de Penne

LE CHÂTEAU DE PENNE

Ce château fort du XII^{ème} siècle s'est dressé dès l'époque mérovingienne et sa situation exceptionnelle lui a permis de jouer un rôle de premier plan dans l'histoire du Quercy. Lors de la croisade des Albigeois, il est l'enjeu de guerres sanglantes entre le seigneur de Penne, rallié à l'hérésie cathare et les partisans de Simon IV de Montfort. Plus tard, pendant la guerre de Cent Ans, anglais et routiers s'emparent tour à tour de la forteresse. Tombé en ruine durant 450 ans, il est en cours de restauration.

Tarifs entre 5 et 7,50 €
Rue du Château, 81140 PENNE - Tél. : 05 63 55 71 09

L'art contemporain en Midi-Quercy a une place de choix !

Tous vos prestataires sur

WWW.GORGES-AVEYRON-TOURISME.COM



Le passé inspire Le présent

LE CENTRE D'ART ET DE DESIGN LA CUISINE

Le centre d'art n'a de limite que celles de la création et vous verrez l'art n'est pas que sur les murs et se cuisine à toutes les sauces ! De l'art contemporain au sein d'un château réhabilité par le cabinet catalan RCR, prix Pritzker 2017 !

8 JUIN AU 22 SEPT. Exposition **Maxidreams** de Florence Doléac.

Esplanade du château - 82800 NÈGREPELISSE
Tél. 05 63 67 39 74 - www.la-cuisine.fr



L'ABBAYE DE BEAULIEU EN ROUERGUE

Pour de plus beaux effets ! On pourrait vous dire que cette abbaye cistercienne a été fondée en 1144 et sauvée de la ruine en 1959 par Geneviève Bonnefoi et Pierre Brache qui la dotent d'une collection d'art contemporain qui en ferait pâlir d'envie plus d'un, mais on préfère vous dire que ce lieu magique hors du temps vous transporte dans un havre de paix et de tranquillité où seule la création contemporaine pourrait vous bousculer. Visite : Tarif 6€ - Gratuit pour les - 26 ans.

82330 GINALS - Tél. : 05 63 24 50 10
www.monuments-nationaux.fr - art-beaulieu-rouergue.com

Et pour briller en société !

✓ Il ne reste que 3 formiers en France dont un à Caussade : Didier Laforest (Hats Blocks)

✓ Vous pouvez admirer une des œuvres du célèbre sculpteur Jean Suzanne à Puylaroque qui porte le doux nom de "Résurgence fractale".

✓ Le château de Bioule est le seul Château-école de France, il a été racheté par la commune en 1889 qui y a implanté l'école primaire.

✓ Il existe beaucoup de confréries, mais connaissez vous celle de la poule farcie qui a été créée en mars 1988 à Saint-Antonin-Noble-Val, dont le 1^{er} Grand Maître s'appelait cela ne s'invente pas, Jean-Claude Farcy !

✓ On compte 15 dolmens à Septfonds

✓ Le cabinet catalan RCR a gagné le prix Pritzker (l'équivalent du prix Nobel mais en architecture) pour l'ensemble de leurs réalisations dont le centre d'art La Cuisine de Nègrepelisse et le musée Soulagès de Rodez.

Petit patrimoine

Ce n'est pas la taille
qui compte !

Tous vos prestataires sur

WWW.GORGES-AVEYRON-TOURISME.COM



Le Doyenné de Varen



Exceptionnel ensemble monastique, témoin privilégié tant de l'art roman que de l'architecture défensive de la fin du Moyen Âge. Un détour passionnant dans une histoire mouvementée !

Tél. : 05 63 65 45 09



MORGANE

A la découverte du territoire avec ma famille, nous avons fait une balade très agréable le long de l'Aveyron à Varen d'où on peut contempler le très beau prieuré bénédictin.

La Terre crue a façonné notre patrimoine rural

On parle beaucoup des châteaux, d'accord ils sont grandioses mais dans nos campagnes aussi nous avons un patrimoine digne d'intérêt !

Carole Stadnicki et Sandrine Ruefly du service inventaire du patrimoine du Pays Midi-Quercy en ont même fait un livre, dans la collection régionale Focus Patrimoine Occitanie, "**L'architecture en terre crue en Bas-Quercy**". La terre est l'un des matériaux de construction les plus anciens de l'histoire de l'humanité. Du Moyen Âge à nos jours, les coteaux du Bas-Quercy offrent un vaste panorama d'architectures en terre crue. Dépréciée un temps et concurrencée par les matériaux dits résistants, la terre crue, matériau universel, est aujourd'hui remis à l'honneur. Retrouvez cet ouvrage dans les librairies du territoire et Montauban ainsi que dans toutes les médiathèques du Pays Midi-Quercy.



Service inventaire du patrimoine
Tél.: 05 63 67 74 95



Le moulin à vent
de Saillagol à St Projet

Pour le voir mis au vent, contactez
wawascompagnie@wanadoo.fr

Nos pigeonniers

Cela ne vous aura pas échappé, des pigeonniers parsèment notre territoire. L'exposition de pigeonniers miniatures à l'office de tourisme vous donne un aperçu de toute leur diversité et raconte leur histoire.

CAYLUS - Tél. : 05 63 30 20 34 - tourisme@caylus.com

Traces du siècle passé



L'ancien lavoir de Caylus ouvre un pan de notre histoire pas si lointain qui nous fait d'autant plus apprécier les avancées technologiques. Arrêtez vous devant, tout est expliqué !



Pour les amoureux de l'architecture moderne et contemporaine la Halle de Mirabel en béton armé, un très bel ouvrage de 1947 ne pourra que vous séduire ! Oui le béton aussi fait partie du patrimoine non mais !

Les chemins du sacré

CHAPELLE DE LA VINOUBE

Un patrimoine... caché ! cet édifice a reçu le label européen Terra Incognita en tant qu'architecture remarquable de terre crue.

VERLHAC-TESSOU - Mr Roumagnac - Tél. : 05 63 30 33 36



SCULPTURE DE ZADKINE

Dans l'église St Jean Baptiste de Caylus, cette merveille bien gardée a soulevé des passions.

Rue droite à CAYLUS
Tél. : 05 63 67 00 28

COLLÉGIALE ST MARTIN

Dans le chœur de la collégiale, des tentures flamandes sont accrochées ici depuis 1520. Une merveille conservée jalousement !

MONTPEZAT-DE-QUERCY - Tél. : 05 63 02 05 55

ÉGLISE DE SAUX

En 1957, des fresques raffinées des XIV^{ème} et XV^{ème} siècles ont été redécouvertes sous un badigeon, dans une petite église isolée pleine de charme.

MONTPEZAT-DE-QUERCY - Tél. : 05 63 02 05 55

Vibrez au rythme des festivals

Tous vos prestataires sur

WWW.GORGES-AVEYRON-TOURISME.COM

Festival Bleu Trompette

DU 17 AU 20 JUILLET 2019

Du grand jazz dans un petit village ! Un festival gratuit, ouvert à tous qui met l'accent sur le côté Eco-responsable et Eco-citoyen.

MONTPEZAT-DE-QUERCY - Tél. 05 63 02 05 55 - www.bleutrompette.fr

Festival des Châteaux de Bruniquel

DU 25 AU 29 JUILLET - DU 31 JUILLET AU 04 AOÛT - 21H30

Un incontournable en plein air depuis plus de 20 ans ! Avant d'être un spectacle d'envergure, c'est l'aventure de tout un village qui s'investit aux côtés de Franck Thézan et ses chanteurs professionnels pour faire vivre le répertoire d'Offenbach ! Les tables d'hôtes après le spectacle en compagnie des chanteurs, un régal dans tous les sens du terme !

Office du tourisme de BRUNIQUEL : 05 63 67 29 84

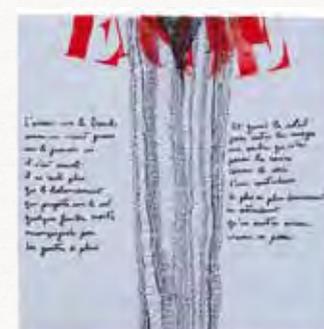
Compagnie Brunehaut : 05 81 27 66 21 - www.bruniqueloff.com

Festival d'autan

DU 17 AU 27 JUILLET 2019

4^{ème} édition du Festival itinérant de musique de chambre en Occitanie. 6 concerts dans le Tarn (Cadalens, Castelnau-de-Levis, Albi), Tarn-et-Garonne (Bruniquel et St Antonin) et l'Aveyron (Najac). Cette année, une ouverture vers le monde du jazz.

www.festivaldautan.com



Jazz, classique, cabaret,
documentaires, livres...

Ca bouge même en hiver !

Les hivernales du documentaire

Beau score de fréquentation pour le plein hiver, grâce à l'œil avisé et sensible de Jean-Michel et Béatrice sur la programmation. Des films documentaires de création, des avant-premières, des rencontres avec les réalisateurs, de la convivialité, la campagne la vraie... En itinérance en Midi-Quercy - Hiver 2019/2020.

Le fond et la forme - Tél. 05 63 64 60 79

leshivernalesdudoc@free.fr - leshivernalesdudoc.fr

Festival Lez'Art à Laguëpie

DU 25 AU 27 JUILLET 2019

Un vrai cabaret à ciel ouvert ! Venez croiser dans ce petit hameau perdu de grandes peintures artistiques dans une ambiance comme à la maison ! Le plus du festival, les cocktails en mode *cuisine moléculaire* pour titiller vos papilles servis à la buvette 100% terroir.

Tél. 06 25 21 18 99 - lezart82@gmail.com - lezart.org

Lenga Viva à Laguëpie

JUILLET 2019

Festival du savoir, du parler et du partager, la dernière semaine de juillet.

Université occitane - LAGUEPIE - <http://lengaviva.com/>

Marie des Brebis à Montpezat

DU 12 AU 16 AOÛT 2019

Habité à l'année par seulement six personnes, le ravissant hameau de GANDOULÈS se transforme chaque été, en scène de théâtre vivant. 160 compagnons donnent remarquablement vie au célèbre roman de Christian Signol, *Marie des Brebis*.

MONTPEZAT-DE-QUERCY - <http://gandoules.jimdo.com/>

Festival "Sous couverture"

PRINTEMPS 2020

Plongez vous dans l'univers unique du livre d'artiste.

ST-ANTONIN-NOBLE-VAL - mosaiqueenval@yahoo.fr

Facebook "Festival du livre d'artiste"

Le coin des enfants

Vous avez peur que vos gamins passent leur temps derrière leur écran ? Loupé, chez nous on ne s'ennuie pas et même mieux, on s'éclate !



Le plein d'activités

Tous vos prestataires sur

WWW.GORGES-AVEYRON-TOURISME.COM

Visiter, se balader, s'amuser !

2 NOUVEAUX CIRCUITS RANDOLAND À CAYLUS ET VAÏSSAC !

NOUVEAU

C'est parti pour l'aventure ! Parce que c'est plus marrant en jouant, 6 randonnées / jeu adaptées aux enfants à partir de 4 ans jusqu'à plus de 10 ans sont à votre disposition. Et oui, on est un peu magicien aussi, on fait marcher vos enfants sans qu'ils râlent !

Pour connaître notre secret, rendez-vous dans les offices de tourisme ou directement en téléchargement.

www.gorges-aveyron-tourisme.com



JULIETTE

Mais j'ai pas marché, j'ai cherché les indices, c'est pas pareil ! En plus c'est moi qui montrait le chemin à maman, trop chouette !

Balades à Bruniquel, La Salvetat Belmontet, Montpezat-de-Quercy, Puylaroque, Caylus et Vaïssac.



Atelier découverte de Saint-Antonin-Noble-Val

Quand le patrimoine et l'architecture deviennent un terrain de jeu ! Un parcours ludique pour découvrir la cité médiévale en famille avec vos enfants de 6 à 10 ans et porter un regard décalé sur le patrimoine et les vieilles pierres.

Mercredi à 17h, du 17/07 au 14/08
Mercredi 23 & 10/10 à 10h30 et à 16h - 2€ / enfant



Bonjour les enfants ! Je suis Roger le brochet, roi des poissons du lac de Parisot

NOUVEAU

LE TOUR DU LAC DE PARISOT



Les pêcheurs qui ont cru m'attraper m'estiment à plus de 1,10 mètres et à une belle dizaine de kilos ! Viens, je t'emmène faire le tour du propriétaire. Tu vas en apprendre de belles, foi de Roger ! Oiseaux, poissons, bocage, libellules, la vie secrète du Lac de Parisot. Roger le brochet vous guide dans ce monde merveilleux, il vous donnera même les clés pour vous orienter la nuit grâce aux étoiles.

www.gorges-aveyron-tourisme.com/pratique/brochures
Sentier d'interprétation autour du lac de Parisot 10 panneaux. Guide disponible dans les offices de tourisme de CAYLUS et ST-ANTONIN-NOBLE-VAL ou en ligne.

UN JEU D'ENFANT !

Le Pays Midi-Quercy se découvre aussi en jouant ! Venez chercher votre livret jeu gratuit dans les offices de tourisme. Et à St-Antonin-Noble-Val, c'est le trésor de Ramon Jordan qu'il faudra trouver !

TOP 7

des pitchouns !

✓ ACCROBRANCHE PARC AVENTURE

6 parcours, tyroliennes et chute libre. A partir de 3 ans.

82140 ST-ANTONIN-NOBLE-VAL - Tél. 07 60 35 53 14
contact@parc-aventure-aveyron.com
www.parc-aventure-aveyron.com

✓ CERF-VOLANT ET CIE

Initiation et fabrication pour enfants et adultes.

17 avenue du père Huc 82160 CAYLUS
Tél. 06.30.00.45.23 - fabioland78@yahoo.fr

✓ LE CAMP PRÉHISTORIQUE

Nombreux ateliers : Taille de silex, allumage de feu, présentation de la préhistoire, etc...

Lieu dit Travers Grand- Escourat, 82800 BRUNIQUEL
Tél. 05 63 24 24 00 - mere.terre@wanadoo.fr

✓ LE REFUGE AUX ÉTOILES

Soirée initiation et découverte de notre ciel.

Lieu dit Foyt, 82140 ST-ANTONIN-NOBLE-VAL
Tél. 05 63 65 64 36 - lerefugeauxetoiles@gmail.com

✓ ARCHERY TAG

NOUVEAU

Pour tous les robins des bois en herbe !

Nouvelle activité sur le Pôle de Pleine Nature à mi-chemin entre le paintball et le tir à l'arc, elle amusera les adultes et les enfants. A partir de 8 ans.

Variation Sports Nature - 82140 ST-ANTONIN-NOBLE-VAL
Tél. : 05 63 68 25 25 - www.variation82.eu/

✓ QUERCY LASER GAME

Dans une forêt aménagée, plongez vous dans un scénario adapté en fonction des joueurs.

D75, les granges, 82140 ST-ANTONIN-NOBLE-VAL
Tél. 06 76 83 19 26

✓ LES ÂNES DE L'ABRI-NIQUEL

Des balades en ânes autour de Bruniquel.

Rue de la fontaine 82800 BRUNIQUEL
Tél. 05 63 24 15 26 - 06 84 81 06 81

Expérimenter façon Fab Lab

Ici tout est possible, il suffit d'y penser ! A vous les imprimantes 3D, les découpeuses laser, bref un monde s'ouvre à vous les enfants, c'est papa qui va être jaloux ! Ateliers thématiques réservés aux enfants toute l'année.

Origami - 6 bis rue du Long - 82160 CAYLUS
Tél. : 05 63 28 10 36 - <http://lab-origami.fr/>

Epatez vos enfants et dormez dans la maison des Hobbits !

On ne vous ment pas, elle existe vraiment ! La Maison des Hobbits est un plongeon dans l'histoire de Bilbo Sacquet. Laissez agir la magie de cette maison troglodyte, il paraît même qu'il existe un accès direct à la cave de Gollum... *Mon précciiiiieeux !*

Corinne et Olivier Saillac - 82240 LAVAURETTE
Tél. : 05 63 27 26 35 - www.masdesaillac.com/ - mas-saillac@hotmail.fr

Rien ne se perd, tout se partage !

Musée des outils d'antan : vous vous demandez où partager un moment en famille pour toutes les générations ? Rien de tel que la découverte de l'univers agricole de nos aînés, tout un savoir faire.

Aux outils d' Antan ! 82330 VERFEIL - Tél. : 05 63 65 48 07



SORTEZ DU LABYRINTHE !

Le petit conseil d'Héloïse
Un vrai défi pour les enfants et pour nous ! Le labyrinthe végétal des **Jardins du Quercy** à Verfeil est vraiment super ! Fou rire garanti pour trouver la sortie avant tout le monde !

CAMBOU
82330 VERFEIL-SUR-SEYE
Tél. : 05 63 65 46 22



Chouette il pleut !



Allez hop, tout le monde à l'eau à quercy'O !

Vous voulez qu'ils s'amuse et qu'ils dorment bien en rentrant, et bien voilà, emmenez-les à la piscine Quercy'O pour leur plus grand plaisir !

Rue Pierre Mendès France
82300 CAUSSADE - Tél. : 05 63 66 40 42
www.vert-marine.com/quercy-caussade-82

Allez on joue!!!!!!

Sauvé, à Ludothèque de Caussade ! Trouvez votre bonheur parmi plus de 1200 jeux !

21 Avenue du G. Leclerc - 82300 CAUSSADE
Tél. : 05 63 26 16 66
<http://mediatheques.quercycaussadais.fr/laludo>

Instant cinéma

LA MÉDIATHÈQUE DE NÈGREPELISSE

Toute l'année, c'est gratuit et c'est pas comme partout ! Des films ou des genres méconnus du jeune public, cool ! Ciné famille : un samedi par mois, des films drôles et impertinents... Ciné vacances : pendant les vacances pour petits et grands.
www.cc-terrasses-vallee-aveyron.fr

« CINÉMÔMES » AU CINÉMA DE CAUSSADE



Cette salle labellisée « Jeune public » s'adapte aux tout petits le dimanche matin à 11h ! Sortez des dessins animés vus et revus des grandes productions et entrez dans l'univers créatif des films d'animation.

<http://cinemacausade.com/>

CINÉMA DE MONCLAR-DE-QUERCY

Trois séances par semaine: mardi et vendredi soir, et dimanche après midi.

Tél. : 05 63 30 43 60

<http://cinema.monclardequercy.com/>

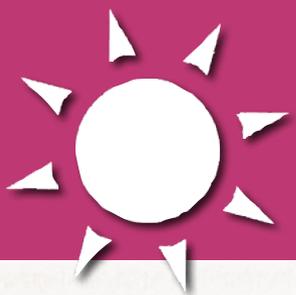


Tous à fond au Cable Park !

C'est le seul en Tarn-et-Garonne et c'est chez nous ! Benjamin et Bastien, moniteurs diplômés d'État vous invitent à découvrir de nouvelles sensations : Freestyle, wakeboard ou téléski nautique. Un espace détente/ snack aménagé ainsi qu'une plage de sable fin, vous permettront d'avoir une vue imprenable sur les gros splash de vos enfants !

Chemin des lacs 82300 MONTEILS - Tél. 07 82 11 68 76
www.evasioncablepark.fr - evasioncablepark@gmail.com
A partir de 7 ans - Tarifs : 20€/ adulte - 18€ / enfant

Vite un coin frais !



Oui, il fait chaud, en même temps c'est l'été !
On va quand même vous donner nos petites astuces pour rester au frais version climatisation naturelle sans impact sur l'environnement, et oui c'est important !

Plouf ! Sortez le maillot et la serviette



A la base de loisirs de Molières ou de Monclar-de-Quercy, ou encore baignez vous en eaux vives à Laguépie ! 3 sites de baignade labellisés pavillon bleu.

Voyage au centre de la terre !

Prêts à devenir des apprentis explorateurs ? La spéléologie vous promet une expérience unique à vivre en famille et... Au frais !

www.gorges-aveyron-tourisme.com



nouveau

Ninja !

Le Waterfun de la base de loisirs de Monclar-de-Quercy propose Le Ninja ! Serez-vous assez fort pour vous surprendre et traverser l'eau à la force de bras sans jamais tomber ? Tarif : 9 € - 8€ groupes de 10 pers.

Bureau d'information touristique
Place de capitouls
MONCLAR-DE-QUERCY
Tél. : 05 63 30 31 72
tourisme@monclardequercy.com

Visiter l'abbaye de Beaulieu

Un lieu magique vous accueille sous la fraîcheur des voûtes en pierre, pour tous les curieux de culture !

Abbaye de Beaulieu-en-Rouergue
82330 GINALS - Tél. : 05 63 24 50 10
Ouvert d'avril à octobre
En été tous les jours, 10h à 12h et 14h à 18h



Ce n'est pas que pour les parents !



Visiter un domaine viticole, ça a plusieurs avantages, découvrir un métier passion que nos vignerons incarnent parfaitement, les étapes de la fabrication du vin et bien sûr la dégustation tant attendue des parents, bien au frais dans le chai ! Mais vous aussi chers minots vous pourrez vous délecter de jus de raisin ou de pomme, car nos vignes poussent au milieu des vergers ! il y en a pour tout le monde c'est formidable !

Le domaine de Revel à Vaïssac 45 chemin des Brugues
82800 VAÏSSAC - 06 77 11 93 31- <http://domainederevel.com/> Départ de Randonnée ludique Ran-doland

DOMAINE DE MONTELS

N'hésitez pas venir au domaine pour une visite complète des vignes, du chai de vinification et de vieillissement. Vous aurez la possibilité de participer aux tâches du domaine en cours pour les volontaires : taille de la vigne, épamprage, relevage selon les saisons... Allez au boulot les marmots !

Domaine de Montels - 82350 ALBIAS
Tél. : 05 63 31 02 82 - <http://vignoblesromain.com/>

Tourisme et Handicap



Les offices de tourisme à votre service : rendre les lieux de vacances et les sites touristiques accessibles aux personnes handicapées quel que soit leur handicap, tel est l'objectif du label national « Tourisme & Handicap », créé à l'initiative du Ministère chargé du Tourisme en 2001. Il garantit l'accessibilité des structures touristiques labellisés. Ainsi les Offices de tourisme de Montpezat-de-Quercy et St-Antonin-Noble-Val ont été labellisés pour les 4 handicaps : auditif, mental, moteur et visuel.

nouveau

Envolez-vous !

Lot of parapente vous accompagne pour un vol libre en fauteuil homologué. Volez en toute sécurité avec Romain, un professionnel qualifié pour cette prestation. Bien sûr que c'est pour vous, alors n'hésitez plus, lancez vous ! Ce fauteuil est mis à disposition par le CDVL (Comité Départemental de Vol Libre)

Plus d'infos sur : 06 64 19 13 23



Des idées accessibles !



LE HANDI-CANOË SUR LA RIVIÈRE AVEYRON, TOP !

Faire découvrir le Canoë-kayak et les sports de pagaie aux personnes en situation de handicap a toujours été une priorité pour l'école française de canoë kayak à Nègrepelisse. Aujourd'hui, ils interviennent auprès de structures qui œuvrent en faveur de personnes handicapées physiques et mentales sous forme de demi-journée, journée ou cycle d'activité. Plusieurs sites : la base de Nègrepelisse, la base de Saint-Nicolas-de-la-Grave, Montauban et les Gorges de l'Aveyron.

Les objectifs et modalités d'interventions sont différents selon les structures et s'adaptent à une demande soucieuse de la qualité et la sécurité d'encadrement.

Cette année, un nouveau projet a vu le jour avec le Handi-Canoë qui permet aux personnes en situation de tétraplégie de naviguer avec les encadrants de l'école française de canoë mais aussi leur famille et/ou l'équipe soignante et/ou pédagogique.

Base CANOË KAYAK «EFCK»

Passage du Gué de la Bardette - 82800 NÈGREPELISSE

Tél. : 05 63 31 56 43 - contact@canoe-tarnetgaronne.fr

Le Pays Midi-Quercy au bout des doigts



Des visites sensorielles sont proposées pour la Maison du Patrimoine à Caylus et les villages de Caylus et St-Antonin-Noble-Val. Grâce à ces visites adaptées, la destination Midi-Quercy, gorges de l'Aveyron renforce l'accès du plus grand nombre à la connaissance du territoire, de son histoire et de son patrimoine. Des enregistrements spécifiques sont saisis dans un matériel de type audioguide que les sites remettent aux visiteurs. Ils seront accompagnés de planche à dessins en relief et couleurs contrastées venant en appui aux contenus audio et illustrant des objets, façades et autres éléments de la visite. D'autres outils de type jeux de cartes en relief seront aussi développés à la maison du patrimoine. Une plaquette de communication commune aux 3 sites est éditée en braille et gros caractères.

- Maison du patrimoine de CAYLUS - Tél. 05 63 24 06 26 - maisondupatrimoine-midiquercy.org

- Office de Tourisme de ST-ANTONIN-NOBLE-VAL - Tél. 05 63 30 63 47 - tourisme@st-antoninval.com

- Office de tourisme de MONTPEZAT-DE-QUERCY - Tél. 05 63 02 05 55 - contact@tourisme-montpezat-de-quercy.com



Le Mas de Monille à Loze

Benoît Leverrier a su restaurer ce lieu à l'architecture typiquement quercynoise, afin qu'une clientèle universelle puisse découvrir cette ferme auberge étonnante. Avec un accueil toujours convivial, la haute qualité des produits proposés et un cadre authentique, le mas de Monille est la seule ferme-auberge dans toute la région à avoir obtenu le label Tourisme Handicap. Tous les gourmands et gourmets sans distinction sont invités à venir découvrir ce lieu unique.

Tél. 06 03 81 58 10 - 05 63 65 76 85 - <http://www.masdemonille.com/>



C'est perché, on y va !

Le domaine de la Male, une expérience unique à vivre. Accessible aux personnes à mobilité réduite, les cabanes du domaine le Domaine de la Male vous accueillent au coeur d'une forêt de chênes de 6 hectares. Un écrin de verdure, de luxe et de romantisme où vous pourrez profiter de nos hébergements insolites le temps d'une nuit, d'un week-end ou d'une semaine.

Le Domaine De La Male

82800 PUYGAILLARD-DE-QUERCY

www.domainedelamale.fr



L'ÉPOPÉE CHAPÉLIÈRE

Une visite adaptée aux aveugles et malvoyants, rien que pour vous !

Tél. : 05 63 26 04 04

tourisme@quercycaussadais.fr

Déconnectez-vous !

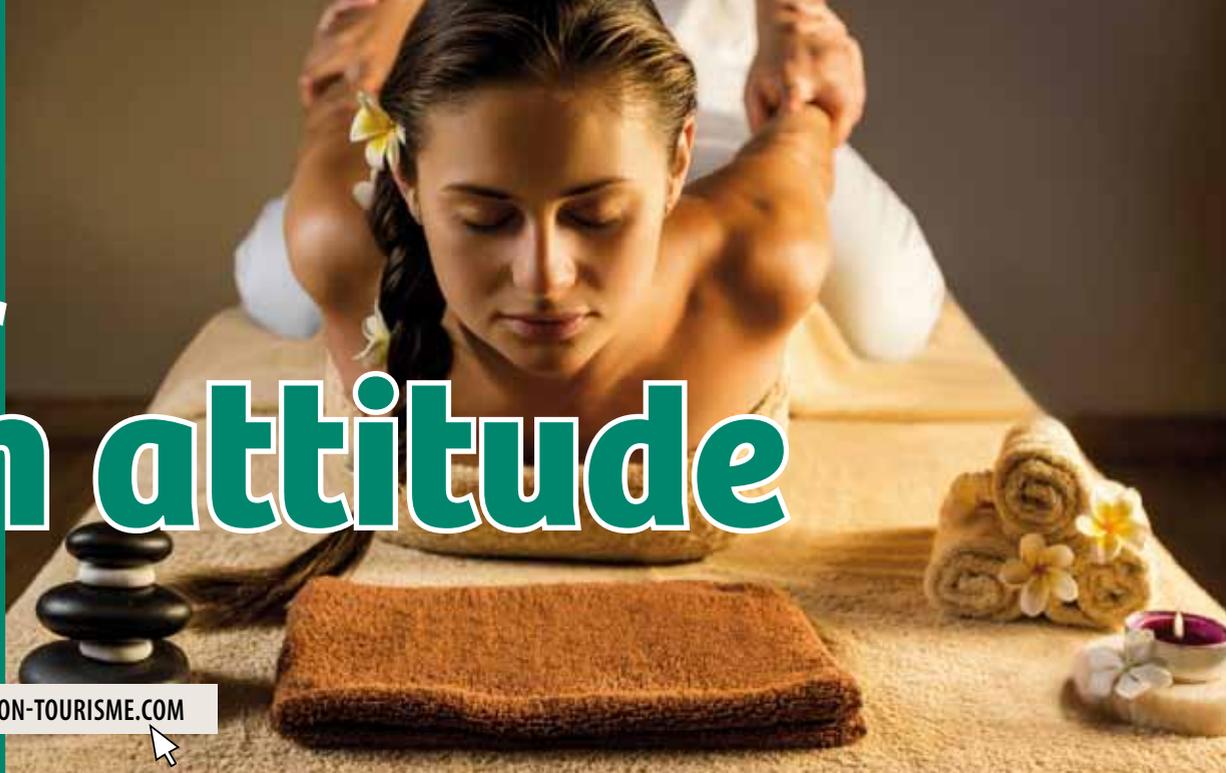
Ici le bien-être, le ressourcement, c'est une religion et sans aucune exagération ! Evadez-vous là où même votre téléphone mobile ne pourra vous rattraper. Une aubaine pour prendre le temps de se recentrer sur l'essentiel et recharger les batteries (pas celles du téléphone, on l'oublie !). Regardez autour de vous, vous êtes dans un cadre idyllique, profitez-en pour regarder la nature, profiter de ses bienfaits et de sa beauté... Anti-stress garanti !



Cultiver sa zen attitude

Tous vos prestataires sur

WWW.GORGES-AVEYRON-TOURISME.COM



Sentiers des orchidées Chemin des sureaux à Ginals

Dans le cadre enchanteur de l'Abbaye de Beaulieu, deux randonnées vous feront vous émerveiller face à l'ingéniosité de la Nature. Sentiers gratuits.

Lieu-dit Beaulieu, 82330 GINALS - Tél. : 05 63 24 60 00



CHAPELLE NOTRE DAME DES GRÂCES À LACAPPELLE LIVRON

C'est un lieu idéal plein de sérénité, pour admirer un coucher de soleil en amoureux.



La tête dans les étoiles

Le refuge aux étoiles propose, dans un cadre naturel à l'abri de toute pollution lumineuse, un hébergement en gîte ou chambres d'hôtes avec l'accès à son observatoire pour découvrir le ciel en vrai. Et le ciel vous dévoile ses secrets...

Quelle meilleure manière de se resituer à notre juste place dans cet univers ? Tout petit, petit, petit... Un moment de pure recueillement face à l'immensité du ciel, à vivre et à partager absolument ! Soirées astronomie ouvertes à tous, tarifs spéciaux pour les clients du gîte.

Le refuge aux étoiles - FOYT - 82140 SAINT-ANTONIN-NOBLE-VAL

Tél. : 06 01 80 39 26 / 05 63 65 64 36 - lerefugeauxetoiles.com
contact@lerefugeauxetoiles.com

Le yoga... L'itinéraire bis...

Retour à votre vraie nature

Parallèle aux autoroutes trépidantes de la vie quotidienne, la voie du Yoga constitue une pause, un moment de ressourcement, un chemin de traverse à la rencontre de l'essentiel : soi.

Stage : yoga et Nature, en forêt, en plein air ou en salle suivant le temps, Yoga Itinéraire bis vous propose de vous reconnecter avec vous et votre corps (au cas où vous seriez vraiment fâchés...). Les vacanciers estivaux sont également les bienvenus lors des stages d'été organisés chaque année.

Tél. : 05 63 33 14 10 - www.yoga-itinerairebis.com

C'est l'heure du break, un petit massage ?

Faites confiance aux mains expertes de Line Leroy qui maîtrise depuis plus de 25 ans différentes techniques de massage pour vous relaxer ! Exit les tensions !

Lieu-dit Joany - 82140 SAINT-ANTONIN-NOBLE-VAL
06 29 86 91 67 ou 05 63 30 88 50



noUVEAU

Séance de Yoga à l'aube, dans les sous bois, rando yoga et balade famille découverte du Causse et jardins médicinaux et aromatiques, tout ça près du cirque de Bone ! Contactez Anaïs !

YOGA AYURVEDA - 82140 ST-ANTONIN NOBLE VAL
Tél. 06 07 14 82 57 - mystic.anais@gmail.com

Optez pour la retraite Yoga

Découvrez le sens du mot bien être à La Roane, un gîte qui a fait du break et lâcher prise sa devise ! Faites une cure de relaxation et d'ondes positives avec Nigel Shamash et toute son équipe à votre écoute.

Plus d'infos : Anna et Nigel Shamash

La Roane, 82140 SAINT-ANTONIN-NOBLE-VAL
Tél. : 05 63 68 23 67



Coupez-vous du monde !

Tous vos prestataires sur

WWW.GORGES-AVEYRON-TOURISME.COM

Venez-vous ressourcer !

GREEN LUXURY WHAT ELSE !

Au **Domaine de Massoulac**, existe une combinaison bien dosée entre bien-être, nature, confort... Ici, passe le temps sans vous opprimer, exit le stress, welcome le "je veux profiter de la vie !" Charme de la vieille pierre blanche, authenticité mais wifi en accès libre, lodge ultra moderne, espace détente, baignade et services bien contemporains !

Julie Grimeau - Domaine de Massoulac 82220 MOLIÈRES - Tél. : 05 63 21 79 61



Le confort, façon campagne chic

PELLA ROCA

Cabane perchée avec spa et sauna privatifs pour une escapade à deux, ou en famille ! Pella Roca est labellisée 4 épis par Gîte de France, une première en France dans la catégorie des hébergements insolites. Cette cabane a été imaginée pour la détente, le ressourcement, une immersion dans la nature au coeur d'un espace unique ouvert vers la truffière pour une nuit hors du temps et très spéciale. A Pella Roca ils ont choisi les bains nordiques, un choix écologique et durable puisque l'eau est chauffée au feu de bois.

Pella Roca, cabanes et spa - Lieu-dit Limougne, 82240 LABASTIDE-DE-PENNE
Tél. : 05 63 02 85 14 - www.pella-roca.com



La Guinguette de Cazals

Un endroit où il fait bon de prolonger la journée, on y resterait des heures tellement le lieu est sympathique, une ambiance détendue, un service au top, une douce musique et un bon petit verre, le bonheur est là.

Sebastien



Et si vous preniez soin de vous ?

Marie Bellouard productrice-récoltante de plantes aromatiques, médicinales et fabricante de produits aromatiques et de soins installée dans un vallon sur la commune de Puylaroque vous propose une gamme de plantes séchées médicinales ou aromatiques ainsi qu'une huile essentielle de lavande fine du Quercy.

Les conseils de Marie

Pour une sommeil et un endormissement optimal, déposez une goutte d'HEDL sur votre oreiller

Pour se relaxer, ajouter 3 gouttes d'HEDL dans votre bain

Pour les peaux sèches, ajoutez une goutte d' HEDL dans votre crème

Acheter ses produits
grainesdeterroir.com



Le petit plus de la chambre d'hôte

UN TEMPS POUR SOI

Dans un havre de paix, les chaleureux propriétaires d'**Un temps pour soi** ont pensé à vous et vous ont concocté quelques surprises.

Sur place vous trouverez une salle commune avec jeux de société, un boulodrome, et à la belle saison à deux pas du Verger : un labyrinthe en fleurs et herbes des champs vous attend !

Marie-Anne et Patrick Van Outryven-Looze
Mas de Carrié - 82160 PARISOT
Tél. : 05.63.31.81.75 - pamagui@hotmail.fr

LE COUVENT DE NEUVIALE

Outre un accueil généreux, une décoration soignée et authentique qui vous plongera dans un univers reposant, Marc vous propose une autre vision de vous même, celle du photographe. Se faire photographier par un professionnel pendant ses vacances, en voilà un souvenir qui reste. Prenez la pose, wistiti ! (Séances photos payantes s'adresser à Marc)
Chambre d'hôtes de 80 à 100€, 2 chambres double pouvant accueillir jusqu'à 6 personnes.

Mark et Lieve Merckpoel-Vervae
Le Couvent de Neuviale - NEUVIALE - 82160 PARISOT
Tél. 05 63 24 29 90 - info@lecouventdeneuviale.fr



TRANSPORTS

Offre de transport collectif

LIGNES FERROVIAIRES

- Ligne TOULOUSE - CAHORS - BRIVE
- Ligne AURILLAC - FIGEAC - TOULOUSE

LIGNES TAD

- TAD sur la CCQC avec une ligne régulière
- TAD sur la CCQGA

LIGNES DE CARS SNCF

Ligne N°912 :
RODEZ - VILLEFRANCHE DE ROUERQUE -
MONTAUBAN (car régional)

LIGNES D'AUTOCARS DÉPARTEMENTAUX

Ligne LAGUÉPIE - MONTAUBAN
Ligne VILLEFRANCHE - MONTAUBAN

Transport partagé



RezoPouce
1^{er} réseau
d'autostop
organisé

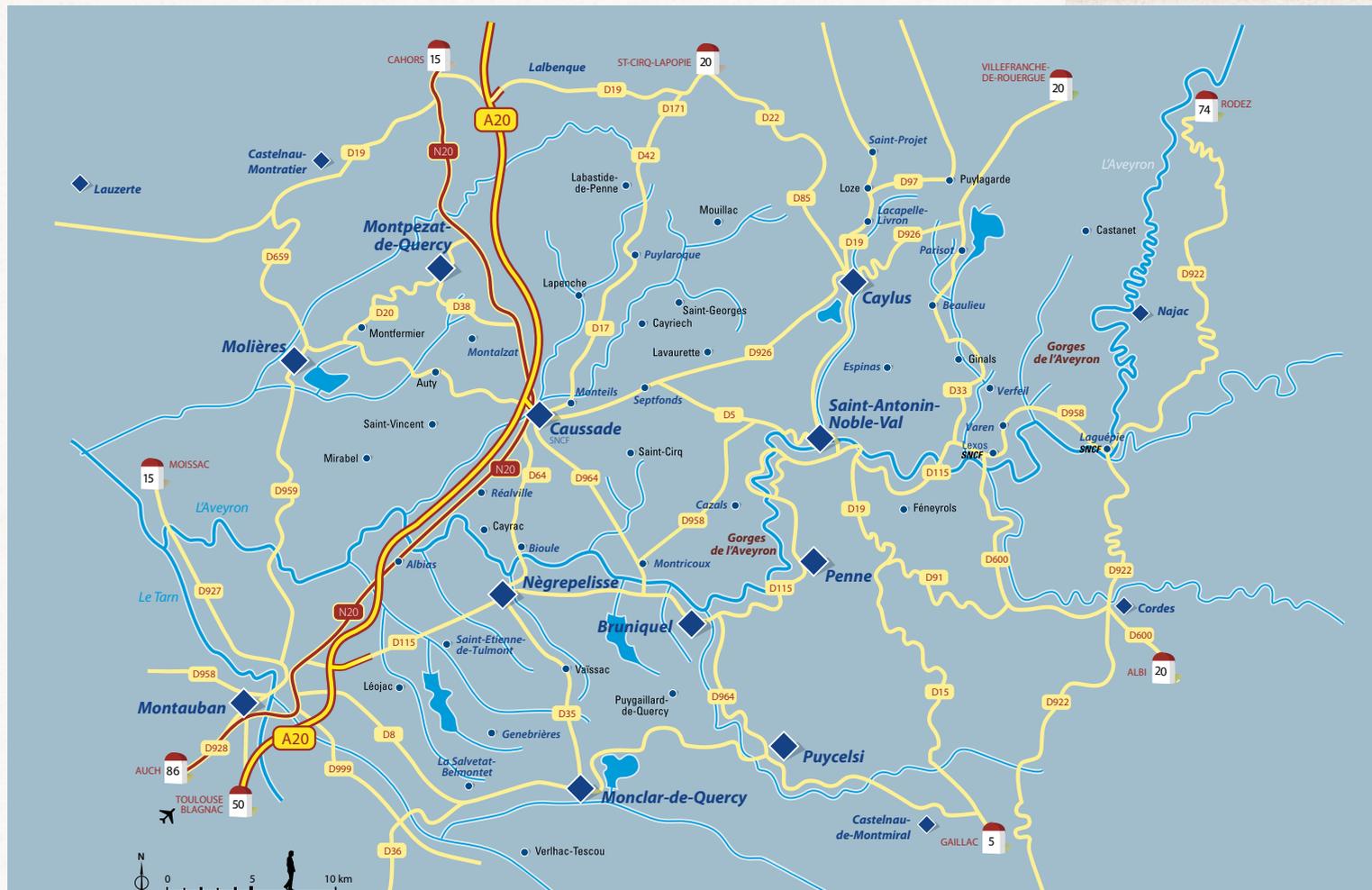
sur de nombreuses
communes du Pays
Midi-Quercy.

<http://www.rezopouce.fr>

PartaJ

Tous les transports
disponibles pour vos
déplacements sur

PartaJ.fr



Transports à la demande (TAD)

Communauté de communes Quercy- Rouergue et Gorges de l'Aveyron

A DESTINATION DES MARCHÉS

- **Au départ de CAZALS, FÉNEYROLS, LAGUÉPIE, MONTROSIER, ST ANTONIN ou VAREN**
-> **A destination de CAUSSADE** lundi matin - ST-ANTONIN mardi matin, jeudi après-midi,
dimanche matin.

- **Au départ de CASTANET, CAYLUS, LACAPELLE-LIVRON, LOZE, MOUILLAC, PARISOT, PUYLAGARDE, SAINT PROJET** -> **A destination de CAUSSADE** lundi matin - CAYLUS
mardi matin - ST-ANTONIN mardi matin - VILLEFRANCHE jeudi matin. (sauf Mouillac)

- **Au départ de :** GINALS, ESPINAS, VERFEIL -> **A destination de CAUSSADE** lundi matin
- ST-ANTONIN mardi et dimanche matin, jeudi après-midi - VILLEFRANCHE jeudi matin.

AUTRES MOTIFS DE DÉPLACEMENTS

(SERVICES, COMMERCES ET LOISIRS)

- SAINT-ANTONIN-NOBLE-VAL : 1 AR mardi matin et 1 AR jeudi après-midi
- MONTAUBAN : 1 AR mercredi après-midi et 1 AR jeudi après-midi (via ligne 912)
- TOULOUSE : 1 AR samedi, à la journée (via la gare de Lexos)

Pour plus d'informations : <https://cc-qrga.fr/transport/>

Communauté de communes Quercy Caussadais

LE LUNDI ET LE MERCREDI (HORS JOURS FÉRIÉS)

Horaires imposés par le transporteur

UN SERVICE RÉGULIER

1 AR le lundi matin sur CAUSSADE (marché). Départ à 9H00 de Puylaroque
et retour à 11H45 de CAUSSADE

Voyages du Bas Quercy : 05 63 65 09 18

Locations de vélos et vélos électriques

PASSION LOISIRS à Caussade - Tél. : 05 63 26 03 48

NATURE ESCAPADE à St-Antonin-Noble-Val - Tél. : 05 63 31 41 76 - aveyron@canoe.fr

VARIATION à St-Antonin-Noble-Val - Tél. : 06 48 35 59 21 - 05 63 68 25 25

contact@variation82.eu

Location de vélos électriques :

ACTI EAUX VIVES à St-Antonin-Noble-Val - Tél. : 06 12 51 83 23

<http://actieauxvives.fr> - actieauxvives@yahoo.fr

Locations de voitures

SUPER U CAUDIS

Zone Industrielle De Meaux - BP 119 - 82300 CAUSSADE - Tél. : 05 63 23 26 60

INTERMARCHÉ AROCLYS

Route montricoux - 82800 - NÈGREPELISSE - Tél. : 05 63 26 28 10

SUPER U MARCHATS

ZI nafine - 82800 - NÈGREPELISSE - Tél. : 05 63 64 27 44

WWW.GORGES-AVEYRON-TOURISME.COM



MIDI · QUERCY

Gorges de l'Aveyron

PETR DU PAYS MIDI-QUERCY

12, rue Marcelin Viguié

82800 NEGREPELISSE - BP 10082

pays.midi.quercy@info82.com

Tél : 05 63 24 60 64

