



1

Direction l'Ariège, plus précisément la station Ax 3 Domaines, sur les hauteurs d'Ax-les-Thermes, pour pratiquer du snake gliss en fin de journée. Pour associer le plaisir de la descente en luge en forêt et la convivialité, les guides de la station proposent des sessions d'1h30 de glisse à bord d'un train de luges reliées entre elles, piloté par un guide. Le rendez-vous est fixé au pied des pistes à 16h30 pour emprunter les dernières remontées mécaniques et s'élancer sur les pistes désertes depuis le départ, à 2000 mètres. Pendant plus d'1h, glissades, sensations fortes et chutes sont au menu, dans un superbe décor naturel.

Plus d'infos : www.guides-ariège.com (Groupes de 4 à 6 personnes. A partir de 12 ans - Taille minimum 1,20m)

© Bureau des guides des Pyrénées Ariégeoises

La montagne pour tous !

2

Dans les **Hautes-Pyrénées**, dans la vallée d'**Argelès-Gazost**, Gilles Tosca organise toute l'année des balades en compagnie de ses **lamas**. Familles, groupe d'amis, sportifs, personnes en situation de handicap... Il adapte les itinéraires aux niveaux des participants. Le temps d'une demi-journée, la marche sur les sentiers enneigés, en menant les lamas, dociles, ravira petits et grands.

© Lamas des 7 vallées



Plus d'infos : Les lamas des 7 vallées, 06 26 23 83 24
Tarifs : adulte 25 €, enfant 18 €, gratuit jusqu'à 5 ans.

3



© Réserve des Bisons d'Europe

Dépaysement garanti à la réserve de bisons d'Europe de **Sainte-Eulalie**, sur le plateau de la Margeride, en **Lozère**. En hiver, la visite se fait en traîneau, tiré par de grands chevaux, à la faveur d'un enneigement qui donne aux paysages lozériens un air de Grand Nord canadien. Bien emmitoufflé, on part pour une balade à la découverte des impressionnants bisons d'Europe, qui vivent ici en liberté. Mention particulière aux guides qui manient le traîneau avec dextérité et partagent de nombreuses anecdotes sur l'histoire de la réserve et celle des animaux, que l'on retrouve ensuite au musée attenant. Et en ouvrant bien l'œil, il est aussi parfois possible de repérer un groupe de cerfs...

Plus d'infos : www.bisoneurope.com

© Laurent Boutonnet



La saison de plongée sous glace est courte, elle nécessite une importante couche de glace. Il est indispensable de se renseigner auprès du centre de plongée pour s'assurer que la pratique est possible.

4

Plutôt insolite de la plongée sous-marine en hiver et en montagne ! C'est pourtant possible aux **Angles**, dans les **Pyrénées-Orientales**. Celles et ceux qui n'ont pas froid aux yeux peuvent y réaliser durant une vingtaine de minutes un baptême de plongée sous la glace. C'est au lac de Balcère, entouré de pins, dans une eau à 2 degrés, que se pratique l'expérience. Relié à un fil d'Ariane, et une fois équipé d'une combinaison épaisse, on se glisse dans l'eau et on s'émerveille des jeux de lumière ainsi que du voyage des bulles emprisonnées par le plafond gelé qui recouvre le lac... C'est féérique !

Plus d'infos : www.plongee-cap-cerbere.com (À partir de mi-janvier)
www.rederis.com (À partir du 1er février. À partir de 16 ans)



© Patrice Tiebaut - CRT Occitanie

5

Quoi de mieux après une journée de ski ou de randonnée raquette par grand froid que de se relaxer dans des eaux chaudes ? Dans les Pyrénées, plusieurs centres de balnéothérapie et thermoludisme offrent de nombreuses formules pour se détendre.

Plus d'infos : www.tourisme-occitanie.com

STATIONS DE SPORTS D'HIVER : ALLEZ-Y EN TRAIN RÉGIONAL

ALLEZ-Y
AVEC liO



Cet hiver, la Région Occitanie et liO proposent des bons plans pour se rendre dans les stations de sports d'hiver d'Ariège, Aveyron, Hautes-Pyrénées, Haute-Garonne et Pyrénées-Orientales, en trajet simple en car ou en offre combinée train + forfait avec SKIRAIL.

Exemples :

• **liO Train** > **Ax 3 Domaines (Ariège)** :
 l'offre SKIRAIL inclut le trajet A/R en train liO à tarif réduit + le forfait ski à tarif réduit
 + la navette de la gare à la station
Forfait journée : Adulte - **43€** / Jeune - **37€** /
 Enfant - **30€**

• **liO Autocar** > **Pyrénées 2000 (Pyrénées-Orientales)** :
 Ligne 560 - Perpignan - Bolquère (**1€**)

Plus d'infos :

liO Train - Infos et horaires : trainlio.sncf.com

liO Autocar - Infos et horaires : mestrajets.lio.laregion.fr

Pensez à la carte « No souci Pyrénées » Carte de réduction à 39€
 pour faire le plein de réductions sur vos forfaits de ski dans 14 stations N-Py.