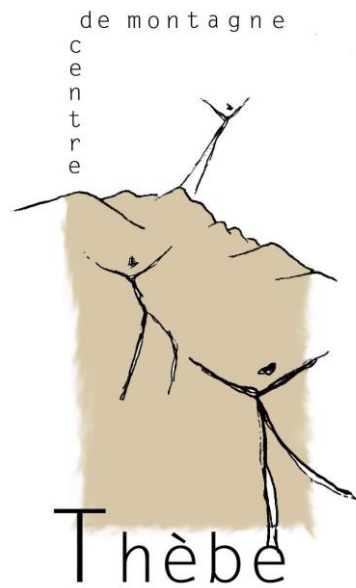




Activités

Randonnées

Visites

Restaurants

Escalade & Canyoning

Où ?

Sur place : rochers d'escalade à Thèbe et Troubat.

A proximité : Cazarilh, Sarp, Ourde, Siradan, et Lespugnes, St Pé d'Ardet.

Avec qui ?

Joël Cascarre. Moniteur escalade et canyon.

Pour tout public. Séance à l'heure, à la demi-journée ou à la journée. Tarifs et devis sur demande.

Tel : 06 83 00 69 00

www.cascarr-escalade.net



Equitation

Où ?

Dans le village de Sacoué, à 5km de Thèbe, en direction Sarp.

Avec qui ?

Sophie et Olivier vous font découvrir la vallée de la Barousse à cheval à la ferme du Centaure,

Plusieurs formules pour adultes et enfants.

Tel : 05 62 39 32 52

Et

Où ?

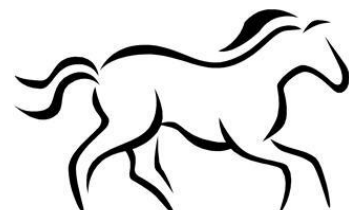
A Saléchan à 5 km de Thèbe. Direction Siradan.

Avec Qui ?

Avec Sandra, ferme pédagogique « Les Jours Heureux ». Randonnées demi-journée, journée, cours collectifs, particuliers et stage.

Tél : 06 83 85 68 85

www.fermelesjoursheureux.com



Canoë - Kayak

Où ?

Situé à Valcabrère sous le pont de Labroquère. A 11km de Thèbe, direction Montréjeau.

La base « Les Pagaies » est ouverte en juillet- août uniquement.

Avec qui ?

Une équipe de moniteurs diplômés vous emmène sur le parcours le plus sportif, au cœur de la montagne, entre Valcabrère et Montréjeau, avec un paysage inoubliable au fil des vagues...

Tel : 05 61 51 38 21



Rafting

Où ?

La base de Fronsac se situe à 7km de Thèbe, en direction de Luchon. Aire de repos N125.

Avec qui ?

Vous serez encadrés par des professionnels qui organisent des parcours de descentes sur la Garonne. L'équipe accueille aussi bien les groupes que les familles ou individuels.

La base de Fronsac est ouverte d'Avril à Octobre.

Tel : 05 61 79 19 20

www.base-antignac.com



Parc Accro-branche

Où ?

Le parc d'aventure Pyrénées Hô se situe à Cierp-Gaud.
Ouvert de mars à novembre. Pour tout public.

11 km de Thèbe, direction Luchon.

Avec qui ?

Une équipe de moniteurs présents pour votre sécurité et pour la rigolade !

Différents tarifs à la journée selon les parcours et les âges.

Tel : 05 61 94 08 36

www.pyrenees-ho.com



Ferme pédagogique « Les Jours Heureux »

Où ?

La ferme se trouve à Siradan. 3km de Thèbe.

En partant du centre de montagne de Thèbe à pied, vous pouvez faire une belle balade de 40 minutes pour arriver à la ferme pédagogique.

Avec qui ?

Sandra vous accueille et vous présente les quelques 150 animaux de sa ferme, dont le célèbre cochon de Gaza. Une visite très intéressante et ludique.

Tel : 06 83 85 68 85

www.fermelesjoursheureux.com



Paniers en osier

Où ?

A Thèbe. Une petite marche de 15 minutes en partant du centre pour arriver à la grange de Colin.

Avec qui ?

Colin est un vanier qui vend ses paniers aux marchés et propose des ateliers de fabrication chez lui.



Randonnée

Demi-journée, journée, sortie nocturne, tir à l'arc, parcours d'orientation, éducation à l'environnement...

Stéphane Poix : Randonnées botaniques, plantes médicinales, cueillettes de plantes sauvages et astuces pour les conserver, stage de survie.

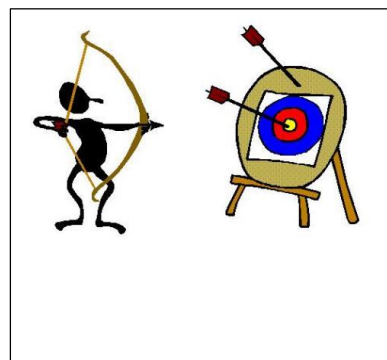
Tél : 05 62 98 47 50

Jean-Noël et Marie Herranz : Accompagnateur et photographe. Rando et photos en montagne, Treks et voyages Pyrénées Mountain Camp

Tél : 06 08 83 05 00

Laurent Baraquin : Tir à l'arc, randos découvertes, flore et géologie, raquettes

Tél : 06 85 22 21 98



Piscine naturelle Les Ocybelles

Où ?

A Saint-Laurent de Neste. A 20km de Thèbe, direction Sarp puis St Laurent de Neste.

Description

Bassin avec une eau claire et non chlorée car épurée par un processus biologique. Autour de la piscine se trouvent une aire de jeux, des tables de pique-nique et un parcours de santé.

Ouvert juillet et août uniquement.

Tel : 05 62 39 66 75 / 05 62 39 74 34



Balnéa

Où ?

A Loudenvielle, dans la vallée du Louron. A 1 heure de route de Thèbe, direction Luchon puis col du Peyresourde.

Description

Complexe de détente en eau thermale, avec bains, sauna, hammam, soins du corps, restaurant...

Bel endroit entouré de montagnes, avec notamment des bains chauds en extérieur.

Tel : 05 62 49 19 19

www.balnea.fr



Plantes sauvages, aromatiques et médicinales

Où ?

SARP sur le « Sentier découverte » , à Huos dans les « Jardins du Comminges » à Huos au centre montagne de Thèbe, et partout ailleurs.

Avec qui ?

L'association SERPETTES ET CHAUDRONS : transmission et partage des savoir-faire liés à la reconnaissance et à la transformation des plantes.

Démarche artisanale, solidaire et locale, une approche écologique et ethnobotanique.

Ateliers participatifs, productions coopératives, promenades botaniques, outils pédagogiques, formations et stages autour des plantes sauvages, comestibles, aromatiques et médicinales.

Tel : 09 51 34 72 41 ou 06 45 73 75 78

serpettesetchaudrons@gmail.com

www.serpettesetchaudrons.wordpress.com



Promenades en Calèche

L'attelage Baroussais

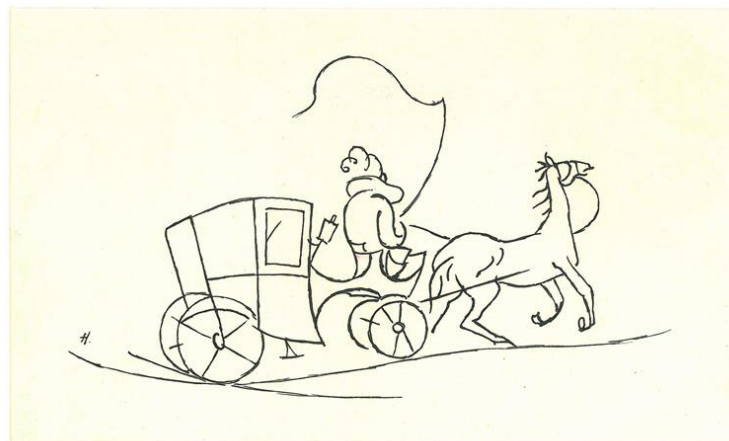
Où ?

En vallée de Barousse sur les communes de Thèbe/Cazarilh.

Avec Qui ?

L'Attelage Baroussais propose des balades et randonnées en Calèches : 2h00, demi-journée, journée et randonnée de plusieurs jours.

Tél : 06.10.43.92.60



Quelques idées de Randonnées A proximité

Carte IGN N° 1847 OT



Le pic du Gar (1 785 mètres)

Durée : Environ 6h aller-retour.

Dénivelé : 1000 mètres.

Point de départ : Village de Bezins-Garraux, à 20km de Thèbe. Suivre Luchon, puis Saint Bât. Le pic du Gar est la montagne qui se trouve face au centre de Thèbe.

Descriptif : Belle randonnée sans difficultés techniques, réalisée pour l'essentiel en forêt. Au sommet, superbe panorama sur la vallée et les montagnes du luchonnais.



Le mont Né (2 147 mètres)

Durée : Environ 4h30 aller-retour.

Dénivelé : 450 mètres.

Point de départ : Port de Balès. A 22km de Thèbe en suivant Mauléon Barousse et Ferrère.

Descriptif : Randonnée agréable, avec un extraordinaire panorama sur les estives et quelques uns des plus hauts pics des Pyrénées. Montée assez raide mais pas de difficulté technique.



Le col de l'Aouet (1 730 mètres)

Durée : 2h45 aller-retour

Dénivelé : 450 mètres.

Point de départ : Clairière l'Artigue de Salabe, 15km de Thèbe. Direction Mauléon Barousse puis Ferrère. Au petit pond prenez à droite la route forestière de Salabe.

Descriptif : Belle randonnée riche en faune et flore, alliant forêts et estives. Arrivé au sommet vous vous trouverez au-dessus d'une aire de vautours. Une vue impressionnante !



Sentier de découverte - promenade pédagogique

Durée : 1h aller-retour

Point de départ : Village de Sarp

Descriptif : Sortie idéale pour les enfants. Sentier de randonnée facile, montrant la biodiversité du milieu naturel Baroussais sous forme ludique. L'itinéraire vous guide vers de superbes points de vue, un jardin des traces et un jardin aromatique. Au pied du parcours, une marre pédagogique, un rocher d'escalade et des tables de pique-nique.

www.sarp-decouverte-nature.fr



Le brame du cerf

Vous pourrez entendre le son guttural du brame du cerf de la mi-septembre à la mi-octobre. Son cri rauque, profond et impressionnant résonne dans la vallée de la Barousse. C'est la saison d'accouplement des cerfs. Le mâle essaie d'intimider les autres mâles et rassemble les femelles autour de lui.

Les mâles s'affrontent parfois dans des combats qui peuvent être extrêmement violents et impressionnants.

Pour en savoir plus, vous pouvez contacter les accompagnateurs en montagne.



Les Visites

Saint Bertrand de Comminges

Où ? A 10km de Thèbe. Direction Sarp.

Description : Village médiéval classé au patrimoine mondial de l'humanité et faisant parti des plus beaux villages de France.

A visiter : La cathédrale, les boutiques artisanales, les petites rues pleines de charme.

Musique : Chaque été, le festival du Comminges organise des concerts de musique classique dans la cathédrale. Avis aux amateurs !



Grottes préhistoriques de Gargas

Où ?

A Aventignan, 15km de Thèbe. Direction Sarp.

Description : Empreintes de mains, gravures, peintures... la visite des grottes vous transportera dans un autre temps. Découvrez Nesploria, le centre numérique et préhistorique pour un parcours ludique, réel et virtuel à la fois.

Promenade : Possibilité de faire une randonnée d'1 heure autour du site pour en apprendre encore plus sur la grotte et ses alentours.

Ouvert toute l'année. Réservation conseillée pour les groupes.

Tel : 05 62 98 81 50 www.grottesdegargas.fr



La Maison des Sources

Où ? A 3km de Thèbe, sur les hauteurs du village de Mauléon Barousse.

Description

Située dans un parc gratuit de 11 hectares traversé par la rivière Ours. Jeux, sentiers de randonnées et tables de pique-nique sont à la disposition des visiteurs. Le musée retrace la vie de l'homme dans la vallée à travers l'utilisation et la gestion de l'eau. Maquettes, vidéos et visites du captage des sources ainsi que l'explication du traitement des eaux offrent aux visiteurs de tous âges de multiples intérêts.



Le village de Ourde

Où ? A 6km de Thèbe, en direction de Mauléon Barousse et Ferrère.

Description : Situé sur les hauteurs de la vallée, ce petit village au charme espagnol offre une vue imprenable sur les pics et monts de la Barousse, surtout en vous plaçant devant l'église. Un des rares villages où vous pouvez encore croiser des troupeaux de vaches et de brebis dans les ruelles !



Le gouffre de Saoule

Où ?

Juste au-dessus du village de Mauléon Barousse, en direction de Ferrère. Le gouffre se situe à 3km de Thèbe.

Description :

Le gouffre de Saoule est l'endroit idéal pour se mettre au frais et les pieds dans l'eau lors d'une chaude journée d'été.

Vous pouvez admirer la cascade de haut en allant sur la plateforme, puis descendre le sentier qui mène à la source.



Le château de Bramevaque

Où ?

Juste au-dessus du village de Bramevaque, à 3km de Thèbe.

Description :

Le château des Comtes du Comminges, bâti vers le XIIe siècle, est un magnifique site qui domine la vallée. Construit sur une colline rocheuse, cet endroit est régulièrement entretenu par des chantiers de jeunes.

Promenade :

Vous pouvez accéder au château en partant de la Maison des Sources à Mauléon Barousse, c'est une jolie balade de 30mn le long d'un sentier ombragé.



Artisanat et producteurs

L'atelier boutique de Sylvie Kunesch

A Cazarilh

Une artiste céramiste au cœur de la Barousse.

Où ?

A Cazarilh, à 1 km de Thèbe. Découvrez ses créations et laissez-vous surprendre.

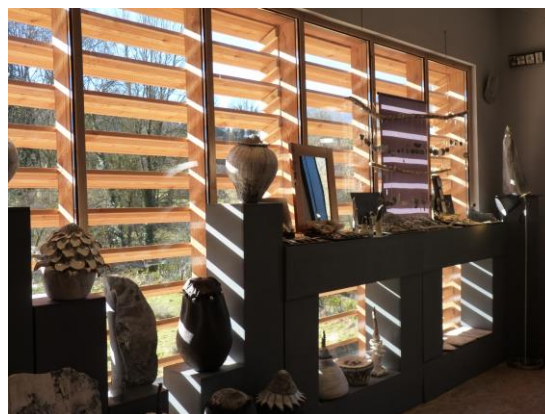
Au centre de Thèbe, la décoration intérieure et les fresques en mosaïque et céramique ont été réalisées par Sylvie.

Quand ?

Vendredis et samedis de 17h00 à 19h00 ou sur rendez-vous.

Tél 05 62 39 55 82

kuneschsylvie.wixsite.com/ceramiques



Les sabots d'Isa

Saint-Bertrand de Comminges

Où ?

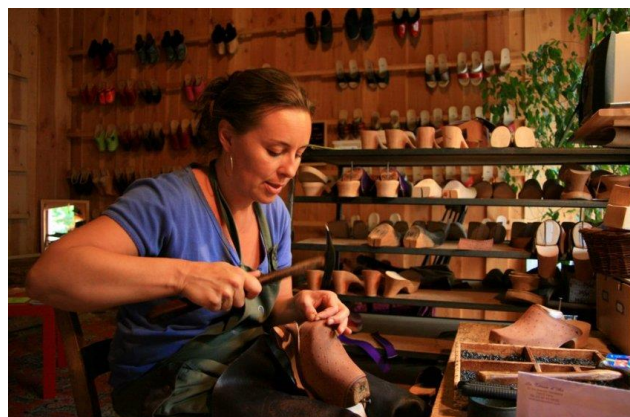
A saint-Bertrand de Comminges dans la ville basse.

Fabrications de sabots fait main, sur mesures, modèles uniques.

Tél : 05 61 79 05 22

Tél : 06 07 59 56 36

www.sabotsdisa.com



Les paniers de Colin

Thèbe

Où ?

A Thèbe. Une petite marche de 15 minutes en partant du centre pour arriver à la grange de Colin.

Avec qui ?

Colin est un vanier qui vend ses paniers aux marchés et propose des ateliers de fabrication chez lui.



Bulle et Vous

Savonnerie Artisanale Pyrénéenne

Spécialisée dans le savon au lait d'ânesse. Un savon 100% naturel.

Où ?

Cierp-Gaud à 12 kms de Thèbe.

Avec qui ?

Julie et Capucine vous accueillent dans leur boutique à Cierp Gaud du mardi au samedi. Visite commentée de la savonnerie le jeudi après-midi pendant les vacances scolaires. (Sur rendez-vous toute l'année pour les groupes)

Tél : 09 83 57 73 69

Ton carton

Atelier de meubles et d'objets en carton

Loures-Barousse

Où ?

A Loures-Barousse. Visite de l'atelier, possibilité de stage d'initiation, des tutoriels, des démonstrations...

Avec qui ?

Leuntje Aarnoutse invente et fabrique des meubles et des objets en carton de récup '. Léger, facile à déplacer, écologique, solide et durable.

Tél : 06 42 88 56 20

toncarton.meubles@gmail.com

Les fromages

Où ?

. A Sost, 7 kms de Thèbe. Visite guidée et dégustation de fromage possible : brebis, vache ou mixte.

Tél : 05 62 39 39 53 / 09 75 42 13 03

. A Thèbe, Fromage de brebis fabriqué à Thèbe.

. A Esbareich : Tommes de chèvre, vache et mixte.

. La ferme de Cazaux à Samuran : Fromage de Brebis, fromage frais, à la louche et tomme.

Tél: 05.62.39.63.48 et 06.32.38.39.06



Les Pommiers de Barousse

Les vergers de Barousse

Où ?

Izaourt

Qui ?

Christophe Escoubas

Producteur de la pomme de « montagne » avec le label « agriculture raisonnée ».

Productions de la ferme : pommes de montagne, jus de pommes et pétillant de pommes et aussi kiwis, poires William's et abathe

Tél : 05 62 99 30 36 ou 06 16 32 32 38

Le Miel de Montagne

Le Rucher de la Barousse

Robert Forasté

Producteur de Miel de Montagne de Barousse

65 370 SARP

Tél : 06 12 71 27 18

Et

Le Nectar Baroussais

65370 SARP

David Juste

Apiculteur Récoltant

Tél : 05 62 99 29 81 ou 06 87 33 79 12



Les marchés

- **Montréjeau** : Lundi matin
- **Bagnères de Luchon** : Mercredi matin
- **Saint Gaudens** : Jeudi matin
- **Loures-Barousse** : Vendredi matin

Nos suggestions de restaurants

Conseil : appelez avant de vous déplacer. Certaines de ces adresses ne sont ouvertes qu'en saison et d'autres pas le soir.

Hôtel des Pyrénées

Cuisine locale bien présentée : très bon rapport qualité prix

Adresse : Place Palouman, 65370 Mauléon-Barousse

Téléphone : 05 62 39 23 27

Distance: 2 km

Moulin d'Aveux

Cuisine traditionnelle et locale

Adresse : 6 Avenue de l'Ourse, 65370 Aveux

Téléphone : 05 62 99 20 68

Distance: 7 Km

Auberge de la Palombière

Cuisine locale, cadre agréable

Adresse : Route du col des Ares, Echeret, 31510 Antichan-de-Frontignes

Téléphone : 05 61 79 67 01

Distance: 9 Km

Lou Casteu (pizzeria)

Adresse : Zone Artisanale les Pradettes 31440 Cierp Gaud

Téléphone : 05 61 94 35 40

Distance: 11 Km

Le Citron Bleu

Cuisine gastronomique

Adresse: 8 rue du Barry, 31210 Montrejeau

Téléphone : 05 61 89 08 38

Distance: 17 Km

Auberge Du Crabere

Cuisine locale, village perché dans les montagnes

Adresse : 31440 Melles

Téléphone : 05 61 79 40 49

Distance: 24 Km

Le Baluchon

Cuisine gastronomique originale

12 Avenue Maréchal Foch, 31110 Bagnères-de-Luchon

Téléphone : 05 61 88 91 28

Distance: 26 Km

Les Hauts Paturages

Cuisine traditionnelle et vue spectaculaire sur le Luchonnais

Adresse: Le Village, 31110 Artigue

Telephone: 05 61 79 10 47

Distance: 31 Km

Office de Tourisme

Office de Tourisme de la Barousse

Rond point de SARP

65370 SARP

Tél : 05 62 99 21 30

Mail : tourisme.barousse@gmail.com

Accueil

Du lundi au samedi de 9h30 à 12h30 et de 14h à 18h

Fermé le dimanche et les jours fériés

<https://valleedebarousse.jimdo.com>

Office de Tourisme du Saint Gaudinois

2rue Thiers

31800 Saint Gaudens

Tél : 05 61 94 77 61

www.tourisme-stgaudens.com

Office de Tourisme de St Laurent de Neste

Place de la mairie

65150 Saint Laurent de Neste

Tél : 05 62 39 74 34

www.neste-nistos.com

Office de Tourisme de Bagnères de Luchon

18 allées d'Etigny 31110 Bagnères de Luchon

Tél : 05 61 79 21 21

www.luchon.com