

Simplement  
sauvage.



**MONTAGNES**  
du Caroux



EDITION 2020 - 2021

**GUIDE DES ACTIVITÉS DE PLEINE NATURE**



© Anthony Alliès



© Anthony Alliès



© Anthony Alliès



© Laurent Bonicel

1 2 3 4

A

B

C

D

E

F

G

H

I

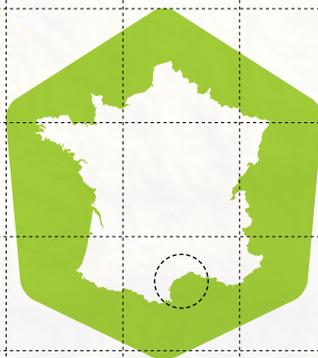
J

K

L

M

N



© Carte Parc naturel régional du Haut-Languedoc



**SECTEUR GRAND ORB**

Hérault

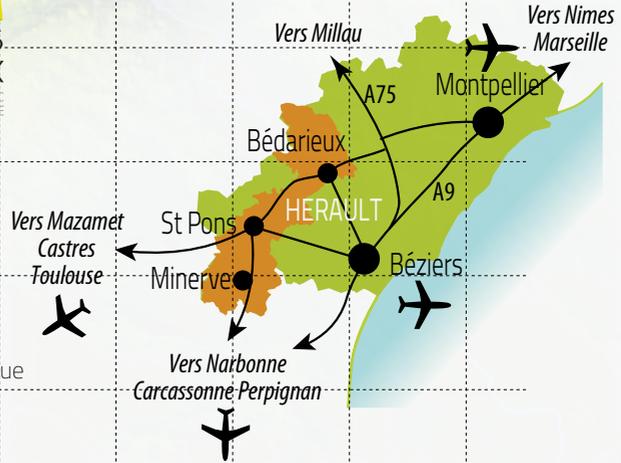


Grand Orb  
TOURISME  
Avené - Bédarieux  
Lamalou Les Bains



10 Kilomètres

**DU MINERVOIS  
AU CAROUX**  
EN HAUT LANGUEDOC  
OFFICE DE TOURISME



- Voie Verte PassaPaïs
- Office de Tourisme
- Point d'accueil numérique

# LES PIEDS SUR TERRE

**RANDONNÉE - SORTIES NATURE  
MARCHE NORDIQUE  
COURSE D'ORIENTATION - TRAIL**

La vigueur du relief, le pittoresque des sites, la variété des paysages, les panoramas... De nombreux circuits balisés parcourent notre magnifique territoire. Trouvez votre bonheur parmi les fiches et topos à votre disposition dans les Offices de tourisme et les boutiques spécialisées ou téléchargez les traces sur le site [www.montagnesducaroux.com](http://www.montagnesducaroux.com)

*A picturesque site, a variety of landscapes, a marvelous view... Many marked trails all along this magnificent territory. Find out the hiking trails you're looking for among the hike information sheets and topographic maps, at your disposal in the Tourist offices and specialized shops.*



- Carte des randonnées "Montagnes du Caroux"
- Fiches rando du Pays Haut Languedoc et Vignobles
- Topoguide L'Hérault à pied"
- Fiches rando du Parc naturel régional du Haut-Languedoc

## SORTIES NATURE

Toute l'année, des sorties nature à la rencontre du mouflon ou cueillette sauvage...  
*Nature outings for meeting mouflon or picking wild...*

## CENTRE CEBENNA 76

Av. du Champ des Horts  
34390 OLARGUES  
+33 4 67 97 88 00  
WEB : [www.cebenna.org](http://www.cebenna.org)  
Sorties Nature - *Nature outings*



©6666-0cctiane



## TRAIL

Espace Trail "Montagnes du Caroux", 242 km sur 17 itinéraires pour tous les niveaux.

Les Montagnes du Caroux sont naturellement un lieu privilégié pour s'exercer au trail, de par la rudesse du terrain et la technicité des traces.

De nombreux événements se déroulent toute l'année : Grand Raid 6666, Trail de la Factrice, Trail du Caroux, Trail des Caminols, Trail du Somail, Trail des Banuts, Trail des Castagnes, Trail et Raid Tail'aventure qui combinent plusieurs disciplines.

*"Caroux Mountains" 17 trail running routes (242 km) for all levels. "Caroux Mountains" are a privileged place to practice trail running, due to the rough ground, the constantly changing of the landform, the technicality of the tracks. Many trail events take place all year.*

### Téléchargez l'appli TRAIL

[tracedetail.fr/fr/montagnesducaroux](http://tracedetail.fr/fr/montagnesducaroux)

## 4K NATURE EXPÉRIENCE

Gaëtan STEENBERGEN

Pont de Calmel - 34220 RIEUSSEC

+33 6 10 15 89 52

WEB : [www.natureexperience.fr](http://www.natureexperience.fr)

Encadrement Trail (sortie ou stage) pour tous les niveaux. Hébergement possible.

*Accompanied outing or trail course for all levels. Accommodation possible.*

## 6G L'AVENTURE EN CHEMIN

Robert TAILLEUR

34390 SAINT-VINCENT-D'OLARGUES

+33 4 67 97 73 05 / +33 6 83 05 57 34

WEB : [www.laventure-en-chemin.fr](http://www.laventure-en-chemin.fr)

## RANDONNÉE

Le secteur se prête admirablement à la randonnée sous toutes ses formes : Seul ou accompagné par un guide, à la journée ou sur plusieurs jours, marche nordique, orientation ou avec des raquettes... Mais aussi sortie Nature alliant randonnée avec découverte de la flore et la faune, de jour comme de nuit !!

*The whole area lend itself for hiking in all its forms: On your own or accompanied by a guide, during the day or over several days, nordic walking, or snowshoe hike... But also, just hiking to find out the fauna and flora, by day and by night!!*

## L'AVENTURE EN CHEMIN Robert TAILLEUR 6G

34390 SAINT-VINCENT-D'OLARGUES

+33 4 67 97 73 05 / +33 6 83 05 57 34

WEB : [www.laventure-en-chemin.fr](http://www.laventure-en-chemin.fr)

Randonnée, rando raquettes, marche nordique, course d'orientation... *Hiking, snowshoe hike, nordic walking, orienteering...*

## SERGE CINQUIN 7G

Bezis-le-Bas - 34390 OLARGUES | +33 6 08 45 47 74

WEB : [www.sergecinquin.fr](http://www.sergecinquin.fr)

## ACROROC 8G

La Pomarède - 34390 ST-MARTIN-DE-L'ARÇON

+33 4 67 97 20 50 / +33 6 85 34 14 54

WEB : [www.acroroc.com](http://www.acroroc.com)

Randonnée, rando raquettes, marche nordique...

*Hiking, nordic walking, or snowshoe hike...*

## AVENTURE 34 Giovanni FERRONE 7G

34390 MONS-LA-TRIVALLE | +33 6 79 35 40 57

WEB : [www.canyoning-speleologie.fr](http://www.canyoning-speleologie.fr)

Randonnée | *Hiking*

## MONTAGNES ET GARRIGUES 1L

34210 FÉLINES-MINERVOIS | +33 6 48 55 70 36

WEB : [www.montagnesetgarrigues.com](http://www.montagnesetgarrigues.com)

Rando raquette, marche nordique

*Nordic walking, or snowshoe hike*

## NATURE EXPÉRIENCE Gaëtan STEENBERGEN 4K

Pont de Calmel - 34220 RIEUSSEC | +33 6 10 15 89 52

WEB : [www.natureexperience.fr](http://www.natureexperience.fr)

Encadrement Randonnée et Orientation (sortie ou stage) pour tous les niveaux. *Hiking, orienteering...*

## AYGO TREKKING Yann GILANT M2

34210 SIRAN | +33 6 86 90 15 89 | WEB : [www.aygotrekking.com](http://www.aygotrekking.com)

Randonnée sportive, ludique, culturelle, œnologique...

*Sports, fun, cultural, oenological hiking..*

# ACTIVITÉS CYCLES

**VTT** Sensations fortes ou balades familiales, les circuits VTT de la Fédération Française de Cyclisme sont là ! Il est également possible de partir avec un guide, pour une promenade hors des sentiers battus, une randonnée descendante, amené au point de départ par une navette ou encore une oeno-rando, circuit au cœur des vignes. Pour les moins sportifs, il y a les vélos à assistance électrique. Ainsi équipés, même les côtes font sourire !

*Strong sensations or family walks, cycling trails from the French Cycling Federation available! Electric bikes available. Don't sweat the trail.*



## NATURE EXPÉRIENCE

4K

Gaëtan STEENBERGEN  
Pont de Calmel - 34220 RIEUSSEC  
+33 6 10 15 89 52  
WEB : [www.natureexperience.fr](http://www.natureexperience.fr)  
Encadrement VTT et VTT électrique  
(sortie ou stages) pour tous les niveaux.  
*Accompanied MBT outings*

## VÉLO CAROUX EN HAUT-LANUEDOC

7G

Marie-Paule GALY/GUIRAUD  
Station Service - 34390 MONS-LA-TRIVALLE  
+33 4 67 97 64 42 / +33 6 45 12 52 50  
WEB : [www.velo-caroux.fr](http://www.velo-caroux.fr)  
Location et réparation, sorties accompagnées,  
oenorando,  
descentes VTT, nouveauté Vélos électriques...  
*Bike rental and repair, accompanied outings, eno  
walks, downhill MBT*

## ACROROC

8G

La Pomarède - 34390 ST-MARTIN DE L'ARÇON  
+33 4 67 97 20 50 / +33 6 85 34 14 54  
WEB : [www.acroroc.com](http://www.acroroc.com)  
Sorties accompagnées VTT.  
*Accompanied MBT outings*

## MONTAGNES ET GARRIGUES

1L

34210 FÉLINES-MINERVOIS  
+33 6 48 55 70 36  
WEB : [www.montagnesetgarrigues.com](http://www.montagnesetgarrigues.com)  
Balade Vtt ou sortie sportive, stages...  
*MBT outings or sports activities, traineeships...*

## VTT 4X COMBES

11E

Antoine FONTENELLE  
+33 6 21 85 00 84  
MAIL : [antoinefontenelle@orange.fr](mailto:antoinefontenelle@orange.fr)  
Sorties accompagnées VTT  
*Accompanied outings*

## LOCATION DE VELO

### ST PONS-DE-THOMIÈRES

4I

- Super U +33 4 67 97 13 55  
Vélos réguliers et électriques  
*Ebikes and regular bikes*
- Camping Les Cerisiers du Jaur  
+33 4 67 95 30 33

### ST ETIENNE D'ALBAGNAN

H6

- Les Crouzettes lieu-dit La Mouline  
+33 7 60 06 12 13

### OLARGUES

7G

- Vélorique - rue du Balad  
+ 33 7 82 22 16 36  
Vélos électriques / *E bikes*

### MONS-LA-TRIVALLE

7G

- Vélo Caroux +33 4 67 97 64 42  
+33 6 45 12 52 50  
Vélos, vélos électriques, remorque...  
*ATB, MTB, E bikes, trailer*

### LE POUJOL-SUR-ORB

9G

- Cyclable Haut Languedoc  
+33 4 67 95 02 71  
+33 6 17 32 67 02

### LAMALOU-LES-BAINS

9G

- Sport et nature +33 6 70 54 63 21
- Cyclamalou +33 4 67 97 29 75  
vélos électriques / *Ebikes*

### BÉDARIEUX

11F

- Cycles horizon +33 4 67 95 34 25

## TROTTINETTE TOUT TERRAIN

*Downhill courses all-terrain scooters.*

## VÉLO CAROUX EN HAUT-LANUEDOC

7G

Marie-Paule GALY/GUIRAUD  
Station Service - 34390 MONS-LA-TRIVALLE  
+33 4 67 97 64 42 / +33 6 45 12 52 50  
WEB : [www.velo-caroux.fr](http://www.velo-caroux.fr)

## LANGUEDOC ÉVASION

7G

Base plein air - 34390 MONS-LA-TRIVALLE  
+33 6 13 08 18 13  
WEB : [www.languedoc-evasion.com](http://www.languedoc-evasion.com)  Trot Évasion  
Trotinette électrique TT, parcours avec moniteur  
*Electric all-terrain scooters accompanied outings*

## VOIE VERTE

La Voie Verte Passa Païs, ancienne ligne de chemin de fer reliant Bédarieux à Mazamet, permet de se déplacer en toute sécurité et de découvrir autrement le Parc Naturel Régional du Haut-Languedoc. Un topo-guide est à votre disposition dans les points d'accueil de l'OT.

*The Green Way Passa Païs, the old railway line between Bédarieux and Mazamet, it provides a key to discovering the Park of Haut-Languedoc on real human scale.*



# ACTIVITÉS AQUATIQUES

## CANOË

En Canoë, Kayak, location ou encadrement, à la journée ou sur 2/3 jours avec bivouac, suivez les méandres de l'Orb, fleuve qui alterne passages calmes et tumultueux pour le plaisir de tous.

*Canoeing, kayaking, rental or guided during the day or over 2/3 days with bivouac shelter, follow the meanders of the river Orb, a river alternating calm and tumultuous flows.*

## CANYON

Le canyoning est un mélange de marche en eau vive, de nage, de descente en rappel, de toboggan... C'est un moyen ludique de suivre le lit d'une rivière encaissée dans des lieux magnifiques et étonnants, quasiment inaccessibles autrement.

*Canyoning consists of a succession of walking in living water, swimming, abseiling, sliding on natural sides...*

## BAIGNADE SURVEILLÉE

Base de loisirs : Lunas <sup>11D</sup>

Piscines : Lamalou-les-Bains <sup>9F</sup> Bédarieux <sup>11F</sup>

St-Pons-de-Thomières <sup>4L</sup>

Baignade en milieu naturel : Lac de Jouarres <sup>3N</sup>

## CANOË TARASSAC

7G

Moulin de Tarassac - 34390 MONS

+33 4 67 97 74 64 / +33 6 73 08 28 20 | WEB : [www.canoe-tarassac.com](http://www.canoe-tarassac.com)

Location et encadrement - Plusieurs parcours tous niveaux

## GRANDEUR NATURE

9H

Location  
Chemin de la Roque - 34460 ROQUEBRUN

+33 4 67 89 52 90 - WEB : [www.canoeroquebrun.com](http://www.canoeroquebrun.com)

Location canoë - Parcours tout niveaux. Paddle sur plan d'eau

## BOL D'AIR, BULLE D'EAU

11F

Xavier GARAYT

Site de la Barque - 34600 BEDARIEUX

+33 6 71 68 88 53 | WEB : [www.boldair-bulledeau.fr](http://www.boldair-bulledeau.fr)

Location et encadrement canoë et paddle board

## SLAG'AVENTURES

Balade guidée en canoë et kayak avec dégustation de produits locaux sur le lac d'Avène, Salagou et Étang de Thau.

+33 7 84 91 97 77 | WEB : [www.slag-aventures.fr](http://www.slag-aventures.fr)

## ACROROC

8G

La Pomarède - 34390 SAINT-MARTIN-DE-L'ARÇON

+33 4 67 97 20 50 / +33 6 85 34 14 54 - WEB : [www.acroroc.com](http://www.acroroc.com)

## BOL D'AIR, BULLE D'EAU

Xavier GARAYT

1 Rue de la Chapelle St Firmin - Aigues vives - CABREROLLES

+33 6 71 68 88 53 - WEB : [www.boldair-bulledeau.fr](http://www.boldair-bulledeau.fr)

## TERRE LIQUIDE

7G

Arthur BREUZET & Tristan CREMONESE

Route des Gorges d'Heric - 34390 MONS-LA-TRIVALLE

+33 6 67 12 29 84 | WEB : [www.terreliquide.com](http://www.terreliquide.com)

Encadrement et location de matériel.

## AVENTURE 34

Giovanni FERRONE

7G

34390 MONS | +33 6 79 35 40 57 | WEB : [www.canyoning-speleologie.fr](http://www.canyoning-speleologie.fr)

## BOUÉE GONFLABLE / TUBING RIVER

### LANGUEDOC EVASION

7G

Base de plein air - 34390 MONS-LA-TRIVALLE

+33 6 13 08 18 13 | WEB : [www.languedoc-evasion.com](http://www.languedoc-evasion.com)

## PÊCHE / FISHING

### GUIDE SEBASTIEN SALAVIN

8G

60 allée du Château - 34390 COLOMBIÈRES-S/ORB

+33 4 67 95 62 58 / +33 6 12 78 91 85

WEB : [www.guide-peche-truite.com](http://www.guide-peche-truite.com)



©Olivier Octobre



# ACTIVITÉS ÉQUESTRES

## CENTRES ÉQUESTRES & ÂNE

Le secteur se découvre aussi au pas de l'âne de bât ou à cheval, petite balade ou grande chevauchée, des sentiers de l'Espinouse au Minervoies.

Demi-journée, stage, journée ou sur plusieurs jours avec bivouac, les prestataires organisent le parcours adapté.

*You can also discover the area with pack donkeys or with horses, little ride or long ride, tracks from the Espinouse to the Minervoies.*

### ECURIE DU PRADINAS

10B

Coralie AUGÉ  
Serviès - 34260 AVÈNE  
+33 6 33 83 71 80

Initiation, cours particulier, balade à cheval et poney, peinture sur poney, pension, élevage. Diplômé d'état.  
*Initiation, private lesson, walk...*

### PROPRIÉTÉ ST-MARTIN

12E

Linda RADURIAU  
34600 CARLENCAS +33 6 73 73 67 43  
WEB : [f](#) ProprieteStMartin

Cours, stages, balades autour de la nature, chevaux islandais et poneys. Pension, vacances à la ferme, travail individuel et personnalisé accueil personne avec handicap.  
*Training course, traineeships, walks around the nature, icelandic horses and ponies.*

### LE SPRING GARDEN

8G

Rosy BRONNER - Centre d'équitation  
Chemin du Prigoul  
34390 COLOMBIÈRES-S/ORB  
+33 9 88 28 55 42 / +33 6 14 23 15 34

Initiation, cours particuliers, balades à cheval et poney, pension élevage et débouillage éthologique.  
*Equestrian centre, initiation, private lessons, round trips on horse and pony, breeding and Colt starting.*

### MONTAGNES & GARRIGUES

11L

34210 FÉLINES-MINERVOIS  
+33 6 48 55 70 36  
WEB : [www.montagnesetgarrigues.com](#)

Balade à la journée ou sur plusieurs jours avec des ânes.  
*Donkey rides for half a day, during the day or over several days.*

### BALLADANES

11E

Pascal FONTENELLE  
Mas de Riols - 34260 LA-TOUR-S/ORB  
+ 33 6 72 15 51 54  
WEB : [www.balladanes.fr](#)

Grandes randonnées avec ânes de portage de 3 à 10 jours, Haut Pays d'Orb, Caroux - Donkey rides

### CENTRE EQUESTRE

9G

#### LES FRÈNES

Angélique BOCKSTAELE  
route du Poujol  
34240 LAMALOU-LES-BAINS  
+33 6 88 88 20 92  
@ [angeliquebockstaele34@gmail.com](mailto:angeliquebockstaele34@gmail.com)  
Balades ½ journée et journée, initiations et stages, hébergement sur place (tente).  
*Equestrian centre, round trips, initiation, traineeships...*

### ECURIES DES 4 VENTS

11D

Marion FERRERES  
Chemin de reirgardie - 34650 LUNAS  
+33 6 34 12 57 77  
WEB : [f](#) ecuries des 4vents  
Centre équestre, poney club, randonnées, stages vacances, pension, débouillage, travail du cheval difficile, équithérapie  
*Equestrian centre, pony club...*

### PONT DE CALMEL

4K

Aviva STEENBERGEN  
Pont de Calmel - RIEUSSEC  
+33 4 67 97 11 02 / +33 6 30 74 96 73  
WEB : [www.pontdecalmel.com](#)  
Cours, promenades et randonnées équestres, dans un cadre calme et familial. *Horse riding and lessons, in a quiet and home-like setting.*

### RANCH DE LA VALLÉE DE LA MARE

9E

Amor NOURI  
Route d'Andabre  
34610 ST-GERVAIS-SUR-MARE  
+33 6 75 37 54 20  
WEB : <http://cheval.caroux.free.fr>  
Balade à poney, seuls ou accompagnés, de 1h à 1 semaine (nuits en gîtes)  
*Hiking alone or with a guide, from 1h to 1 week, stay overnight in gîtes*

# ACTIVITÉS EN SUSPENSION

## ESCALADE

Caroux, Roc Rouge, Gorges de la Cesse... des voies d'escalade sont présentes sur tout le territoire. Rochers-école, voies équipées ou terrain d'aventure, il y en a pour tous les goûts !

*Caroux, Roc Rouge, Gorges de la Cesse... climbing routes available on the whole territory.*

## VIA FERRATA, VIA CORDA

La Via Ferrata est équipée de câbles et la Via Corda, de cordes. Les deux se pratiquent accompagné d'un guide et permettent une approche plus aisée de la montagne que l'escalade tout en conservant le côté panoramique et vertigineux.

*The Via Ferrata is equipped with cables and the Via Corda, with ropes. Both of them can be practised with a guide and is an easier approach than climbing without losing the dizzying, panoramic view.*

## SPÉLÉO

La spéléologie permet de découvrir un monde souterrain d'une grande richesse. Seul ou accompagné d'un guide, très ludiques, avec des passages étroits, concrétions accessibles à tous ou encore grands volumes, rivière souterraine, passages sur corde...

*Speleology a way to discover the subterranean wonderland (stalagmites, stalactites, eccentrics and blue aragonite). On your own or with a guide.*



### ACROROC

8G

La Pomarède - 34390 ST-MARTIN-DE-L'ARÇON  
+33 4 67 97 20 50 / +33 6 85 34 14 54  
WEB : [www.acroroc.com](http://www.acroroc.com)

Escalade, via ferrata, via corda, spéléo  
demi-journée ou journée enfants et adultes.  
*climbing, Via Ferrata, Via Corda, underground safari, half a day or over the day, children and adults.*

### BOL D'AIR, BULLE D'EAU

Xavier GARAYT

+33 6 71 68 88 53

WEB : [www.boldair-bulledeau.fr](http://www.boldair-bulledeau.fr)

Escalade, via ferrata, via corda, spéléo  
demi-journée ou journée enfants et adultes.  
*climbing, Via Ferrata, Via Corda*

### AVENTURE 34

Giovanni FERRONE

7G

34390 MONS-LA-TRIVALLE

+33 6 79 35 40 57

WEB : [www.canyoning-speleologie.fr](http://www.canyoning-speleologie.fr)

Escalade, via corda, spéléo - *climbing, Via Corda*

## GRIMPE ARBRE - ACCROBRANCHE

Saut de Tarzan, filets de pirates, tyroliennes... Évoluez d'arbre en arbre de manière ludique et sportive à la découverte de parcs accrobranche, activité de pleine nature originale et acrobatique... Ou tout simplement, profitez du paysage, du plaisir d'être au milieu des branches, le nez dans les feuilles et de ce moment suspendu, avec la grimpe d'arbres.

*Swing from branch to branch like Tarzan, pirate nets, Tyrolean traverses...*

*Come and have fun with family and friends and have some unforgettable moments.*

## ARBRACADABRANCHE

8G

La Pomarède - 34390 ST-MARTIN-DE-L'ARÇON

+33 4 67 97 20 50 / +33 6 04 18 68 45

WEB : arbracadabranche.com

9 parcours pour tous les niveaux.

*9 races for all levels*

## ARBRE ET AVENTURE 34

11F

Parcours Santé, Rte de Pézènes-les-Mines

34600 BÉDARIEUX - +33 6 95 59 90 77

WEB : www.arbreetaventure34.com

4 zones différentes, suivant l'âge et le niveau.

*4 different areas, depending on age and level*

## MONTAGNES ET GARRIGUES

1L

Benjamin BAUDET

34210 FÉLINES-MINERVOIS | +33 6 48 55 70 36

WEB : www.montagnesetgarrigues.com

Grimpe arbres, découverte, bivouac ou plus pour amateurs de sensations.

*Tree climbing, discover, bivouac shelter or for those who love adventure.*



Guide Le Caroux Escalades

Guide Escalades dans les massifs du Haut-Languedoc

En vente dans les offices de tourisme ou librairies

## SAUT À L'ÉLASTIQUE

Découvrez le saut à l'élastique. Que vous soyez adepte ou débutant, le spot du Viaduc de Boussagues est là pour vous faire frémir de plaisir. Priorité à la sécurité pour vous assurer des sauts de la meilleure qualité possible ! Une expérience unique !!

*Discover bungee jumping for all levels at the Viaduc de Boussagues. Feel the adrenaline rush during the fall!!*

## ELASTIC NATURAL BUNGEE

11E

Le 107 / Laurent BONICEL

Viaduc de LA-TOUR-SUR-ORB

+33 6 87 17 12 12 | WEB : www.le107.com

## VOL LIBRE

Passionnés par le vol et l'aviation, venez tenter l'expérience, encadrés par des professionnels et des bénévoles. Vol moteur (avion et ULM) ou aéromodélisme au calme en pleine nature.

*Passionate about flying and aviation, come try out, supervised by professionals and volunteers.*

## AÉRODROME DE BÉDARIEUX

11F

La Tour, chemin de St-Exupéry

34600 BÉDARIEUX +33 6 41 77 62 82

MAIL : [aeroclub@acbedarieux-grandorb.fr](mailto:aeroclub@acbedarieux-grandorb.fr)

## PARAPENTE

Parapentistes, le site de Montjoux, sur la commune de Dio vous attend. 3 décollages, un sans difficulté particulière et 2 décollages falaise parfois turbulents, il y en a pour tous les goûts !

*Paraglider, the site of Montjoux, in the municipality of Dio. 3 Takeoffs, on easy one and cliff takeoffs, sometimes turbulent, there is something for everyone.*

## LES AILES DE DIO

12D

34650 DIO-ET-VALQUIÈRES - [f](https://www.facebook.com/aillesdedio) aillesdedio

Cantou Eric (Hérault-Parapente)

+33 6 63 15 11 23 | MAIL : [eric.cantou@gmail.com](mailto:eric.cantou@gmail.com)

# VOTRE SEJOUR PLEINE NATURE

## LES MARCHEURS DU CAROUX

Séjours randonnées autour  
du Caroux ou du Caroux à la  
Méditerranée  
COMBES - Le Vernet  
+33 6 19 38 02 05  
www.lesmarcheursducaroux.com

## LANGUEDOC EVASION

Séjours colonies d'été,  
classes découverte  
MONS-LA-TRIVALLE  
Base de plein air  
+33 6 13 08 18 13  
www.languedoc-evasion.com

## BALLADANES

Séjours de randonnées  
avec un âne, de gîte en gîte  
ou en bivouac  
LA-TOUR-SUR-ORB  
Mas de Riols  
+ 33 6 72 15 51 54  
www.balladanes.fr

## SERVICES DE RÉSERVATIONS OT DU MINERVOIS AU CAROUX

Envie de séjour sportif multi activités ? notre service réservation peut vous l'organiser...  
**reservation@minervois-caroux.com | +33 4 67 97 06 65**



Office de Tourisme



Office de Tourisme



www.grandorb.fr



tourisme@minervois-caroux.com  
www.minervois-caroux.com

### BEDARIEUX 11F

1 rue de la République +33 4 67 95 08 79  
bedarieux@tourisme-grandorb.fr

### LAMALOU-LES-BAINS 9F

+33 4 67 95 70 91  
lamalouloubains@tourisme-grandorb.fr

### AVÈNE 10B

+33 4 67 23 43 38  
avene@tourisme-grandorb.fr



Ceilhes 10A • Hérépian 10F • Lunas 11D

St-Gervais-sur-Mare 10F

Villemagne l'Argentière 10F



### Roquebrun 9H

av. du Roc de l'Estang

### Olargues 7G

CEBENNA - av. du Champ des Horts

### Olonzac 3N

Square de la mairie

Les sports nature participent pleinement à l'activité économique locale. Une démarche Pôle de Pleine Nature, animée par le Pays Haut Languedoc et vignobles, a été engagée depuis 2017 avec pour objectif de fédérer l'ensemble des acteurs et établir une stratégie de développement local basée sur les APN.

Les communautés de communes **Grand Orb** et **Minervois au Caroux** soutiennent le projet et mènent des actions de développement : section sportive dans les établissements d'Olargues et de Bédarieux, création de falaise école, de via ferrata ou encore aménagement pour la pratique du canoë...

