

Tous les jours sur 100% 3 idées balades 02 aout

Direction le Gers

Mauvezin et les charmes du Gers

Tôt le matin, profiter des premiers rayons du soleil sur les sentiers et savourer le calme.

Véritable place forte dès le XIII^e siècle, Mauvezin s'est doté d'un charme naturel qui traverse les siècles. Aujourd'hui on visite sa région, on file jusqu'aux hameaux de Lamothe et son Château, pour revenir sur nos pas par Herre-Lèbé et la Bourdette, le tout sur une portion de route bitumée que vous apprécierez lors de cette balade (2h25 environ) à travers la campagne Gersoise sur 7,5 kilomètres.

Direction le Tarn

Pour une Balade à vélo dans les vignes et la forêt Gaillacoise.

Entre plateaux viticoles et forêts, Vous zig-zaguerez à travers les vignes et les forêts notamment la grande forêt de Sivens. Vous partirez de Saint Cécile d'Avès sur la route de Montauban, direction Grisou la combe de Rescou. Passage à Montaigut puis La Borie Vieille où vous serez en direction de la forêt de Sivens via Saint Etienne de Vignan. Une fois arrivée, vous profitez de la quiétude de ce lieu et des nombreux chemins pour repartir en direction de Coudougnac. Passage à Saint Salvy de Coutens pour revenir à travers champs et vignes.

Direction la Lozère

Découverte de la Cascade de Runes et petite boucle aux alentours

Depuis le Pont-de-Montvert-Sud-Mont-Lozère

Vivez le contraste de la nature dépouillée et du bouillonnement de cette Cascade.

Cette balade lozérienne (2h45 environ) est une découverte au cœur d'un patrimoine naturel autour du village de Runes. Au pied du Mont-Lozère, le parcours arpente tout d'abord le Chemin Rouch qui permet de profiter de beaux points de vue. On revient ensuite au village pour un rapide aller-retour à la magnifique cascade de Runes et ses quatre sauts successifs.

Par froid persistant, en hiver, elle devient même le théâtre de l'escalade sur cascade de glace !