



Départ : SEIX  
 Arrivée : SEIX  
 Circuit : 1 journée  
 Distance : 66 km  
 Praticable : de mai à novembre  
 Public : toute la famille

**A découvrir...** la cité gallo-romaine, la cathédrale et le cloître romans, l'architecture et le passé remarquables de ces lieux - les savoir-faire oubliés et les traditions locales.

### Zoom sur... Saint-Lizier



► Desmi  
votre guide en  
Haut-Couserans

Cette cité, située sur le circuit des «chemins pyrénéens de l'Art Roman», est également une étape sur le Chemin de Saint Jacques de Compostelle. Un passé de plus de 2000 ans à explorer à travers, notamment, une Pharmacie du XVIIIe siècle parfaitement conservée dans l'Hôtel-Dieu et le Trésor des Evêques présentant un ensemble d'orfèvrerie de grande valeur.

### Curiosité : La Grange de Bamalou

Découvrez un véritable écomusée du fromage retraçant l'histoire fromagère de la vallée de Bethmale. Vous pourrez peut-être participer vous-même à la fabrication d'un fromage de montagne dont le fameux Bethmale de vache au lait cru. La boutique gourmande vous accueillera pour une dégustation et une découverte de produits du terroir.



## A LA DECOUVERTE DU COUSERANS

## CIRCUIT...

**D**Départ: **SEIX****1****SAINT GIRONS**

Sortie de Seix direction Saint-Girons (D17 puis D618).

**2****SAINT LIZIER**

Sortie de Saint-Girons direction Saint-Lizier (D618).

Au Pays des traces

Tel: 05 61 66 47 98

L'Hôtel-Dieu, Le Cloître

**3****CASTILLON-EN-COUSERANS**

Revenir sur Saint-Girons et prendre la direction de Moulis,

Castillon-en-Couserans (D618).

La Grange de Bamalou (écomusée du fromage)

Tel: 05 61 04 45 35

**4****BETHMALE**

Direction Les Bordes-sur-Lez puis prendre à gauche direction Bethmale (D417). Le lac de Bethmale

Les Sabots de Bethmale

Tel: 05 61 96 78 84 ou 05 61 96 74 39

**5****SEIX**

Par le Col de la Core (D17). Château, centre d'interprétation du patrimoine

### Le matin

De Seix, partez pour Saint-Girons. Arrivez en ville, promenez-vous dans les rues pavées et admirez l'architecture de l'église romane de Saint-Valier.

A peine à 1km de là, continuez votre voyage dans l'histoire gallo-romaine de Saint-Lizier, classé « plus beau village de France ». Découvrez alors le Cloître et la Cathédrale, inscrits au patrimoine mondial par l'UNESCO en tant que jalons principaux de la route de Saint Jacques de Compostelle.

### L'après-midi

Partez pour Castillon-en-Couserans par la D618 où vous pouvez visiter l'écomusée du fromage et connaître tout les secrets de fabrication du fromage de montagne.

Prenez ensuite la direction de Bethmale par la D417 où vous pouvez emprunter le sentier qui fait le tour du lac. A voir également l'atelier d'un des derniers sabotiers de France. Il utilise des essences de noyer, de hêtre ou de bouleau pour ses sabots, qui symbolisent une légende de la vallée de Bethmale...

Rentrez ensuite à Seix par le Col de la Core et profitez d'un point de vue époustouflant sur le Haut-Salat.

**Où manger :** Tables et coins pique-nique / Restauration – Liste sur demande à l'Office de Tourisme.

**Informations complémentaires :** • Office de Tourisme du Haut-Couserans : 05 61 96 00 01

• Office de Tourisme de Saint-Girons : 05 61 96 26 60 • Office de Tourisme de Saint-Lizier : 05 61 96 77 77



Office de Tourisme du Haut-Couserans  
05 61 96 00 01 - [www.haut-couserans.com](http://www.haut-couserans.com)

*Pays Couserans,  
L'île des Pyrénées !*



Réalisation : LABREY COMMUNICATION 06 07 58 59 65 - Photos : Bleu, Larray, Cariras, Bourneon