Dossier de Presse

Expériences de Voyages : City Trips

Occitanie
Sud de France

OPERA - COMEDIE
TRAGEDIE

Occitanie
Sud de France

2ÈME PLUS VASTE RÉGION DE FRANCE
plus vaste que l'Irlande avec 13 départements

8 SITES INSCRITS AU PATRIMOINE MONDIAL PAR L'UNESCO :
Le canal du Midi, Gavarnie - Mont perdu, les Chemins de Saint-Jacques-de-Compostelle, la Cité épiscopale d'Albi, les Causses et les Cévennes, le Pont du Gard, la Ville fortifiée historique de Carcassonne, les Fortifications de Vauban (Villefranche-de-Conflent et Mont-Louis)

2 PARCS NATIONAUX

1 PARC NATUREL MARIN

7 PARCS NATURELS RÉGIONAUX

44 STATIONS DE SPORT D'HIVER

40 GRANDS SITES OCCITANIE SUD DE FRANCE
Agde-Pézenas, Aigues Mortes - Camargue Gardoise, Albi, Vallée du Tarn, Armagnac Abbaye et Cités, Auch, Aux sources du Canal du Midi, Bastides et Gorges de l'Aveyron, Cahors - Vallée du Lot, Canal du midi - Béziers, Carcassonne et les Citadelles du Vertige, Cévennes, Cirque de Navacelles - Lodève - Pays Viganais, Collioure en Côte Vermeille, Conques, Cordes sur Ciel et les Cités Médiévales, Figeac, Vallées du Lot et du Célé, Foix Montségur, Cités médiévales, Gavarnie - Cauterets Pont d'Espagne, Gorges de l'Hérault, Gorges du Tarn, La Grande Motte, Lourdes, Luchon, Marciac, Massif du Canigó - Pays Catalan, Mende Cœur de Lozère, Millau-Roquefort - Sylvanès, Moissac Lauzerte Auvillar, Montauban, Narbonne Méditerranée, Niaux - Mas d'Azil, Pyrénées Préhistoriques, Nîmes - Pont du Gard- Uzès, Perpignan Méditerranée, Pic du Midi, Pyrénées Aure Louron, Rocamadour - Vallée de la Dordogne, Rodez, Saint-Bertrand-de-Comminges Valcabrère, Sète, Toulouse.

28 ÉTABLISSEMENTS THERMAUX

220 KILOMÈTRES DE CÔTE MÉDITERRANÉENNE

+ DE 50 PORTS DE PLAISANCE

City Trips

Toulouse et Montpellier, les deux métropoles d'Occitanie, se prêtent parfaitement aux city trips et foisonnent de sites à découvrir et d'activités insolites qui vous laisseront des souvenirs inoubliables. Avec tout un réseau d'autres villes à taille humaine, l'Occitanie vous offre le meilleur du tourisme urbain. Une fois vos valises posées, laissez-vous guider, en suivant, à votre guise, nos propositions d'expériences à vivre « clé en main » ...

www.tourisme-occitanie.com/experiences-en-occitanie
(Rubrique VILLE)

TOULOUSE (HAUTE-GARONNE) 6

UNE JOURNÉE D'ESCAPADE AU DÉPART DE TOULOUSE

A MONTAUBAN (TARN-ET-GARONNE) 10

A CARCASSONNE (AUDE) 12

A ALBI (TARN) 13

A AUCH (GERS) 14

A CAHORS (LOT) 15

A RODEZ (AVEYRON) 16

MONTPELLIER (HÉRAULT) 17

UNE JOURNÉE D'ESCAPADE AU DÉPART DE MONTPELLIER

A NÎMES (GARD) 20

A BÉZIERS (HÉRAULT) 21

A NARBONNE (AUDE) 22

A PERPIGNAN (PYRÉNÉES-ORIENTALES) 23

4ème région touristique de France

avec
15,9
MILLIARDS
de consommation touristique

et
96 500
EMPLOIS
touristiques salariés

soit
10%
du PIB régional

1ère capacité d'accueil touristique de France

avec
3,3
MILLIONS
de lits

près de
26,3
MILLIONS
de nuitées en hôtellerie de plein air
(1er rang national)

16,3
MILLIONS
de nuitées en hôtellerie
(4ème rang français)

1ère région pour la fréquentation touristique française

3ème région pour la fréquentation touristique étrangère

30
MILLIONS
de visiteurs par an

Nuitées étrangères principaux marchés
(hôtels + campings)

1ère destination thermale de France

avec
188 000
curistes environ

soit près de
1/3
du marché national
du thermalisme

Sources : SDT Sofres – DGE, Banque de France, enquête EVE – INSEE, Direction du Tourisme Région Occitanie – Acoss/Urssaf

Toulouse
(Haute-Garonne)

480 000 HABITANTS
www.toulouse-tourisme.com

UNE AVENTURE SCIENTIFIQUE À PARTAGER EN FAMILLE

A Toulouse, capitale de l'aéronautique et du spatial, la curiosité n'est pas du tout un vilain défaut ! Petits et grands sont invités à vivre l'aventure avec un grand A.

Comme Thomas Pesquet, les yeux tournés vers les étoiles, les enfants enfileront une tenue d'astronaute à la Cité de l'espace et débuteront une journée riche en émotions. Ils y découvriront la Cité des petits, participeront à des expériences interactives et s'extasieront aux expositions temporaires ou aux spectacles de la salle Imax et du Planétarium.
www.cite-espace.com

En revenant sur Terre, les explorateurs du ciel auront la chance de monter à bord d'avions de légende au sein du musée Aéroscopia (Concorde, Caravelle, Super Guppy, A400M et bien sûr le célèbre géant des airs, l'A380) tandis qu'à deux pas, les Ailes anciennes transporteront petits et grands dans leur incroyable univers aéronautique marqué, en 2020, par 40 ans de passion.
www.musee-aeroscopia.fr
www.aatlse.org

A l'Envol des Pionniers, sur le site historique de la Piste des géants, les visiteurs chausseront leurs lunettes d'aviateur et revivront l'épopée humaine des pilotes de l'aéropostale tel Antoine de St Exupéry. Voler en Bréguet XIV ou trier du courrier en moins d'une minute dans un antique wagon postal, tels sont quelques-uns des challenges à relever.
www.lenvol-des-pionniers.com

Adultes et enfants traverseront ensuite la piste d'envol pour frissonner et s'émerveiller des extraordinaires mécaniques de la Halle de La Machine : araignées gigantesques, monde forain et musical, balade sur le dos d'Astérion le Minotaure sont au programme pour un émerveillement et un plaisir garanti !
www.halledelamachine.fr

L'aventure se poursuit dans le quartier des sciences, au Muséum, où vous serez transportés à travers la planète et les époques, tandis qu'au Quai des Savoirs, tout est mis en œuvre pour vous faire découvrir à quel point la science est ludique et fait partie de notre vie quotidienne.
www.museum.toulouse.fr
www.quaidessavoirs.fr

Toujours sur les starting-blocks ?
Pour une pause gourmande ou un atelier ludique, rendez-vous à l'Eurekafé, véritable café des curiosités, et premier café scientifique de Toulouse, au cœur de la ville rose.
www.eurekafe.fr

DES VISITES THÉMATIQUES SPÉCIALES FAMILLE

Pour compléter ces aventures, l'Office de Tourisme propose également aux familles des visites thématiques comme « Toulouse dans tous les sens », « Curieuse visite » avec des énigmes à résoudre, ou encore « le Parcours en famille », sur la piste des héros des As de la Jungle.

PLAISIRS COMPLICES ENTRE ÉPICURIENS

Parler art de vivre et plaisir des sens à Toulouse est une évidence. Ici l'Espagne pousse un peu sa corne dans une ambiance résolument latine. Le mode de vie s'en ressent et incite à profiter de tout, de jour comme de nuit. Et vient là l'embarras du choix !

ROOFTOPS, TERRASSES & GUINGUETTES

Côté gastronomie, vous prendrez de la hauteur et cèderez à la mode des rooftops avec vue spectaculaire sur les toits du centre-ville comme à « Ma Biche sur le toit » ou au « Mama Shelter » à moins que vous ne préfériez admirer le soleil couchant sur la Garonne depuis « La Vue », le restaurant du Pier Hôtel.
www.mabichesurletoit.com
www.mamashelter.com/fr/toulouse
www.piertoulousehotel.com

Profitez également des centaines de terrasses disséminées dans tout le centre sauvegardé, l'un des secteurs piétonniers les plus étendus de France, et flânez au hasard de ses nombreuses places et placettes (la place du Capitole, pour le prestige ; la place St-Georges, pour son côté village ; la place

Le saviez-vous ?
Avec une douzaine de restaurants étoilés, la métropole toulousaine comblera le plus exigeant des gastronomes.

Saint-Pierre, pour son ambiance 3ème mi-temps...) tandis qu'aux beaux jours, les guinguettes fleurissent le long de la Garonne et offrent des fins de journées inoubliables lorsque les digues en briques s'embrasent au soleil couchant, donnant alors tout son sens au surnom de « ville rose » qu'on attribue à Toulouse.

A TOULOUSE, LES SAVEURS SONT À LA FÊTE

Particulièrement réputés, les marchés Victor Hugo, St-Cyprien ou des Carmes se laissent apprécier les matins du mardi au dimanche, soit librement, soit lors de la visite guidée « Balade Gourmande » proposée par l'Office du Tourisme.

INF+

A vivre intensément : « les nocturnes », soirées événementielles des plus conviviales au cours desquelles ces trois marchés invitent à faire la fête dans un esprit de féria.

LE RENOUVEAU DU PASTEL

A la Renaissance, c'est grâce au commerce d'une plante, l'Isatis Tinctoria (ou pastel), produisant un pigment bleu très recherché, qu'on doit la fortune de leurs négociants et la richesse architecturale des Hôtels particuliers qu'ils firent alors construire à Toulouse. On admirera notamment l'Hôtel d'Assézat qui abrite aujourd'hui la Fondation Bemberg. Redevenu tendance, le pastel possède également des vertus bienfaitrices en cosmétiques. Elles se déclinent à travers les marques locales Graine de Pastel et Terre de Pastel, à savourer en mode détente dans le spa de la Cour des Consuls***** ou du tout nouveau spa Bleu par Nature.
www.fondation-bemberg.fr
www.grainedepastel.com
https://terredepastel.com

DÉCOUVRIR TOULOUSE AUTREMENT :

Partager la ferveur du rugby

Pour les passionnés du ballon ovale, on citera la visite des coulisses du stade Ernest Wallon et, si le timing le permet, quoi de plus immersif que de partager l'ambiance électrisante des victoires de l'équipe de rugby du Stade Toulousain en assistant à un match, en partageant une 3ème mi-temps Place Saint-Pierre ou en accueillant les joueurs au Capitole lors de la présentation du bouclier de Brennus, les années de victoire en Top 14.
www.stadetoulousain.fr/visites-ernest-wallon

A Roller ou à vélo

Pour rencontrer des toulousains et découvrir la ville autrement, l'association Roulez Rose propose des randonnées roller gratuites tous les vendredis soir de l'année, tandis que Toulouse métropole convie pour sa part les amateurs de la petite reine à des rando-vélos, entre avril et novembre, chaque 1er dimanche du mois.
www.roulezrose.com
www.toulouse.fr/web/transports-mobilite/velo/rando-velos

TOULOUSE COOL, ALTERNATIVE ET FESTIVE

Dopée par sa forte présence étudiante (ils sont plus de 100000), Toulouse est une ville effervescente qui apprécie autant le bouillonnement culturel que le farniente en terrasse.

LE GRAFF TOUR

Parmi les visites concoctées chaque trimestre par l'Office de Tourisme, le Graff Tour fait carton plein. Toulouse ayant été, avec Paris, un des berceaux du graffiti en France depuis le milieu des années 1980, les amateurs de street-art se plaisent à rechercher les nombreuses fresques et créations picturales réalisées par des artistes réputés. Quand venir ? Lors de la Biennale Rose Béton.
www.toulouse-tourisme.com/street-art-a-toulouse

BAR À CHAT, BAR À SIESTE, PRODUITS ALIMATIQUES... QUELQUES ADRESSES ATYPIQUES À TESTER EN VILLE

Au Chapristea, les chats vous tiendront compagnie à moins que vous ne préfériez déguster les produits alimatiques du Bwamoa, siroter un verre en pratiquant la pétanque indoor aux Boulistes ou vous régaler au N°5 Wine bar (élu meilleur bar à vins du monde depuis 2017).
Pour vous détendre entre deux visites, rendez-vous au bar à sieste « Le Sixta »
www.chapristea.com
http://bwamoa.fr
www.n5winebar.com
http://sixta-toulouse.fr

TOULOUSE EN MODE FESTIVAL

Qu'ils soient gratuits ou accessibles avec un tout petit budget, Toulouse vibre au rythme des fêtes et festivals. Carnaval (mars), Rio Loco (juin) - festival des musiques du monde au bord de la Garonne, Les Siestes

Électroniques (juin)- à savourer allongés dans l'herbe des jardins, Halle Night Long pour danser l'été au pied du Minotaure, Printemps de Septembre - Biennale d'art contemporain, autant d'événements incontournables qui font de Toulouse une ville plébiscitée par la jeunesse.

SLOW TOURISME LE LONG DU CANAL DU MIDI : UN FIL VERT DANS LA VILLE ROSE

Le canal du Midi, inscrit par l'Unesco, s'apprécie aussi bien à pied, à vélo ou lors d'une croisière.
En longeant cette œuvre d'art vous découvrirez de jolies péniches à quai comme la Maison de la Violette pour une étape dégustation et souvenirs « made in Toulouse », la Maison Nougaro, pour une séquence nostalgie, prendrez des cours de cuisine sur l'eau avec La Classe des Gourmets, déjeunerez à la Maison du vélo, une ancienne maison éclusière face à la gare, vous initierez au yoga-pilates sur la péniche Moving

Yoga, admirerez le jardin exotique et la collection d'arts asiatiques du musée Georges-Labit, et vous reposerez pour la nuit dans des chambres d'hôtes insolites, comme à la péniche Amboise.
www.lamaisondelaviolette.com
http://maison-nougaro.fr
www.maisonduvelotoulouse.com
www.movingyoga-toulouse.fr
www.museegeorgeslabit.fr
www.peniche-amboise.com

INFO+

L'hôtel Albert 1er :
l'hôtel idéal pour un séjour vélo à Toulouse
Fidèle à l'esprit slow tourisme, cet hôtel familial séduit par l'hospitalité de son équipe, ses prestations de service et son approche écologique : bicyclettes vintages en location, garage à vélo suspendu, écolabel européen, petits déjeuners thématiques et récréatifs valorisant les produits du terroir, pique-nique à emporter...
www.hotelalbertpremier.com

Une journée d'escapade au départ de Toulouse

A MONTAUBAN (TARN-ET-GARONNE)

www.montauban-tourisme.com

62 000 habitants **0h45** **0h50**

BALADE STREET-ART À MONTAUBAN, DANS LES PAS DES ENFANTS CÉLÈBRES DE LA VILLE

A Montauban, Ville d'Art et d'Histoire, les œuvres d'art et de street-art à voir dans les rues rendent hommage aux enfants célèbres de la ville. Des artistes qui ont livré quelques-uns des plus grands chef d'oeuvre de notre pays ont influencé les générations futures et ont laissé leur empreinte dans l'histoire de France ! En route pour une aventure graphique à la recherche de la belle Olympe, de Bourdelle et Ingres.

« Montauban recèle des trésors cachés, à trouver au fil des rues, en levant les yeux vers des détails d'architecture étonnants ou en cherchant des mosaïques aux quatre coins de la ville ».
Lauriane – Tarn-et-Garonne Tourisme

Jean-Auguste-Dominique Ingres, le célèbre peintre (qui a légué l'expression « avoir un violon d'Ingres »), est à retrouver en trompe l'œil à l'angle de la rue Fourchue et de la rue d'Élie tandis que Miss Sixty s'est inspirée de ses tableaux célèbres pour créer des œuvres étonnantes à voir à l'angle des rues du Vieux Poids et des Rondelles et que l'artiste montpelliérain Space Invaders lui a rendu hommage avec une sublime fresque inspirée de la « Source », rue du Tescou. Tout récemment, 100taur, artiste montalbanais, a investi les abords du Jardin des Plantes pour remettre des couleurs dans ce quartier fréquenté. On y admirera notamment « le monstre dans son fauteuil » et « le fils d'Ossian, soldat malheureux », clin d'œil au tableau d'Ingres « Le Songe d'Ossian ».

Olympe de Gouges, femme de lettres et féministe haute en couleurs a légué à sa ville natale ses idées révolutionnaires et son courage. Pour découvrir son héritage, rendez-vous devant le théâtre qui porte son nom, et tout près au début de la rue Mary Lafon découvrez la gigantesque œuvre de l'artiste Mog, colorée et lumineuse.

Antoine Bourdelle, sculpteur de génie, est très bien représenté dans la ville avec 8 statues dont la belle « Pénélope » ou encore « Sapho ». Ces joyaux de bronze montrent bien l'évolution de ce grand artiste, que son maître Rodin qualifiait « d'éclaireur de l'avenir ». Du côté du Jardin des Plantes, Corinne Chauvet, artiste tarnaise, a, quant à elle, revisité de façon spectaculaire l'une des œuvres les plus célèbres du maître avec une statue « d'Héraclès archer sortant de terre » de 3 mètres de haut !

Sur les allées de l'Empereur, on terminera cette balade artistique en allant admirer « La vague », une sculpture poétique et pleine de grâce de l'artiste Patrick Berthaud représentant Camille Claudel.

INF+

Les dépliants « circuit du street-art » et « Bourdelle pas à pas », sont disponibles gratuitement à l'Office de Tourisme du Grand Montauban.

COUP DE CŒUR

Le Musée Ingres-Bourdelle, récemment inauguré, assouvira votre soif de culture et vous livrera ses trésors magnifiquement restaurés.

https://museeingresbourdelle.com

« Devant le Pont-Levis l'imagination s'envole »
Marc – Aude Tourisme

A CARCASSONNE (AUDE)

www.tourisme-carcassonne.fr

46 000 habitants **0h45** **1h00**

Perdez-vous dans les ruelles de la cité médiévale inscrit à l'UNESCO, l'une des forteresses les plus spectaculaires d'Europe. Grimpez en haut des tours, admirez les vitraux flamboyants de la basilique, fermez les yeux et, tel Kevin Costner dans le film « Robin des Bois » (tourné en partie à Carcassonne), projetez-vous 800 ans en arrière, à l'époque des chevaliers et de Richard Cœur de Lion.

TRAVERSEZ LES PORTES DU TEMPS À LA CITÉ DE CARCASSONNE

Franchir la Porte Narbonnaise flanquée de ses 2 tours gigantesques, c'est comme s'aventurer au cœur du Moyen Âge, pénétrer dans un monde inconnu ! Découvrir le château comtal, « une forteresse dans la forteresse », c'est s'imaginer entouré d'écuyers, de troubadours et gentes dames tandis que du haut des remparts, sur le chemin de ronde, bluffés par la vue qui porte sur la ville basse et au loin la Montagne Noire ou les Pyrénées, vous revivrez le siège de la cité, au temps de la légendaire Dame Carcas.

INSTANT SÉRÉNITÉ À LA BASILIQUE SAINT-NAZAIRE

Au hasard des rues vous arriverez sur le parvis de la Basilique Saint Nazaire. L'extérieur, très sobre contraste avec l'intérieur, flamboyant. Mêlant harmonieusement les styles roman et gothique elle possède des vitraux éclatants de couleur. Rouge, jaune, bleu, ... quand le soleil donne dessus c'est quasi hypnotique.

VISITES INSOLITES DE CARCASSONNE EN FAMILLE

Une chasse aux trésors : la légende raconte qu'un trésor serait caché dans la Cité de Carcassonne... Le retrouverez-vous ? Une seule façon de le savoir : venir à l'office de tourisme chercher votre "Box Chasse au Trésor »

"Au fil des remparts", une visite guidée interactive en compagnie d'un chevalier guide-conférencier du XIIIème siècle : accompagnez votre chevalier du Centre d'Histoire Vivante Médiévale le long des remparts et découvrez, d'anecdotes en activités ludiques, l'histoire de la Cité à travers son système défensif et l'architecture du lieu.

https://ilc-lacite.fr/visites-guidees

COUP DE CŒUR

L'Hôtel de la Cité, hôtel mythique qui a vu passer les plus grands (Walt Disney, Winston Churchill...), offre, depuis ses suites et jardins, une vue à couper le souffle sur les murailles et le château comtal.

Pour une nuit, un repas à « La Barbacane » (son restaurant étoilé), ou une séance de spa, offrez-vous le rêve !

A ALBI (TARN)

www.albi-tourisme.fr

50 000 habitants **1h15** **1h00**

ESPANTEZ-VOUS* À ALBI LA ROUGE

Prenez des briques (beaucoup, et de couleur rouge), des bâtisseurs à qui vous confierez lesdites briques, laissez infuser plusieurs siècles puis ajoutez un peintre (de préférence amateur de cabarets et de maisons closes) et environ 50 000 joyeux habitants (dans albigeois, il y a joie). Secouez le tout. Bienvenue à Albi célèbre pour sa Cité épiscopale, classée à l'UNESCO depuis 2010, ses jardins remarquables et son Musée Toulouse-Lautrec.

LA CATHÉDRALE, SAINTE-CÉCILE, UN PHARE POUR LA VILLE

D'où qu'on vienne, on ne peut pas la rater, on ne voit qu'elle ! Tel un phare, Dame Sainte Cécile vous fait signe depuis des kilomètres. Plus grande cathédrale de briques au monde et pur chef-d'œuvre de style gothique-méridional, elle en impose par ses dimensions (113 m de long, 35 m de large avec un clocher de 78 m de haut) et, telle une forteresse, se dresse au-dessus du Tarn depuis 1282, date du début de sa construction qui dura 211 ans ! Franchissez le seuil et soyez à votre tour saisis par la richesse extraordinaire des intérieurs : plafond peint d'un bleu profond, grandes orgues et dentelles de pierre du Chœur des Chanoines, Mappa Mundi… C'est une visite incontournable et inoubliable.

INFO+

Pour une vue imprenable sur la cathédrale, traversez le Tarn par le pont vieux ou la toute nouvelle passerelle et postez-vous au square, devant le musée Lapérouse. La vue, extraordinaire, offre, le matin, un camaïeu de tons jaune-orangés virant le soir au rouge et ocre. A couper le souffle !

« En été, pour prolonger l'enchantement, embarquez le soir à bord d'une gabarre sur le Tarn pour un apéro-concert sur l'eau avec vue sur la cathédrale. Unique ! »

Pascale – Tarn Tourisme

Le saviez-vous ?

C'est la plus grande cathédrale peinte en Europe. 18500 m² de fresques et peintures recouvrent les murs et plafonds de la cathédrale, c'est d'ailleurs la seule en Europe dont les murs et voûtes sont entièrement peints.

DÉCOUVRIR LES MULTIPLES FACETTES DU CÉLÈBRE PEINTRE MONTMARTROIS AU MUSÉE TOULOUSE-LAUTREC

Jouxtant la cathédrale et tel un bijou dans l'écrin du Palais de la Berbie, le Musée Toulouse-Lautrec, créé en mémoire à l'enfant du pays, expose la plus grande collection publique au monde de cet artiste réputé pour ses peintures, aquarelles, dessins et lithographies. On connait surtout ses affiches de cabaret et ses frasques parisiennes. Là, vous tomberez sous le charme de ses œuvres de jeunesse.

**s'espanter = s'émerveiller, être sidéré*

A AUCH (GERS)

www.auch-tourisme.com

23 000 habitants **1h30** **1h15**

Auch, belle et paisible cité gasconne labellisée « Ville d'Art et d'Histoire », offre aux visiteurs quelques fleurons incontournables. On s'attardera notamment au Musée des Amériques-Auch, récemment réaménagé et à la cathédrale Sainte-Marie, classée à l'UNESCO au titre des chemins de St-Jacques de Compostelle.
Quand venir ? Lors du Festival Circa, le festival du Cirque Actuel (en octobre)
http://circa.auch.fr

LE MUSÉE DES AMÉRIQUES-AUCH EN FAMILLE

Un olifant, des plumes, des fiancés réconciliés et une mariée en rouge, cela n'évoque rien pour vous ? Venez découvrir ces œuvres phare du Musée des Amériques – Auch qui possède la seconde collection d'art précolombien de France après celle du Musée du Quai Branly-Jacques Chirac , à Paris. Au cœur de l'ancien couvent des Jacobins, petits et grands viennent découvrir la richesse et les trésors des collections en s'amusant grâce à 6 livrets jeux, gratuits et adaptés à tous les âges (de 4 ans aux ados et même aux adultes !). Chasse au trésor, enquête policière : à chacun sa quête !
www.ameriques-auch.fr

LA CATHÉDRALE SAINTE-MARIE D'AUCH SENS DESSUS-DESSOUS

Avec le Pays d'art et d'histoire du Grand Auch, découvrez la cathédrale de manière originale en compagnie d'un guide-conférencier, durant 1h30. Dans la cathédrale, vos sens sont mis en en éveil : comprendre la sculpture sans la voir, avoir le vertige sans quitter le sol, associer les goûts et les couleurs... Une expérience un rien désorientante, mais drôle et captivante !

VUES SUR AUCH AU RALENTI

Quoi de mieux que de découvrir Auch au ralenti... Prenez le temps de glaner des spécialités locales sur les étals du marché, le jeudi matin. Parcourez les berges du Gers à pied ou à vélo, pour apprécier depuis la basse-ville, l'ensemble majestueux que constituent la Cathédrale Sainte-Marie, l'escalier monumental où trône une statue de d'Artagnan, l'enfant du pays, et la tour d'Armagnac... tout en prenant un bol d'air ! Ou encore prenez de la hauteur à bord d'un planeur et laissez-vous mener au gré du vent au-dessus de la ville et de sa campagne.

A CAHORS (LOT)

www.tourisme-cahors.fr

20 000 habitants **1h25** **1h25**

Cahors, Ville d'Art et d'Histoire, se dévoile le samedi, jour de marché. C'est l'occasion de venir admirer ses fleurons d'architecture médiévale dont le Pont Valentré et la Cathédrale Saint-Etienne, tous deux inscrits à l'Unesco au titre des chemins de Saint-Jacques de Compostelle.

IMMERSION DANS L'AMBIANCE D'UN DES PLUS BEAUX MARCHÉS DE FRANCE

Depuis 700 ans et par tous les temps, le marché de Cahors s'installe au pied de la magnifique Cathédrale Saint-Etienne. Véritable fierté locale, ce marché revendique un palmarès plutôt flatteur : il a été classé parmi les 25 plus beaux marchés de France. Ici, commerçants traditionnels et producteurs locaux se côtoient et partout les étals sont colorés et habillent la place. Alors on flâne, on sent, on goûte... et on craque ! Taper la causette au détour d'un étal fait partie des habitudes locales. Eh oui, ici, on vient faire ses courses mais aussi rencontrer du monde et papoter...

LA VILLA CAHORS MALBEC, UNE INVITATION À LA DÉCOUVERTE DU VIGNOBLE DE CAHORS

Au Cahors Malbec Lounge, l'espace officiel d'information et de dégustation des vins de Cahors, l'esthétique est résolument moderne, l'ambiance, celle d'un bar à vin où l'on peut déguster à une table comme au comptoir. Une équipe d'animateurs est disponible pour vous en dire plus sur l'appellation, les terroirs et l'histoire du vignoble mais également pour vous accompagner le temps de votre dégustation, un excellent prélude à la découverte du fameux vin noir.

VISITE DE CAHORS AUX FLAMBEAUX

S'imprégner d'une ville c'est aussi déambuler dans ses ruelles. Cahors se prête à merveille à ce petit jeu, et de nuit, c'est encore mieux ! En route pour des noctambulations autour de la Cathédrale de Cahors en compagnie d'une guide pas comme les autres, une cadurcienne du 14ème siècle. Ruelles, portes fortifiées, détails architecturaux, sculptures, tout est expliqué avec passion. La nuit commence à tomber et c'est là que Clément Bouscarel intervient et vous transporte littéralement dans une autre époque en vous contant des histoires et légendes locales tout en jonglant habilement entre le français et l'occitan. Puis vient le moment tant attendu d'allumer les flambeaux. À partir de cet instant, la visite évolue : vous n'êtes plus simples spectateurs mais désormais acteurs de votre visite. La visite se termine en apothéose avec la découverte du cloître de la cathédrale et, tandis que les flambeaux s'éteignent un à un, seule la flamme de vos yeux émerveillés persiste.

www.tourisme-lot.com/experiences/visite-commentee-de-cahors-aux-flambeaux

« Le samedi matin, place de la cathédrale à Cahors, c'est The place to be ! »
Cathy – Lot Tourisme

A RODEZ (AVEYRON)

www.rodez-tourisme.fr

24 000 habitants **2h15** **2h00**

A LA CONQUÊTE DU CLOCHER DE LA CATHÉDRALE NOTRE DAME DE RODEZ

Du haut de ses 87 mètres, le clocher de la cathédrale semble veiller sur la ville depuis des siècles. Venez percer ses secrets lors d'une visite inoubliable qui vous fera revivre son passé. Suivez bien votre guide... Des maisons médiévales de l'ancien quartier canonial jusqu'au sommet du clocher, celui-ci vous mènera à la découverte de cette impressionnante tour qui détient aujourd'hui encore le titre de plus haut clocher plat de France ! D'en haut, on découvre un panorama à 360° sur la ville et, au-delà, la campagne environnante, les plateaux du Lévézou et de l'Aubrac....

SUR LES PAS DE L'ARTISTE CONTEMPORAIN PIERRE SOULAGES

Pierre Soulages, né à Rodez en 1919 et maître incontesté de l'"outrenoir", est l'artiste peintre français le plus côté au monde de son vivant. Le Musée Soulages, consacré à son œuvre, a vu le jour en 2014. Riche d'une collection de près de 500 œuvres et documents (donation Pierre et Colette Soulages), ce musée s'est hissé rapidement au rang des musées les plus réputés de province. Son architecture en acier corten fascine et s'intègre parfaitement dans le patrimoine de la ville, à quelques dizaines de mètres seulement de la majestueuse Cathédrale gothique Notre-Dame de Rodez. Le patrimoine et la modernité se croisent ici sans frontières. Un chemin de l'art piétonnier permet, depuis le Musée Soulages, de découvrir le centre historique, les hôtels particuliers, le Musée Fenaille et sa collection de statues-menhirs, source d'inspiration majeure de Pierre Soulages, ainsi que le Musée des Beaux-Arts Denys Puech.

COUP DE CŒUR

Une pause gastronomique au café Bras

Situé dans l'enceinte du Musée Soulages et imaginé par Michel Bras, grand Chef aveyronnais, le café Bras se veut tourné vers l'intérieur du musée pour accueillir et surprendre ses visiteurs en espérant prolonger leurs émotions mais aussi un espace résolument ouvert sur la ville de Rodez et ses habitants. Vous y goûterez quelques-unes des spécialités emblématiques de la famille Bras comme le capucin ou le miwam.

www.cafebras.fr

Montpellier
(Hérault)

285 000 HABITANTS
www.montpellier-tourisme.fr

Destination piétonne par excellence, Montpellier se découvre à pied, à vélo ou en tramway. Haro au stress, au bruit. Ici, point de voiture en cœur de ville. La découverte n'en est que plus intense.

S'OFFRIR UNE BOUFFÉE D'ART FRAIS

Entre les beaux-arts et l'art contemporain votre cœur balance ? Deux incontournables s'imposent : le Musée Fabre, considéré comme l'un des plus beaux musées des Beaux-Arts en Europe, abrite des œuvres européennes, de la Renaissance à nos jours, et dispose d'une aile totalement consacrée à l'artiste contemporain Pierre Soulages, tandis que le MOCO, tout nouveau centre d'art contemporain (ouvert depuis juin 2019) propose des expositions temporaires issues de collectionneurs du monde entier. Amoureux de culture urbaine, vous foncerez aussi à la Halle tropisme, nouvellement installée au sein de la cité créative, qui a pris ses quartiers dans d'anciens entrepôts de l'armée.
https://museefabre.montpellier3m.fr
www.moco.art
www.tropisme.coop

SE PERDRE DANS LES RUELLES MÉDIÉVALES DE L'ECUSSON

Au sein de l'Ecusson, le quartier ancien de Montpellier, nombreuses sont les ruelles médiévales, symboles de son fier passé. Notre conseil pour les découvrir ? Oubliez votre plan, et perdez-vous dans ces rues étroites. Au programme, shopping dans les boutiques aux plafonds voûtés, où se nichent créateurs, antiquaires et salons de thé, et autres galeries pour le plaisir des yeux... un voyage dans le temps !

Le saviez-vous ?

Il existe une application mobile pour découvrir tous les monuments contemporains de Montpellier. 24 pistes audio sont consultables sur l'application «Montpellier contemporain», disponible gratuitement sur iOS et Androïd.

S'OFFRIR UN PANORAMA MAGIQUE À 360 DEGRÉS

Monter en haut de l'Arc de triomphe, face au Jardin du Peyrou où trône la statue équestre de Louis XIV, est un moment fort de votre découverte montpelliéraine. Dominant toute la ville, vous y contemplerez des horizons enchanteurs, de la mer qui étincelle sous le soleil en passant par le Pic Saint Loup et au loin les Cévennes.

« Ce qui frappe immédiatement à Montpellier, c'est la diversité des lieux et son architecture singulière ».

Caroline - Office de Tourisme Montpellier-Méditerranée

S'ÉVADER LORS D'UN VOYAGE ARCHITECTURAL

Ici chaque quartier est différent d'un autre, comme une illustration des 1000 ans de la ville. Un savant mélange d'architecture ancienne et contemporaine, faisant passer des ruelles médiévales aux prouesses architecturales signées des plus grands noms tels Jean Nouvel (Hôtel de Ville), Zaha Hadid, Massimiliano Fuksas, Starck (Le Nuage), Sou Fujimoto (l'Arbre Blanc : le 17ème étage abrite un rooftop ménageant une vue d'exception sur la ville) ou Farshid Moussavi, la londonienne (la Folie Divine).

VIBRER AU RYTHME DES FESTIVALS

Vibrante, effervescente, Montpellier vit au rythme de ses grands évènements : Festival International Montpellier Danse, Festival de Radio France, Festival International des sports extrêmes... Combiner séjour et temps fort, c'est la garantie « bon plan » pour vivre et partager Montpellier.

MONTPELLIER EN MODE SLOW LIFE

A Montpellier on prend le temps de vivre, de partager et de goûter à la nature environnante : flâneries gourmandes en terrasse de restaurant, aux Halles Laissac ou au Marché du Lez, nouveau spot branché des Montpelliérains, transports doux avec les 4 lignes de tram (élu plus beau tram de France en 2019), bouffée d'air frais le long de l'itinéraire cyclable « la Méditerranée à vélo » (voir encart), canoé sur le Lez en cœur de ville. Ici le mot profiter a du sens...

SUR LES LIEUX DE TOURNAGE DE LA SÉRIE TV « UN SI GRAND SOLEIL »

La série qui cartonne actuellement sur France 2 a élu pour décor Montpellier et sa région. Au fil de vos balades, grâce au flyer proposé par l'Office du Tourisme, retrouvez l'ambiance de la série à travers les lieux où les scènes les plus marquantes qui y ont été tournées...

GOÛTER À L'EXPÉRIENCE LUXE ET BIEN-ÊTRE

Depuis son origine, Montpellier cultive le goût du beau et du luxe. Des somptueux Hôtels particuliers d'hier aux constructions contemporaines d'aujourd'hui, Montpellier a de tous temps inspiré les plus grands architectes. Du Domaine de Verchant, Classé relais & Châteaux 5*, au cœur des vignes, à la renaissance du mythique Jardin des Sens au cœur de l'Hôtel particulier Richer de Belleval (réouverture juin 2020), en passant par le Belaroïa, bijou architectural nouvellement ouvert face à la gare St Roch, Montpellier vous invite à partager son goût du beau.

DE MONTPELLIER À LA MER À VÉLO

Votre itinéraire vélo démarre au centre de Montpellier, direction le quartier néoclassique d'Antigone, puis Port Marianne d'où vous pourrez admirer les prouesses des plus grands architectes du moment. Arrivé à l'hôtel de ville, signé Jean Nouvel, vous longerez la piste cyclable du Lez, entre vignes et étangs, avant d'atteindre, 10 kilomètres plus loin, le tronçon de la Méditerranée à Vélo. Entièrement sécurisé et sans dénivelé, cet itinéraire permet de rejoindre la plage et, pour les plus curieux, de pédaler jusqu'à la cathédrale de Maguelone, surnommée la « cathédrale des sables », afin d'y déguster les vins du domaine dans un cadre idyllique. Une pause baignade en famille complètera la journée.

Une journée d'escapade au départ de Montpellier

A NÎMES (GARD)

www.nimes-tourisme.com

150 000 habitants **0h30** **0h45**

Fière de son passé et d'un patrimoine antique exceptionnellement conservé, festive quand arrivent ses Férias, Nîmes, Ville d'Art et d'Histoire, cultive un art de vivre typiquement latin et, avec l'ouverture récente (en 2018) du magnifique Musée de la Romanité, continue de s'embellir.

EXPÉRIENCE IMMERSIVE DANS LA ROME FRANÇAISE

Toute découverte de Nîmes se doit de commencer par le Musée de la Romanité où l'on admirera notamment de splendides mosaïques. On débutera la visite par son toit terrasse d'où la vue, exceptionnelle, porte sur toute la ville et notamment sur les arènes, juste en face. Entre les deux bâtiments, les arènes bi-millénaires, rondes, massives et minérales d'un côté, le musée carré, aérien et à la façade en mosaïque vitrée conçue comme une toge de verre plissée de l'autre, s'instaure un dialogue architectural des plus réussis. Une belle juxtaposition d'art antique et d'art moderne qui n'est pas sans rappeler, quelques centaines de mètres plus loin, celle existante entre la Maison Carrée et le Carré d'art. Emotion garantie !

Les arènes, harmonieuse ellipse qui pouvait accueillir 24000 spectateurs, fascinent par leur remarquable état de conservation. On y viendra notamment assister, au printemps, aux Grands Jeux Romains, plus grande reconstitution historique antique d'Europe.
www.arenes-nimes.com

Des arènes à la Maison Carrée, l'autre monument romain majeur de la cité, perdez-vous dans le dédale des ruelles de l'Ecusson, cœur vivant de la ville ancienne, et tombez sous le charme de son ambiance paisible, à apprécier particulièrement en terrasse de café, au hasard d'une placette.
Pour finir en beauté, on traversera les élégants Jardins de la Fontaine (classés Jardins Remarquables) afin de gravir, tout en haut du Mont Cavalier, la Tour Magne, plus haute et plus prestigieuse tour de l'enceinte romaine qui courrait sur six kilomètres autour de la ville !

FAIRE LA FÊTE LORS DES FÉRIAS (DE PENTECÔTE OU DES VENDANGES)

Deux fois par an, à Pentecôte et en septembre (Féria des vendanges), des centaines de milliers de personnes viennent faire la fête à Nîmes dans le plus pur style espagnol. Corridas, courses camarguaises, lâcher de taureaux dans les rues, fanfares, concerts, messe en provençal à la cathédrale et défilés, animent la ville tandis que des dizaines de bars improvisés (les bodegas) fleurissent un peu partout et entrainent la foule dans une liesse communicative. C'est l'évènement populaire incontournable de Nîmes, à vivre au moins une fois dans sa vie !

« Le Musée de la Romanité offre une expérience unique à travers l'antiquité. J'en suis fan »
Martine - Gard Tourisme

BONS PLANS

Entre deux visites, prévoyez votre pause-déjeuner au restaurant situé en terrasse du Musée de la Romanité, La Table du 2 (sa carte, imaginée par le chef étoilé Franck Putelat, met en valeur des produits régionaux à des prix accessibles) ou bien au Ciel de Nîmes, en terrasse du Carré d'Art (le Musée d'Art contemporain de Nîmes conçu par Norman Foster) face à la Maison Carrée.

http://latabledu2.com
www.cieldenimes.fr

A BÉZIERS (HÉRAULT)

www.beziers-in-mediterranee.com

77 000 habitants **0h45** **1h00**

Béziers, ville natale du célèbre bâtisseur du Canal du Midi, Pierre Paul Riquet, séduit par son ambiance méridionale. C'est aux neuf écluses de Fonséranes, en rive droite de l'Orb et juste en face de la vieille-ville, où vous aurez pris le temps de visiter la Cathédrale Saint-Nazaire et de flâner sur les Allées Paul Riquet, que nous vous proposons de vous attarder.

LES 9 ÉCLUSES EN 9 TEMPS

Uniques au monde, les « Neuf écluses » de Fonséranes ont été bâties sur le canal du Midi dans la deuxième moitié du XVIIème siècle et permettent de franchir un dénivelé de 21,5 mètres sur une distance de 300 mètres. Achevés en 2017, les travaux d'aménagement du site permettent aujourd'hui d'apprécier ce chef d'œuvre de génie civil. Voici nos neuf propositions de découverte :

1- une chasse au trésor en famille : grâce à Alice, débusquez les indices qui vous feront trouver la fontaine magique...
2- les 9 écluses « by night » pour une soirée en amoureux : laissez vos émotions s'exprimer le long du canal du Midi, dans la fraîcheur du soir et le calme du bord de l'eau et admirez à deux les jeux de lumières sur les neuf écluses.
3- pédalez, courez aussi loin que possible : fixez-vous de nouveaux défis : balade à vélo ou footing sur le chemin de halage du canal du Midi le long des 241 km de cette voie d'eau qui relie Toulouse à Sète...
4- assistez au spectacle du franchissement des écluses : admirez l'ingéniosité du système, contemplez les écluses d'où jaillissent des torrents d'eau. Ecoutez-la gronder, bouillonner pour remplir les bassins. Ressentez la fraîcheur de l'eau qui envahit les écluses !
5- naviguez au fil de l'eau : en famille, entre amis ou en duo, avec un bateau électrique de location ou sur un bateau-promenade pour une vraie croisière fluviale, laissez-vous porter au fil de l'eau sous le soleil du Midi.
6- immergez-vous dans le canal sans vous mouiller : plongez, littéralement, à la découverte de l'histoire du canal du Midi, grâce à une séance de cinéma immersif de 14 minutes. Vous en prendrez « plein les yeux », le spectacle est tout autour de vous, sur les côtés et sous vos pieds.
7- jouez les apprentis botanistes : le canal du Midi est un univers en soi, où les plantes racontent le sud, tout au long des berges. Laissez-vous donc guider par vos sens et découvrez les vertus médicinales et culinaires des plantes du sentier botanique des 9 écluses.
8- réveillez vos papilles au « 9 » : offrez-vous un dîner en tête à tête sous la formidable verrière en forme de « proue de péniche » de ce restaurant panoramique unique donnant sur le canal, la Cathédrale St Nazaire et les montagnes du Caroux, à l'horizon.
9- montez, en petit train, jusqu'au cœur de Béziers : pourquoi ne pas prolonger l'expérience et vous laisser transporter jusqu'au centre historique de Béziers ? Confortablement installé, vous en apprécierez la visite grâce aux anecdotes distillées par votre audioguide.

« A l'horreum, on entend même les bruits des passants et des vendeurs, reconstitués pour rendre l'ambiance de l'époque. On s'y croirait ! »
Marc - Aude Tourisme

Le saviez-vous ?

Charles Trénet, le « fou chantant » est né à Narbonne et sa maison natale, aujourd'hui aménagée, permet de se plonger dans son univers : souvenirs d'enfance, documents d'archives et lieux interactifs se succèdent dans la maison qui est restée telle que Charles Trenet l'a connue.

A NARBONNE (AUDE)

www.narbonne-tourisme.com

55 000 habitants **1h15** **1h15**

Narbo Martius, capitale antique de la province romaine de la narbonnaise, est devenue aujourd'hui une ville animée où il fait bon flâner, la tête en l'air, à la découverte de sa douceur de vivre et de son prestigieux passé.

2000 ANS D'HISTOIRE AU FIL DES RUES UN HÉRITAGE ROMAIN UNIQUE

Place de l'Hôtel de Ville, tous les regards plongent sur un vestige de la Via Domitia, la fameuse voie romaine qui reliait l'Italie à l'Espagne : plus de 21 siècles d'Histoire vous contemplent et l'émotion vous submerge lorsque vous découvrez d'antiques rainures creusées par les chars ! Non loin de-là, c'est en sous-sol que l'aventure se poursuit avec la visite de l'horreum, d'insolites galeries souterraines servant d'entrepôts qui devaient desservir le marché antique reconstitué dans une mise en scène particulièrement réussie.

LE PLUS GRAND COMPLEXE RELIGIEUX DE FRANCE APRÈS LE PALAIS DES PAPES D'AVIGNON

Le Palais des Archevêques, palais et forteresse médiévale à la fois, impressionne par ses dimensions. L'ascension du Donjon Gilles Aycelin est un must. Il offre depuis sa plateforme sommitale un panorama grandiose sur les toits en tuiles claires de la cité et la vénérable Cathédrale Saint Just et Saint Pasteur. Vous enchaînerez avec la visite du Palais-Musée des Archevêques aux salles richement décorées (plafonds peints, boiseries, stucs, magnifiques collections de peintures des écoles flamandes ou italiennes du 16e au 18e siècle… un vrai petit Louvre ! De-là, quelques pas mènent à la gigantesque cathédrale inachevée (elle ne possède pas de nef, seul le chœur est en place !) où vous admirerez les orgues du XVIIIème s. et apprécierez l'acoustique de la salle du Trésor, une curiosité insolite !

INCONTOURNABLE : LES HALLES 1900

Haut-lieu de la gastronomie locale, cet édifice « Art Nouveau » mêlant acier et verre, fait la fierté des narbonnais. Dès la porte d'entrée franchie, vous êtes dans l'ambiance authentique du sud : conviviale, chaleureuse, bruyante, avec les couleurs et les parfums de ses produits du terroir (olives, fruits, légumes et épices méditerranéens…). Vous ne manquerez pas de venir saluer « Bébelle », l'une des stars du marché. Ex-rugbyman, ce personnage haut en couleur résume à lui seul l'atmosphère unique qui se dégage de ce lieu où tout donne envie.

A PERPIGNAN (PYRÉNÉES-ORIENTALES)

www.perpignantourisme.com

120 000 habitants **1h50** **1h30**

Perpignan s'apprécie en toute saison grâce à son exceptionnel taux d'ensoleillement (2460 heures par an). C'est au printemps que nous vous invitons à la visiter, notamment lors de ses traditionnelles fêtes de Pâques. Vous en profiterez alors pour découvrir quelques-uns de ses fleurons tels la Cathédrale Saint-Jean-Baptiste, le Musée Rigaud, le Castillet, l'Hôtel Pams ou le Palais des Rois de Majorque.

« PERPI TRADI » : LA PROCESSION DE LA SANCH, UN SACRÉ RETOUR VERS LE PASSÉ

A Perpignan, les traditions ont su garder une réelle authenticité, notamment à l'occasion de la Semaine Sainte où le même cérémonial se perpétue depuis plus de 600 ans, avec les mêmes gestes et la même ferveur. « Une manifestation impressionnante » de l'aveu de tous ceux qui y assistent. Prières, psalmodies, recueillement… La foule de fidèles et de curieux est là, massée, silencieuse. Elle regarde passer les pénitents qui défilent. Ils déambulent, coiffés de longues capuches pointant vers le ciel et vêtus de grandes robes rouges ou noires dites « caperutxa ». « On dirait le Ku Klux Klan » disent certains… Les pénitents portent sur leurs épaules meurtries les lourds « misteris », pièces de bois qui relatent les différentes scènes de la Passion. Parfois, ils s'arrêtent sous des roulements de tambour, comme pour reprendre leur souffle… Aujourd'hui, la procession de Perpignan est le point d'orgue de cette Semaine sainte empreinte de spiritualité et l'on vient de loin pour assister à cette manifestation jaillie de temps anciens et participer le temps d'une journée, à un moment d'union sacrée.

« L'ambiance est recueillie et survoltée comme avant le départ d'une épreuve sportive »
Gloria – Pyrénées-Orientales Tourisme

« PERPI ARTY » : UN MUSÉE À CIEL OUVERT… À TOUTES LES CRÉATIONS !

A Perpignan, monuments et patrimoine civil, religieux ou militaire se déclinent en 32 sites classés ou inscrits aux monuments historiques, 5 quartiers labellisés « Architecture du XXème siècle » et 5 musées dont le superbe Musée Rigaud (vaste collection, du baroque au contemporain), justifiant pleinement le label « Ville d'Art et d'Histoire » de la capitale du Roussillon. Flânez à travers les ruelles du centre-ville, la tête en l'air, entre architecture gothique flamboyante, hôtels particuliers, façades colorées et bijoux de patrimoine art déco… Perpignan est un véritable musée à ciel ouvert. L'ADN pictural de la ville se distingue chez ses galeristes, dans ses centres d'art contemporain et sur les murs livrés aux artistes urbains de street-art. La création y est toujours en gestation comme au théâtre de l'Archipel, scène nationale à l'architecture signée Jean Nouvel, à la Casa Musicale qui promeut danses et musiques urbaines ou dans les rues du quartier Saint Jacques d'où s'élèvent des airs de rumba catalane. Elle se veut éclectique à la faveur des nombreux festivals qui jalonnent l'année. L'été, ce sont les jeudis de Perpignan qui transfigurent le centre-ville pour en faire un gigantesque théâtre de rue. Elle s'expose enfin dans les vitrines des bijoutiers qui façonnent le Grenat de Perpignan ou sur les bayadères des célèbres Toiles du Soleil, deux des productions emblématiques du Roussillon.

PERPI TRENDY : PASSEZ À L'ART DE VIVRE CATALAN

Passez en mode Perpignan : chinez dans les petites boutiques mode et vintage de l'hyper-centre, baladez-vous sur la brocante des allées Maillol le samedi matin ou sur le marché animé du Passeig Torcatis et prolongez le plaisir par un apéro aux bouillonnantes Halles Vauban, où le tout-Perpignan se presse tandis qu'à la nuit tombée, rendez-vous avenue Leclerc, « The place to be », pour déguster tapas et vins du Roussillon à la terrasse d'un des bars animés de cette véritable rue de la soif. Prolongez alors la soirée par un concert à « Elmédiator », le jeudi c'est FREE ! Perpignan est la ville qui vibre, qui chavire et aime.

INFO+

En quête d'un panorama Instagram ?
Le rooftop des Galeries Lafayette nargue le donjon du Castillet pour une vue à 360° sur la ville tandis que du haut du Palais des Rois de Majorque, c'est tout le Roussillon qui s'offre à la contemplation.

« PERPI EAT-ME » : BUVEZ ET DÉVOREZ LA VILLE !

A la faveur d'une balade sucrée en centre-ville, vous fondrez pour les rousquilles, craquerez pour les bunyetes et ne résisterez pas à l'onctuosité du Bras de Vénus, quelques-uns des plus célèbres desserts catalans ! Quant aux chocolats, dont Cémoi est l'illustre ambassadeur à Perpignan (vous vous rappelez les fameux « petits oursons guimauve » ?), vous les déguster-ez directement à la boutique attenante à l'atelier de fabrication où vous pourrez même réaliser des stages d'initiation à la dégustation de chocolats...

Côté nectars, vous testerez d'excellentes bières locales (les BOC ! Bières d'Origine Catalane) et des vins du Roussillon d'une qualité remarquable. Ils sont à déguster dans un des nombreux bars et caves de la ville qui s'animent le soir venu. Côté bonnes tables, le raffinement et l'excellence sont à tester à la table de « La Galinette », restaurant étoilé Michelin tandis que si vous êtes locavore et amateur de fooding, Perpignan a vu naître ces derniers temps de nombreuses adresses portées par de jeunes passionnés. Venez titiller vos papilles dans la plus gourmande et catalane de villes du Sud !

www.cemoi.fr
www.restaurant-galinette.com

Rocamadour
Vallée de la Dordogne
Rocamadour
PARC NATUREL RÉGIONAL DES CAUSSES DU QUERCY
Lot
Cahors
Vallée du Lot
Gréalou
Cahors
Moissac
Tarn-et-Garonne
Montauban
Bastide
Gorges
Cordes sur Ciel
et Cités médiéval
La Romieu
Beaumont-sur-l'Osse
Lectoure
Barbotan-les-Thermes
Armagnac
Abbaye et Cités
Voie du Puy
Castera-Verduzan
Gers
Auch
Rabastens
Tarn
Toulouse
Voie d'Arles
Marciac
Aux sources du
Canal du Midi
Tarbes
Hautes-Pyrénées
Haute-Garonne
Voie de Piémont
Lourdes
Capvern-les-Bains
Bagnères-de-Bigorre
Ourdis-Cotdoussan
Argelès-Gazost
Val d'Azun
Beaucens
Hautacam
Pic du Midi
Pyrénées Aure Louron
Saint-Bertrand de Comminges Valcabrère
Salies-du-Salat
Pamiers
St-Lizier
Ariège
Foix
Foix Montségur
Cités Médiévales
Niaux Mas-d'Azil
Pyrénées Préhistoriques
Audressein
Nistos
Jézeau
Bourg d'Oueil
Val Louron
Luchon
Peyragudes
Superbagnères
Bouts
Le Mourtis
PARC NATUREL RÉGIONAL DES PYRÉNÉES ARIÉGEOISES
PARC NATIONAL DES PYRÉNÉES
Gavarnie
Cauterets
Pont d'Espagne
Gavarnie
Pyrénées Mont Perdu
Guzet
Ussat-les-Bains
Les Monts d'Olmes
Camurac
Belle
Les Cabannes
Chiroulet
Ax-les-Thermes
Ax 3 Domaines
Ascou
Mijanès
Gourbit
ANDORRE
Porté Puymorens
Font-Romeu
Pyrénées 2000
ESPAGNE

PARC NATUREL RÉGIONAL DE L'AUBRAC
La Chaldette
Laguiole
St-Chély-d'Aubrac
Estaing
Conques
Espalion
Cransac
Col de Bonnecombe
Les Bouziers
Mende cœur de Lozère
Mende
Aubert Charpal
Bagnols-les-Bains
Gorges du Tarn
Le Bleymard Mont Lozère
Mas de La Barque
Rodez
Lozère
PARC NATIONAL DES CÉVENNES
Aveyron
Causses et Cévennes
Cévennes
Mont Aigoual
Gard
Les Fumades
Millau Roquefort Sylvanès
Albi Vallée du Tarn
PARC NATUREL RÉGIONAL DES GRANDS CAUSSES
Cirque de Navacelles Lodève Pays Viganais
Gorges de l'Hérault
Gorges du Gardon
Pont du Gard
Nîmes Pont du Gard Uzès
Nîmes
Avène-les-Bains
Aniane St-Jean-de-Fos
St-Gilles
Arles
Montpellier
Aigues-Mortes Camargue Gardoise
Castres
PARC NATUREL RÉGIONAL DU HAUT-LANGUEDOC
Salagou et Cirque de Mourèze
Hérault
Lamalou-Les-Bains
La Grande Motte
Villeneuve-les-Maguelone
Palavas-les-Flots
Camargue Gardoise
Agde Pézenas
Frontignan-Plage
Cité de Minerve, Gorges de la Cesse et du Brian
Canal du Midi Béziers
Bouzigues
Sète
Golfe du Lion
Carcassonne et Citadelles du Vertige
Marseillan-Plage
Cap d'Agde
Portiragnes-Plage
Sérignan-Plage
Valras-Plage
Vendres-Plage
Carcassonne
Fleury St-Pierre-sur-Mer
Narbonne-Plage
Narbonne Méditerranée
Gruissan
MER MEDITERRANEE
Aude
PARC NATUREL RÉGIONAL DE LA NARBONNAISE
Port-la-Nouvelle
Leucate
Rennes-les-Bains
La Barcarès
Torreilles
Ste-Marie-la-Mer
PARC NATUREL DU GOLFE DU LION
Perpignan Méditerranée
Canet-en-Roussillon
Pyrénées-Orientales
Perpignan
St-Cyprien
Villefranche de Conflent
Vernet-les-Bains
Argelès-plage
Collioure
Massif du Canigó Pays Catalan
Le Boulou
Port-Vendres
PARC NATUREL RÉGIONAL DES PYRÉNÉES CATALANES
Collioure en Côte Vermeille
Banyuls-sur-Mer
Cerbère
Amélie-les-Bains
La-Preste-les-Bains
Sites Unesco et édifices inscrits au titre des chemins de St Jacques
Chemins de St-Jacques de Compostelle
Grands Sites de France
Grands Sites Occitanie Sud de France
Stations thermales
Stations de sports d'hiver
Stations balnéaires

Contact

presse@crtoccitanie.fr

Destination
Occitanie
Comité Régional du Tourisme

tourisme-occitanie.com

SITE DE MONTPELLIER (SIÈGE)
64, rue Alcyone • CS 79507
F • 34960 Montpellier Cedex 2

SITE DE TOULOUSE
15, rue Rivals • CS 78543
F • 31685 Toulouse Cedex 6

#TourismeOccitanie

POLE COMMUNICATION - PHOTOS : © OT TOULOUSE D. VIET / © ANGELIQUEOPHOTOGRAPHY / © CRT OCCITANIE D. VIET - © P. THEBAULT / © GRAINE DE PASTEL TOULOUSE / © VILLE DE MONTPELLIER / ©MOCO MONTPELLIER3M / © OT MONTPELLIER / © OT TOULOUSE / ©SHUTTERSTOCK - OT MONTPELLIER / © CH RUIZ MONTPELLIER3M / © MARIE FRAYSSINET / © FRANCE2 USGS / © P. BENOIST ADT AUDE / © BIT PERPIGNAN / © OLIVIER RIVIÈRE / © H. LECLAIRE ASPHÈRIES / © CITÉ DE L'ESPACE / © FRANÇOIS PONS / © M. FASOL - CULTURESPACES / © MAMOURBLOGUE.FR / © OFFICE DE TOURISME DE PERPIGNAN / © ADT82 LAURIANE DONZELLI / © OT PORT VENDRES / © LAURIE BIRAL VILLE DE NARBONNE / © OT NÎMES / © OT NARBONNE / © J.MOREL- ADT LOT / © S.RAMILLON - VILLE DE NÎMES / © COLLECTION TOURISME CERS - MUSÉE DES AMÉRIQUES- MAIRIE AUCH / © G. DELERUE / © CYRIL NOVELLO / © VILLE DE NARBONNE L. DEBANDE / © OT PERPIGNAN / © LAURENT PICCOLILLO / © HG TOULOUSE VDEF / © STADE TOULOUSAIN RUGBY