



CYCLO

CIRCUIT 1

## En Terrefort



### Niveau : Moyen



Départ /arrivée :  
Saverdun –  
Allées Balouard



3 h / 3 h 30



56,5 km

## Une boucle du Tour de l'Ariège au départ de Saverdun

Au départ de Saverdun où vous pourrez visiter l'église Notre-Dame reconstruite en 1648, qui abrite les fresques du pape Benoît XII, ce circuit vous conduira dans des coteaux verdoyants à la découverte de paysages magnifiques.

Au détour des routes sinueuses, de petits villages nichés dans leur écrin de verdure vous attendent : Saint-Amans et son église du XIX<sup>e</sup> s., Lescousse et son presbytère, Saint-Michel, et l'horloge fléchée de son église ainsi que son parc animalier, Artigat et son église du XIX<sup>e</sup> s., le magnifique village du Carla-Bayle, patrie du philosophe Pierre Bayle, avec son musée et son point de vue exceptionnel, Le Fossat avec les ruines du château de Casteras, le Moulin de Beauregard, son église du XIV<sup>e</sup> s. à la façade fortifiée, Durfort avec les vestiges de son château du XIII<sup>e</sup> s. et son moulin. Ce circuit vous permettra de découvrir à perte de vue vallons et coteaux, éléments typiques de notre beau pays des Portes d'Ariège Pyrénées.



### Atouts

Découverte  
de petits  
villages nichés  
dans leur écrin  
de verdure.



CYCLO

CIRCUIT 1

En Terrefort



## Itinéraire

**Saverdun – Lescousse –  
Saint-Michel – Artigat –  
Le Carla-Bayle – Le Fossat –  
Justiniac – Saverdun**

A Saverdun, départ allées du Baulouard (derrière l'église), sur votre gauche, prenez la rue du Barry et la rue de la Côte. En prenant toujours à gauche et en montant vous arriverez sur la D436 petite route pittoresque dans les coteaux en direction de Saint-Amans.

Après être passé sur les hauts de Bonnac allez à droite par la D36 toujours en direction de Saint-Amans. Vous poursuivrez la D36 jusqu'à Lescousse où au carrefour avec la D626a vous continuerez tout droit toujours sur la D36 vers Saint-Michel.

1500 m après Saint-Michel vous prendrez à droite la D609 en direction d'Artigat. Vous emprunterez la descente boisée et sinueuse jusqu'à Artigat où vous couperez la D919 pour continuer votre route sur la D27b en direction du Carla-Bayle que vous atteindrez après une montée ardue jusqu'à la ferme Lacroix.

A la sortie du Carla-Bayle vous prendrez à droite la direction de Le Fossat par la D14 que vous laisserez plus loin en prenant la D614a, deuxième route sur votre gauche. Après une forte descente sur la vallée de la Lèze, vous arriverez au Fossat où vous couperez de nouveau la D919 pour prendre la D14 en direction de Saverdun.

A Tapio, vous prendrez à gauche la direction de Villeneuve-du-Latou par la D626a. Après 400 m reprenez sur la droite la D14 qui vous mènera, après une montée un peu raide, à proximité de Durfort puis jusqu'à Justiniac. Là vous prendrez, devant Loustalou, à gauche la D62 pour revenir à Saverdun en admirant les paysages des coteaux saverdunois.

*Circuit proposé par le Cyclo Club de Saverdun*

« Circuits non balisés empruntant des routes ouvertes à la circulation d'engins motorisés et/ou traversant des carrefours dangereux. Soyez prudents et respectez les règles du Code de la Route s'appliquant aux cyclistes (articles R.431-7 et suivants). »

*La vida, es coma  
una bicicleta,  
cal avançar  
per perdre pas  
l'equilibri.*

*La vie, c'est  
comme une  
bicyclette, il faut  
avancer pour  
ne pas perdre  
l'équilibre.*

(Einstein)

Traduction IEO Ariéja,  
ieoarieja.wordpress.  
com



Office de  
TOURISME  
DU PAYS DE PAMIERS

Office de  
Tourisme du  
Pays de Pamiers



Office de Tourisme  
intercommunal  
de Saverdun





CYCLO

CIRCUIT 2

## En Pays de Pamiers



### Niveau : Moyen



Départ / arrivée :  
Office de Tourisme  
de Pamiers



3 h / 3 h 30



49 km

## Une boucle du Tour de l'Ariège au départ de Pamiers

Avant d'enfourcher votre bicyclette, prenez une petite heure pour visiter Pamiers, patrie du célèbre compositeur Gabriel Fauré, particulièrement le quartier de la Cathédrale Saint-Antonin (portail XII<sup>es.</sup>), la Porte de Nerviau (1488), la Tour dite « de la Monnaie » (1419), l'ancien séminaire (XIX<sup>es.</sup>), le Palais de Justice (XVIII<sup>es.</sup>), l'ancien évêché (XVII<sup>es.</sup>), la chapelle du Carmel (XVII<sup>es.</sup>), l'église Notre-Dame-du-Camp (façade fortifiée du XIV<sup>es</sup> et portail du XII<sup>es</sup>), les vestiges du Mas Vieux Saint-Antonin (Abbaye de Caillou), les canaux qui ceignent la vieille ville et le magnifique parc municipal.

Vous partirez ensuite vers le village de Villeneuve-du-Paréage avec son église du XIX<sup>es.</sup>, Gaudiès et son château (XII<sup>es./XVIII<sup>es.</sup></sup>), Lapenne et sa surprenante Ferme aux Bisons, Teilhet avec le château de Roques et son église fortifiée, Vals et sa merveilleuse église rupestre du XI<sup>es.</sup> dont l'entrée est taillée dans la roche, Saint-Amadou et son église du XVII<sup>es./XVIII<sup>es.</sup></sup> au clocher fortifié, La-Tour du-Crieu et son église du XVIII<sup>es./XIX<sup>es.</sup></sup>. Un circuit agréable qui vous permettra de découvrir un patrimoine exceptionnel avec en toile de fond les Pyrénées Ariégeoises magnifiques en toute saison.



### Atouts

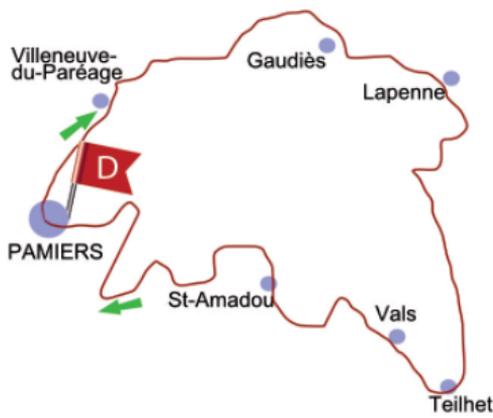
Magnifique point de vue sur la chaîne pyrénéenne.



CYCLO

CIRCUIT 2

En Pays de Pamiers



## Itinéraire

**Pamiers – Villeneuve du Paréage  
– Gaudiès – Teilhet – Vals – Saint-  
Amadou – La Tour-du-Crieu –  
Villeneuve-du-Paréage - Pamiers**

Au départ de Pamiers devant l'Office du Tourisme, en sortant du parking prenez de suite à gauche suivant le panneau « Toute direction ». Au prochain feu dirigez-vous vers la gare SNCF, arrivez jusqu'au Monument aux Morts et là prenez à gauche.

Lorsque vous serez face à la gare prenez à gauche. Au carrefour devant le cimetière prenez à droite la rue Jacques Ourgaud qui contourne le cimetière. Au stop, prenez tout droit la route de Villeneuve-du-Paréage. Passez la voie ferrée et 200 m après tournez à gauche en direction de Bouchonne. Passez sous le pont de la voie rapide puis sur le pont de l'autoroute. En arrivant au carrefour avec le panneau Mérens prenez à droite vers Villeneuve-du-Paréage. Dans ce village allez tout droit et à gauche au deuxième croisement en direction de Cantegril (élevage) où vous poursuivrez par le même chemin jusqu'à Crieu.

Après 2 km vous rejoindrez la D414 que vous prendrez à droite en direction de Gaudiès. Au croisement avec la D11, continuez tout droit jusqu'à Gaudiès. Au bout de la place prenez à droite au bord de l'Hers jusqu'au D430. Tournez à gauche et franchissez l'Hers en direction de Belpèch que vous abandonnerez au croisement suivant où vous poursuivrez à droite jusqu'à la D306. Là vous prendrez à droite pour rejoindre la D6. Prenez celle-ci sur la gauche en direction de Teilhet. A la sortie de ce village vous irez à droite sur la D40, le long de la vallée de l'Hers, vers Vals, que vous traverserez.

Par la D40 vous allez rejoindre Font Communal où à la sortie, à 250 m au croisement, vous prendrez à droite (ancienne voie ferrée de Pamiers à Mirepoix) qui vous conduira à St-Amadou. Vous longerez une « ferme » de panneaux photovoltaïques. Sur la place de St-Amadou prenez à gauche la D129 en direction de La Tour-du-Crieu. Tout droit après le rond-point de La Tour-du-Crieu, prenez à droite la direction de Villeneuve-du-Paréage par la D29 que vous abandonnerez au croisement avec la D1 pour prendre celle-ci sur la gauche en direction de Pamiers. Un dernier passage sous la voie rapide (RD820) vous permettra un retour à votre point de départ de Pamiers.

*Circuit proposé par l'ACA Cyclo de Pamiers*

« Circuits non balisés empruntant des routes ouvertes à la circulation d'engins motorisés et/ou traversant des carrefours dangereux. Soyez prudents et respectez les règles du Code de la Route s'appliquant aux cyclistes (articles R.431-7 et suivants). »



Office de  
TOURISME  
DU PAYS DE PAMIERS

Office de  
Tourisme du  
Pays de Pamiers



Office de Tourisme  
intercommunal  
de Saverdun



Sus la bicicleta,  
la pluèja de la  
tador es mai  
freda que la  
pluèja d'estiu,  
mas al mens es  
normala.

*En vélo, la pluie  
d'automne est  
plus froide que la  
pluie d'été, mais  
au moins elle est  
normale.*

Traduction IEO Ariéja,  
ieoarieja.wordpress.  
com



CYCLO

CIRCUIT 3

## De plaines et de coteaux



### Niveau : Moyen



Départ /arrivée :  
Saverdun –  
Allées Balouard



3 h / 3 h 30



42 km

## Un patrimoine, une rivière

Ce circuit à partir de Saverdun, chemine de plaines en coteaux. Il vous conduira à Mazères, bastide médiévale du XIII<sup>e</sup>s., à Montaut, village fortifié construit sur une butte, à Bonnac, cité au XIII<sup>e</sup>s., bordé par l'Ariège, à Saint-Amans, petit village du Terrefort. Vous redescendrez ensuite sur Saverdun par une route tranquille qui traverse les champs cultivés et les prairies où paissent vaches et moutons. Un circuit où les bosses durcissent les mollets pour le plaisir des paysages à découvrir.



### Atouts

Découverte  
de la Bastide  
médiévale  
de Mazères.

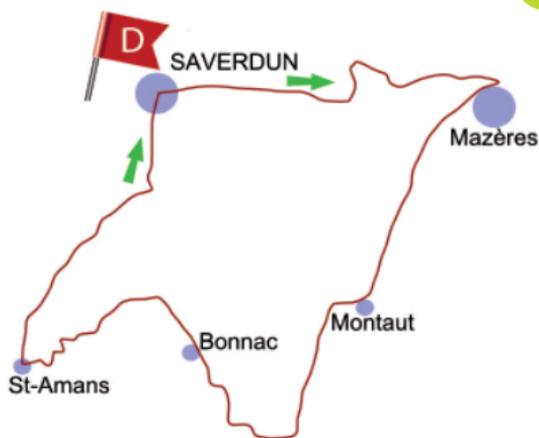




CYCLO

CIRCUIT 3

De plaines et de coteaux



## Itinéraire

**Saverdun - Mazères - Montaut - Villeneuve-du-Paréage - Trémège - Bonnac - Saint-Amans - Saverdun**

De Saverdun, derrière l'église, allées du Balouard, prenez à gauche la rue « Porte du Bois » en direction de Pamiers, puis tournez au croisement à droite. Après le pont qui enjambe l'Ariège, arrivez

jusqu'au rond-point de la caserne des pompiers en direction de Calmont par la D214.

Traversez le passage à niveau, continuez puis tournez à droite après le pont de la voie rapide direction Mazères par la D514.

Arrivez sur la D29a, prenez à gauche. 1 km plus loin, à droite, suivez le panneau « La Grangette » qui vous amène par une route calme à Mazères.

De Mazères, prenez à droite la D624 direction Pamiers.

Au giratoire de l'Etoile, suivez Montaut que vous aborderez par une douce côte. Ensuite poursuivez par la droite, direction Le Vernet/Pamiers par la D130.

Au croisement avec la D29 prenez à gauche jusqu'à Villeneuve-du-Paréage. Dans Villeneuve-du-Paréage tournez à droite direction Avenue Marcel Cerdan/Vergers du Touronc. Poursuivez tout droit direction Trémège.

Passez sur le pont de l'autoroute.

A Trémège, après le passage à niveau, prenez à droite jusqu'à la RD820 que vous franchissez avec prudence. Prenez la D36 qui vous fera traverser Bonnac pour attaquer une côte de 2 km exigeante. Restez sur la D36 jusqu'à Saint-Amans.

A Saint-Amans, tournez à droite et suivez la D136 jusqu'à Saverdun.

*Circuit proposé par le Cyclo Club de Saverdun*

« Circuits non balisés empruntant des routes ouvertes à la circulation d'engins motorisés et/ou traversant des carrefours dangereux. Soyez prudents et respectez les règles du Code de la Route s'appliquant aux cyclistes (articles R.431-7 et suivants). »

Se le vielhum es un naufragi, la bicicleta es l'un dels mai segurs mejans d'evitar le naufragi

*Si la vieillesse est un naufrage, la bicyclette est l'un des plus sûrs moyens d'éviter le naufrage*

(Raymond Poulidor).

Traduction IEO Ariéja, ieoarieja.wordpress.com



Office de  
TOURISME  
DU PAYS DE PAMIERS

Office de  
Tourisme du  
Pays de Pamiers



Office de Tourisme  
intercommunal  
de Saverdun





CYCLO

CIRCUIT 4

Podaguès n°1 un avant goût du terrefort



## Nature, patrimoine et légende

### Niveau : Moyen



Départ /arrivée :  
Office de Tourisme  
de Pamiers



2 h 30 / 3h



51 km

Au départ de Pamiers, ce circuit vous mènera à travers vallons et coteaux où à perte de vues prairies et cultures se partagent le paysage. Vous traverserez le très beau village circulaire médiéval de St-Martin-d'Oydes qui mérite une halte. Ses maisons avec couverts sont construites, toutes attenantes, en ellipse autour de son église. N'hésitez pas également à découvrir la source miraculeuse de Saint-Anastase, patron de la paroisse, qui selon la croyance populaire a la propriété de guérir les fièvres !

Un beau périple où nature, patrimoine et légende agrémenteront l'effort sportif.



### Atouts

Découverte  
du très beau  
village  
circulaire  
médiéval  
de St-Martin-  
d'Oydes.

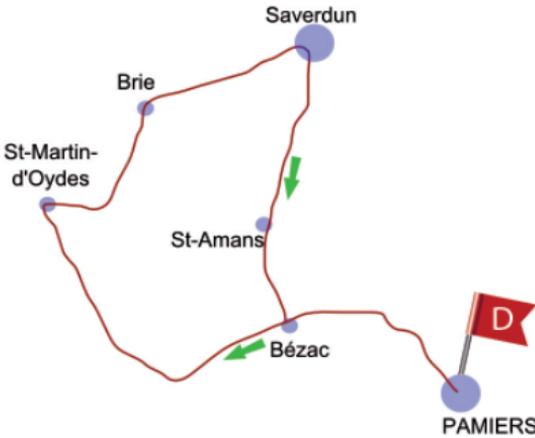




CYCLO

CIRCUIT 4

Podagüès n°1 un avant goût du terrefort



## Itinéraire

**Pamiers – Bézac – Saint-Martin-d'Oydes – Brie – Saverdun – Saint-Amans – Bézac – Pamiers**

A l'Office de Tourisme de Pamiers, suivez le panneau « Toute direction » en longeant le canal qui ceinture la vieille ville.

Au premier feu tricolore, suivez

direction Saverdun. Après l'Esplanade de Milliane (avec les platanes) au feu prenez à gauche, direction Escosse par la D119. Restez sur la D119 jusqu'au croisement avec la D626A que vous emprunterez sur votre droite pour vous rendre à Saint-Martin-d'Oydes.

A Saint-Martin-d'Oydes devant le château, prenez à droite la D27A jusqu'à Brie. Traversez le village et à la sortie prenez à droite le D14 jusqu'à Saverdun.

Vous arriverez à Saverdun après avoir gravi une petite côte. A la fin de la descente au Stop devant les écoles, vous empruntez à droite la rue du Buguet qui se prolonge par la D336 et qui vous conduira à Saint-Amans. Vous atteindrez Saint-Amans au terme d'une montée courte mais sévère. Au carrefour, à l'entrée de Saint-Amans, continuez tout droit direction Bézac.

A l'intersection de la D336A/D119, tournez à gauche pour revenir à l'Office de Tourisme de Pamiers par l'itinéraire que vous emprunterez en sens inverse.

*Circuit proposé par l'ACA Cyclo de Pamiers*

« Circuits non balisés empruntant des routes ouvertes à la circulation d'engins motorisés et/ou traversant des carrefours dangereux. Soyez prudents et respectez les règles du Code de la Route s'appliquant aux cyclistes (articles R.431-7 et suivants). »

Contràriament a çò que se passa en veitura, que le paisatge se dona a veïre e non pas a èsser, a bicicleta soi sietat dedins »

« *Contrairement à ce qui se passe en voiture, où le paysage se donne à voir et pas à être, à vélo je suis assis dedans* » (Paul Fournel)

Traduction IEO Ariéja, [ieoarieja.wordpress.com](http://ieoarieja.wordpress.com)



Office de  
TOURISME  
DU PAYS DE PAMIERS

Office de  
Tourisme du  
Pays de Pamiers



Office de Tourisme  
intercommunal  
de Saverdun





CYCLO

CIRCUIT 5

Podaguès n°2 entre Ariège et Haute-Garonne



**Niveau : Moyen non débutant**



Départ /arrivée :  
Office de Tourisme  
de Pamiers



4 h / 4 h 30



75 km

## Beau périple de plaines et de coteaux

Au départ de Pamiers, ce circuit dans sa première partie vous mènera à la découverte de notre belle plaine d'Ariège et de son damier coloré de cultures. La deuxième partie empruntera les petites routes sinueuses de nos coteaux vous offrant au sommet de magnifiques points de vue sur les Pyrénées. Les nombreux villages traversés vous inviteront à des haltes reposantes au pied de belles églises ou sur des placettes ombragées. N'hésitez pas à engager la conversation avec les habitants, ils se feront une joie de partager avec vous la grande histoire de leur patrimoine ou la petite histoire de leur coin de terre. 75 km pour un parcours où le plaisir des yeux rendra l'effort sportif des plus agréables.



### Atouts

Découverte  
des deux  
caractéristiques  
de notre  
territoire :  
la plaine et  
les coteaux.





CYCLO

CIRCUIT 5

Podaguès n°2 entre Ariège et Haute-Garonne



## Itinéraire

**Pamiers - Villeneuve-du-Paréage -  
Montaut - Mazères - Calmont - Cintegra-  
belle - Saint-Quirc - Lissac - Saverdun  
- Brie - Unzent - Lescousse - Pamiers**

A l'Office de Tourisme de Pamiers, suivez le panneau « Toute direction ». Au feu tricolore, prenez à droite direction Belpech. Après le passage à niveau suivez les panneaux A66-Toulouse. Vous traverserez ainsi la zone d'activités du Pic par l'avenue de la Rijole.

Au premier rond-point, prenez « Toutes directions », puis continuez direction Villeneuve-du-Paréage. Au Stop de Villeneuve-du-Paréage, continuez tout droit sur la D29 jusqu'au carrefour avec la D130 que vous prendrez à droite pour arriver au village panoramique de Montaut.

Au centre du village, juste après le croisement avec la D414 qui conduit à Gaudiès, vous tournez à droite et vous passerez devant le cimetière. Au bas de la descente poursuivez tout droit sur la longue ligne droite. Au carrefour de l'Etoile, tournez à droite pour vous rendre à Mazères. A Mazères suivez les panneaux Calmont que vous rejoindrez par la D11, qui devient D35 en entrant dans le département de la Haute-Garonne. A Calmont, au feu, allez tout droit pour vous rendre à Cintegabelle. Passez Cintegabelle en suivant les panneaux Gaillac-Toulza. Après le pont qui enjambe l'Ariège, gardez la direction Gaillac-Toulza. Au Stop, poursuivez en face sur la D25M en gardant toujours la direction de Gaillac-Toulza. Au Stop du croisement de la D25M et D27, tournez à gauche pour vous rendre à Saverdun en traversant les villages de Saint-Quirc, où se trouve le sentier de randonnée « l'arbre chanteur » avec ses plantations d'eucalyptus et Lissac. A Saverdun, au Stop de la Gendarmerie, prenez à droite centre-ville jusqu'au sens interdit. Vous tournerez à droite pour vous rendre à Brie par la D14. Traversez Brie et à l'intersection de la D14 et D427, tournez à gauche pour aller à Unzent. Après Unzent au croisement de la C2 avec la D36, tournez à droite pour rejoindre Lescousse. A Lescousse, continuez sur « Toute direction ». Au croisement de la D36/D626A, prendre à gauche pour rejoindre Pamiers. A l'entrée de Pamiers, après le pont métallique sur l'Ariège, suivez les panneaux « Toute direction » ou « Office de Tourisme » pour revenir à votre point de départ.

*Circuit proposé par l'ACA Cyclo de Pamiers*

« Circuits non balisés empruntant des routes ouvertes à la circulation d'engins motorisés et/ou traversant des carrefours dangereux. Soyez prudents et respectez les règles du Code de la Route s'appliquant aux cyclistes (articles R.431-7 et suivants). »

Cal totjorn conèixer les limits del possible, pas per s'arrèstar mas per riscar l'impossible dins las melhoras condicions

« Il faut toujours connaître les limites du possible, pas pour s'arrêter mais pour tenter l'impossible dans les meilleures conditions ».

(R. Gary)

Traduction IEO Ariège, ieoarieja.wordpress.com



Office de  
Tourisme du  
Pays de Pamiers



Office de Tourisme  
intercommunal  
de Saverdun





CYCLO

CIRCUIT 6

## Circuit du Col de Calzan



**Niveau : Facile -**  
1 difficulté à mi-parcours



Départ /arrivée :  
Office de Tourisme  
de Pamiers



3 h / 4 h



60 km



### Atouts

Découverte  
du patrimoine  
lié à l'eau de  
St-Amadou.

## Entre nature et petits villages

Au départ de Pamiers, ce circuit vous mènera dans sa première partie dans la belle plaine de la rivière l'Hers avec en toile de fond une vue superbe sur la chaîne Pyrénéenne. Vous traverserez le village de St-Amadou où le petit patrimoine lié à l'eau a été mis en valeur par un sentier pédestre d'interprétation. N'hésitez pas à vous arrêter dans ce village, ses habitants y sont très fiers de leur histoire qu'ils vous feront partager avec plaisir. Le reste de votre périple vous entraînera vers le col de Calzan qui sans rivaliser avec les grands cols pyrénéens vous permettra de tester l'endurance de vos mollets. Au retour, la traversée de La Tour-du-Crieu et de Villeneuve-du-Paréage vous permettra de contempler leurs très belles églises.

Un beau périple pour les amoureux de nature paisible et de petits villages pleins de charme.





CYCLO

CIRCUIT 6

## Circuit du Col de Calzan



## Itinéraire

**Pamiers – Georges – Gaudiès – Trémoulet – La Bastide-de-Lordat – Saint-Amadou – Vira – Calzan – Saint-Félix-de-Rieutord – Verniolle – La Tour-du-Crieu – Villeneuve-du-Paréage – Pamiers**

A l'Office de Tourisme de Pamiers, suivez le panneau « Toute direction ». Au feu tricolore, prenez à droite direction Belpech. Après le passage à niveau poursuivez tout droit sur la D11, toujours en direction de Belpech. Après 12 km sur la D11, à l'intersection avec la D414, tournez à droite pour vous rendre à Gaudiès. 600 m après Gaudiès,

au croisement avec la D430, poursuivez à droite pour vous rendre à La Bastide-de-Lordat. Laissez Pinet sur votre droite et traversez Trémoulet. Vous arrivez à La Bastide-de-Lordat par une côte très courte. Continuez tout droit sur la D30 pour vous rendre à Saint-Amadou. A Saint-Amadou, restez sur la D30, direction Les Pujols. Au panneau fin de village, tournez à gauche. Vous roulez sur l'ancienne voie de chemin de fer pendant 1,5 km. Au carrefour continuez tout droit (en face) en suivant la direction du lieu-dit « Lourdes » indiqué sur un petit panneau. Après 1,8 km, vous arriverez au Stop de la D119. Traversez la D119 et vous vous rendez à Vira par la D12.

Juste après le panneau indiquant l'entrée de Vira, prenez à droite et immédiatement après à droite encore. Après avoir roulé 800 m, vous récupérez sur votre droite la D48 pour vous rendre à Calzan. Au pont à l'entrée de Calzan début du Col de Calzan (472 m) montée sévère de 12 km. Au bas du col, prenez à droite la D10, direction Pamiers. A Saint-Félix-de-Rieutord restez sur la D10, toujours direction de Pamiers pour vous rendre à Verniolle. Entrez dans Verniolle, place de l'Eglise tournez à droite pour rejoindre La Tour-du-Crieu par la D29. A La Tour-du-Crieu, au rond-point de l'Eglise, tournez à gauche et immédiatement après à droite pour vous rendre à Villeneuve-du-Paréage toujours sur la D29. Vous passerez devant le quartier Beaumont qui abrite le 1er RCP après le carrefour de Villeneuve-du-Bosc. A Villeneuve-du-Paréage, tournez à gauche, et puis encore à gauche pour laisser sur votre droite la D29. Vous sortirez de Villeneuve-du-Paréage par l'avenue du Plantaurel et vous reviendrez à Pamiers par la Zone d'Activités de Pic que vous traverserez par l'Avenue de la Rijole. Au Stop, prenez à droite, après le passage à niveau suivez centre ville et au feu prenez à gauche pour revenir à l'Office du Tourisme, point de départ du circuit.

*Circuit proposé par l'ACA Cyclo de Pamiers*

« Circuits non balisés empruntant des routes ouvertes à la circulation d'engins motorisés et/ou traversant des carrefours dangereux. Soyez prudents et respectez les règles du Code de la Route s'appliquant aux cyclistes (articles R.431-7 et suivants). »

Es piòt de pujar una còsta a bicicleta quand basta de se revirar per la davalari.

*Il est idiot de monter une côte à bicyclette quand il suffit de se retourner pour la descendre*

(Pierre Dac).  
Traduction IEO Ariéja,  
ieoarieja.wordpress.com

Office de  
TOURISME  
DU PAYS DE PAMIERSOffice de  
Tourisme du  
Pays de PamiersOffice de Tourisme  
intercommunal  
de Saverdun