

**Tous les jours sur 100% radio Les 3 idées balade 16 juillet 2024**

Direction les hautes Pyrénées

**Rien de tel qu'une Balade au Pont d'Espagne avec son miroir naturel du lac de Gaube**

Depuis Cauterets en direction le Parc national des Pyrénées, au sud du centre-bourg de Cauterets, pour une petite randonnée au départ du Pont et en direction du lac. Dans des paysages montagnards à la fois sublimes et apaisants, on traverse d'abord de belles forêts verdoyantes avant de déboucher sur le trésor lacustre. De là une pause s'impose en se reposant au bord de l'eau, voire en dégustant un bon pique-nique avec une vue resplendissante sur ce véritable miroir naturel. La fin de ce périple se déroule dans des paysages semi-ouverts entre prairies et lisière de forêt, pour encore plus varier les plaisirs !

Direction le Tarn et Garonne

**Avec le Sentier de Livron et haut-lieu chargé d'histoire**

Se poser quelques instants devant la cascade pétrifiante, un site naturel rare et préservé.

Très belle balade à Saint-Pierre-de-Livron, une charmante bourgade située à quelques pas de Caylus dans le Tarn-et-Garonne. Le parcours du jour nous fait découvrir toutes les richesses locales, qu'elles soient naturelles, patrimoniales ou historiques. Vous débuterez l'itinéraire avec un peu de fraîcheur sur ce site naturel exceptionnel ; On atteint ensuite assez vite le GR® 46, un sentier de Grande Randonnée qui relie Tours à Toulouse. Ce petit bout de chemin nous permet de découvrir par la suite le sanctuaire de Notre-Dame de Livron, un lieu chargé d'histoire et autrefois très fréquenté par les pèlerins. On termine ce périple en faisant un court aller-retour au château de Mondésir, avant de rejoindre notre point de départ.

Direction l'Aude

**Avec un parcours du cœur à Carcassonne**

Jee vous propose cette jolie promenade d'1h45 sur le parcours dans Carcassonne qui suis les berges de l'Aude. Vous pourrez profiter de jeux de sport, d'une belle vue sur la cité de, de l'eau quasiment tout le long, un petit arrêt pour voir des animaux. Il y a une aire de pique-nique et des robinets

également. Ça plaira forcément à toute la famille . C'est une promenade facile, tout est à plat.