

**LE PETIT
ESPANTÉ**

LE DOSSIER
DE PRESSE 2025

Tarn émoi

SENTIR BATTRE LE TARN INSOUÇONNÉ



[TOURISME-TARN.COM](https://www.tourisme-tarn.com)

TARN
OCCITANIE

TARN

OCCITANIE



TARN-ET-GARONNE

MONTAUBAN 19 km

VILLEMUR-SUR-TARN 18 km
MONTAUBAN 41 km

TOULOUSE 37 km

HAUTE-GARONNE

TOULOUSE 58 km

LÉGENDE
Voie Verte
Parc Naturel Régional Haut-Languedoc
Circuit de randonnée

10 kilomètres
Cartographie : Com Together
Janvier 2024 - comtogether.fr

Najac

VILLEFRANCHE-DE-ROUERGUE 34 km
FIGEAC 74 km

RODEZ 41 km

AVEYRON

MONTPELLIER 78 km

PARC NATUREL RÉGIONAL HAUT-LANGUEDOC

HÉRAULT

AUDE

NARBONNE 25 km



Apprécier le Tarn, avec les yeux comme avec le cœur

Terre d'authenticité, riche d'histoire et de traditions, prodigue de la beauté de ses paysages et de sa biodiversité, le Tarn est une destination qui suscite l'émotion.

Courbes sensuelles des granits du Sidobre et ondulations attirantes des collines de la « petite Toscane » font battre les cœurs, tandis que les panoramas époustouflants de Cordes sur Ciel coupent littéralement le souffle. Sérénité transmise par les vieilles pierres des bastides, quiétude du vignoble de Gaillac ou murmure des rivières apaisent l'esprit, tandis que l'hospitalité chaleureuse des Tarnais, l'effervescence de leurs marchés gourmands, la joie de vivre des guinguettes et la flamboyance des monuments historiques éveillent les sens.

Véritables passeports pour une aventure affective et enrichissante à la fois, les pages de ce dossier de presse explorent quelques-uns des trésors de cette destination unique.

Alors on retient sa respiration avant de poser le pied sur la vertigineuse passerelle himalayenne de Mazamet, on chuchote pour ne pas effrayer les castors qui habitent les rives du Tarn, on ferme les yeux le temps d'une pause yoga au cœur du musée Goya de Castres et on savoure la plénitude d'un verre de vin de Gaillac lors d'une soirée vigneronne... Puis on crie de joie sur les eaux de l'Agout, on passe la vitesse supérieure au guidon d'une trottinette électrique dans les Monts de Lacaune, on danse à la fraîcheur de la nuit sous les lampions d'une guinguette estivale, et on escalade avec entrain les dunes rouges de Maraval !

Que l'on soit en quête d'adrénaline ou de sérénité, le Tarn sait éveiller les sens et nourrir les âmes d'expériences inoubliables.

CONTACTS PRESSE



Valérie BOUTET

Attachée de presse

Tarn Attractivité

valerie.boutet@tourisme-tarn.com

06 83 15 97 74

Pascal MARGUERON

Consultant média et social média

Agence AiRPur

pmargueron@agence-airpur.fr

06 81 55 96 68

CONTRIBUTEURS

Rédaction : AiRPur ; Valérie Boutet

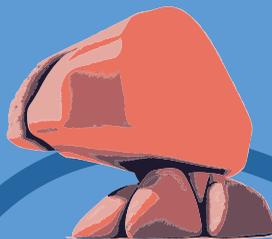
Direction artistique : Sandrine Lucas • **Photos :** Marie-Charlotte Teulières / Michmich en Vadrouille ; Pascale Walter ; @Entre2poles ; @Mary Quincy ; Olivier Octobre ; Raynaud photo ; Jacques Sierpinski , Luc Béziat ; @Les baroudeurs liégeois ; Station Bee's ; Miles and Love ; Maison de Jean Jaures ; D.R. Hôtel Mercure ; Buchowski Photography ; Loïc Lagarde ; @Voyageurs français ; Xavier Floutard - Vayleux ; On met les voiles ; French Wanderers ; Salaison de Lacaune ; @Trip in wild. Couverture : @Marie-Charlotte Teulières / Michmich en Vadrouille

TARN ATTRACTIVITÉ

Hôtel Reynès • 10, rue des grenadiers 81000 Albi • tourisme-tarn.com



5 BONNES RAISONS d'aimer le Tarn



Fortes têtes

Cathares refusant d'abjurer leur foi, Jaurès combattant la guerre, rochers du Sidobre défiant les lois de l'équilibre. De fortes têtes, ces Tarnais !



Chez les chaleureux

Franches poignées de main, accolades, poutous, sourires, toujours à la lèvre une blague ou un mot gentil. Les Tarnais sont comme ça : chaleureux.



Les copains d'abord

Qui dit Tarn dit rugby. Et qui dit rugby dit esprit d'équipe. Ici, avec ou sans ballon ovale, on aime partager des moments festifs et joyeux.



Rien ne presse

Dans le Tarn, il est recommandé de prendre le temps. Le temps de prendre le temps de revenir à l'essentiel.



Espanté !

Villages perchés, vignobles ensoleillés, collines dodues, lacs, rivières, forêts... Cette diversité des paysages laisse toujours les visiteurs espantés*.

*Surpris, ébahis

A scenic view of a suspension bridge over a deep valley. The bridge is made of metal and has a person in a red shirt walking on it. In the background, there is a stone building on a hillside, surrounded by dense green trees. The sky is clear and blue.

Les grands frissons

Vibrations intenses au fil des reliefs, ou sérénité des grands espaces : les aventures vécues dans le Tarn ont en commun de faire battre tous les cœurs.

Hauteur de vues

ITINÉRAIRES DE RANDONNÉE VERS LA PASSERELLE DE MAZAMET

Fine silhouette d'acier se détachant sur la verdure de la Montagne Noire, la passerelle himalayenne de Mazamet offre une expérience unique en Occitanie. Trait d'union entre deux versants, suspendue à 70 mètres au-dessus des gorges de l'Arnette, elle relie Mazamet au village médiéval d'Hautpoul par un cheminement aérien de 140 mètres de long. Accessible par deux itinéraires boisés, elle récompense les randonneurs d'une vue époustouflante sur la vallée, tandis qu'à la nuit tombée, les illuminations la transforment en féérique ruban de lumière.

→ Depuis le parking de la Jamarié – accès par les jardins Cormouls-Houlès 1.5 km, 30 min environ – accès par le sentier de la Jamarié 670 m, 15 min environ - accès libre 24/24h – Illumination de la passerelle tous les soirs de la tombée de la nuit à 2h du matin
📞 tourisme-castresmazamet.com



La cerise sur le tacot

VISITE PANORAMIQUE D'ALBI EN 2CV AVEC LE TACOT CATHARE

Avec son irrésistible bouille vintage, Griotte la pétillante 2CV rouge et blanche emporte agilement ses passagers au cœur du centre historique d'Albi. Capote ouverte et nez au vent, on admire les camaïeux d'ocre et de rose de la majestueuse cité épiscopale, inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO, tout comme l'impressionnante cathédrale Sainte-Cécile ou encore les arches majestueuses du pont Vieux. Marc, chauffeur prodigue d'explications éclairées, transforme cette visite guidée en joyeuse et passionnante excursion panoramique !

→ Durée 1h15 - A partir de 26,5 €.
📞 letacotcathare.fr



Un Grain de Sel dans la rando

RANDONNÉE NATURE AVEC VUE AUTOUR DE CORDES SUR CIEL

Comment profiter de la magie de Cordes sur Ciel, au plus près de la nature et loin des sentiers battus... ? Le chemin du Grain de Sel sinue le long de la vallée du Cérou, réservant aux marcheurs de magnifiques perspectives sur la cité médiévale et sur les hautes terres du Ségala. En compagnie des alouettes, huppes fasciées et fauveltes passerinettes, on arpente des terres aux couleurs contrastées, classées zone naturelle d'intérêt écologique, faunistique et floristique. Au détour d'une ancienne voie ferrée, de moulins à eau et de belles demeures XIXe, hérons, ragondins et chevreuils croisent parfois la route des randonneurs discrets... au bout du chemin, au lieu-dit du Pied Haut, la fin de la balade ne manque pas de sel : le panorama iconique de la cité aux cent ogives s'offre en bouquet final !

→ 10,6 km – durée 3h – niveau de difficulté intermédiaire. Possibilité d'accéder au point de vue depuis le parking du grain de sel (ou Pied Haut), 10 min de marche.

📍 randopleinenature.tarn.fr



L'histoire au courant



SORTIE ENCADRÉE EN TROTTINETTE ÉLECTRIQUE SUR LA RIGOLE RIQUET

Au rythme de la trottinette électrique défilent sans effort la voûte soigneusement maçonnée sous laquelle s'enfuient les eaux du canal du Midi, l'accueillant lac de Saint-Ferréol qui fut autrefois la première et la plus grande retenue artificielle d'Europe, une canopée faite de pins douglas propice à la promenade, ou encore un romantique parc à l'anglaise agrémenté de son photogénique jet d'eau invitant à la découverte ! Derrière le guide, c'est une excursion ébouriffante entre histoire et nature qui se vit au cœur de la Montagne Noire, en quête du génie bâtisseur de Pierre-Paul Riquet et de Vauban, et riche de sensations électrisantes. La traversée de la voûte Vauban aux Cammazes au bord de la fraîche Rigole ajoute son piquant pour vivre sa propre part de l'histoire !

→ Sortie encadrée en trottinette électrique – à partir de 35 €.

📍 basedeloisirs-revel.com



Montées d'adrénaline

Célébrer la vie et la beauté, éprouver le bonheur à l'état pur et dépasser ses limites : chaque bouffée d'air frais matérialise une connexion profonde avec la nature tarnaise.





Castors entre chien et loup

**SORTIE EN CANOË AUX FLAMBEAUX
SUR LES TRACES DES CASTORS À TRÉBAS**

Clapotis et chuchotements, rythme lent des eaux de la rivière et derniers feux du soleil couchant : entre Trébas et Ambialet, l'aventure crépusculaire a des accents à la fois paisibles et sauvages, dans le cadre spectaculaire de la Vallée du Tarn. Suivant les indications de Charly, guide passionné, on pagaie avec discrétion, attentif aux bruissements émanant des berges, guettant la silhouette pataude d'un castor affairé... C'est que le croqueur de bois, bien qu'ayant hardiment recolonisé les rives du

Tarn depuis les années 2000, tient à sa tranquillité ! Prieuré en ombres chinoises et falaises abruptes, envol furtif d'un oiseau nocturne et stridulations des insectes luisants composent un tableau serein, dans lequel on savoure les plaisirs magiques d'un véritable moment suspendu.

→ **2 km, navigation sur plan d'eau d'Ambialet**
19h30-22h30 – Planche apéritive à la Casa Coco
et balade accompagnée : 25 €.
📍 canoe-trebas.com

→ **NOUVEAU** ←

Pigeon, marche !

RANDONNÉE SUR LE CIRCUIT DES PIGEONNIERS À LOMBERS

Qui sait que le Tarn abrite une concentration étonnamment variée de pigeonniers ? Carrés, cylindriques, sur pilotis, en briques ou en bois, ils sont plus de 1700 disséminés sur le territoire. À Lombers, un échantillon représentatif de ces constructions traditionnelles peut être admiré en quelques heures de pittoresque promenade. Au fil des panneaux d'interprétation jalonnant le parcours, histoire rurale et vigneronne s'entremêlent, la fiente des pigeons étant autrefois valorisée dans les vignes de Gaillac et les cultures de pastel, tandis qu'un pas de côté emmène les visiteurs vers le musée du « Chai aux Pigeonniers ». Et pour un clin d'œil

gastronomique unique, rendez-vous à la Table du Mont Royal, à la fois ferme-auberge et élevage, où naissent les fleurons roucoullants de la volaille française...

→ **13,8 km – durée 3h**
niveau de difficulté intermédiaire
📍 randopleinenature.tarn.fr



→ NOUVEAU ←

Odysée martienne à Maraval

SENTIER PÉDESTRE DES DUNES DE MARAVAL

Végétation clairsemée et dunes rougeâtres ondulant sous le soleil... Serait-ce le Colorado ? Ou quelque lointain paysage d'Afrique aux couleurs incandescentes ? Nenni, c'est le Tarn ! Le rougier de Maraval se déploie en canyons exotiques creusés dans une terre ocre au pied de Cordes sur Ciel.

Les oxydes de fer sont la raison de la teinte atypique du sol, tandis que les nombreux cours

d'eau en ont façonné les reliefs : suivre le sentier de Maraval donne l'impression d'arpenter seul au monde un territoire que l'on dirait martien. Flore et faune de cet Espace Naturel Sensible se sont adaptés, à présent c'est à chacun de mettre un nom sur son dépaysement...

→ 1,7 km – durée 30 min

niveau de difficulté facile

📍 randopleinenature.tarn.fr



→ NOUVEAU ←

L'Agout fait des vagues

TRAVERSÉE DÉCOUVERTE DE CASTRES EN CANOÉ-KAYAK

Les eaux de l'Agout ont parcouru des kilomètres avant d'arriver à Castres, fraîches et vives, chargées de l'énergie des pluies tombées sur les Cévennes et la Montagne Noire. Avec entrain, elles embarquent les adeptes de sports nautiques dans une promenade qui combine frisson des sensations et agrément des paysages. À bord du kayak ou du canoë, on pagaie au cœur de la « petite Venise du Tarn » à quelques mètres des bâtisses colorées où vivaient autrefois les tanneurs, avant d'atteindre la passerelle encadrée de verdure. Mais auparavant, marins d'eau douce, il aura fallu franchir avec son esquif la chaussée de l'ancien moulin : et ça secoue !

→ Location canoë ou kayak – durée 3h – à partir de 25 €.

📍 canoekayak-castres.fr





Expression(s) de surprise

Pour éveiller les sens et créer la passion, le Tarn se décline en expériences uniques, parfaitement insolites, et pleinement authentiques !



Peace and road

CIRCUIT DES BASTIDES EN COMBI VW

Jaune, orange ou vert, ils carburent à l'aventure ! Les Combis Volkswagen d'Occitanie Combi connaissent toutes les petites routes qui relient les bastides du Tarn, emmenant leurs passagers de verts pâturages en charmantes ruelles pavées. Look délicieusement rétro, toit relevable, matériel de camping et batterie solaire : ils sont un moyen de locomotion agréable et original pour cahoter à son rythme au fil des plus beaux spots de la destination. Munis de leur roadbook « La route des bastides », les « slow travellers » n'ont plus qu'à tourner la clef de contact, et c'est parti !

→ **Location Combi VW tout équipé : la journée à partir de 125 €.**

📍 occitaniecombi.fr



Bienvenue en Lacaunie

EXCURSION EN TROTTINETTE ÉLECTRIQUE DANS LES MONTS DE LACAUNE

Situés à l'extrémité sud du Massif central, les Monts de Lacaune sont de ces contrées encore largement préservées des foules : les sommets verdoyants aux pentes parcourues de brebis composent des paysages à couper le souffle, largement dévolus à l'élevage. Au sein de ces vastes étendues, la trottinette électrique permet de relier facilement quelques-uns des meilleurs salaisonniers du Tarn, aussi bien que les lacs et les tourbières qui parsèment les environs entre chemins forestiers et plateaux parsemés de genêts. Au guidon de l'engin tout terrain, on écoute le silence et on se laisse volontiers séduire au détour du col du Picotalen par des itinéraires alliant secrets gastronomiques et bouffées d'air pur !

→ **Location trottinette électrique tout terrain avec casque et gants – durée 1h - à partir de 25 €.**

📍 Trapanelle





→ NOUVEAU ←

Deux-roues rétrofuturiste

BASTIDES ET ROUTES DE L'AIL EN SOLEX ÉLECTRIQUE

Le Solex, c'était avant... mais le Solex électrique c'est maintenant ! Riche de plus d'un siècle de capital sympathie auprès des Français, l'icône deux-roues s'habille d'électrons pour propulser son passager vers (vert !) toujours plus de découvertes, en silence et sans émissions. Flexibilité, originalité, agilité : l'engin alliant style rétro et technologie moderne relie sans effort les jolies bastides de Lisle-sur-Tarn ou Rabastens aux vignobles de Gaillac, en passant par de pittoresques villages

et sites patrimoniaux. On peut aussi partir en Pays de Cocagne, sur les chemins de l'Ail Rose à Lautrec, Plus beau village de France. Le temps d'une balade confortable et bucolique, on sillonne petites routes paisibles et chemins de traverse du Tarn, à la recherche d'un temps que les moins de 20 ans peuvent désormais connaître !

→ Location solex électrique
à partir de 8 €. pour 30 min / 35 € la demi-journée
🌐 roulerretroecolo.fr



Une journée au charbon

EXPÉRIENCE « UNE JOURNÉE À LA MINE »
AU MUSÉE-MINE DE CAGNAC-LES-MINES

Casque sur la tête et décor industriel aux alentours : l'heure est venue de descendre dans les profondeurs de la mine. L'ascenseur s'ébranle et entame son trajet lorsque, soudain, se font sentir les vibrations qui annoncent un coup de grisou... Mais ouf ! Ce n'est que pour mieux recréer le quotidien des mineurs que le musée de Cagnac soigne à ce point l'ambiance. Plus de 300 mètres de galeries parfaitement reconstituées

retracent des siècles d'exploitation du charbon dans le bassin minier Carmaux-Albi, à coup de pics et de pioches, puis de machines géantes. Récemment repensées et dotées de nouvelles technologies de son et d'éclairage, les salles d'exposition sont une véritable plongée dans la vie des « gueules noires », au fil d'une scénographie moderne et immersive.

→ **Durée 2h – à partir de 8 €.**

📍 musees.tarn.fr



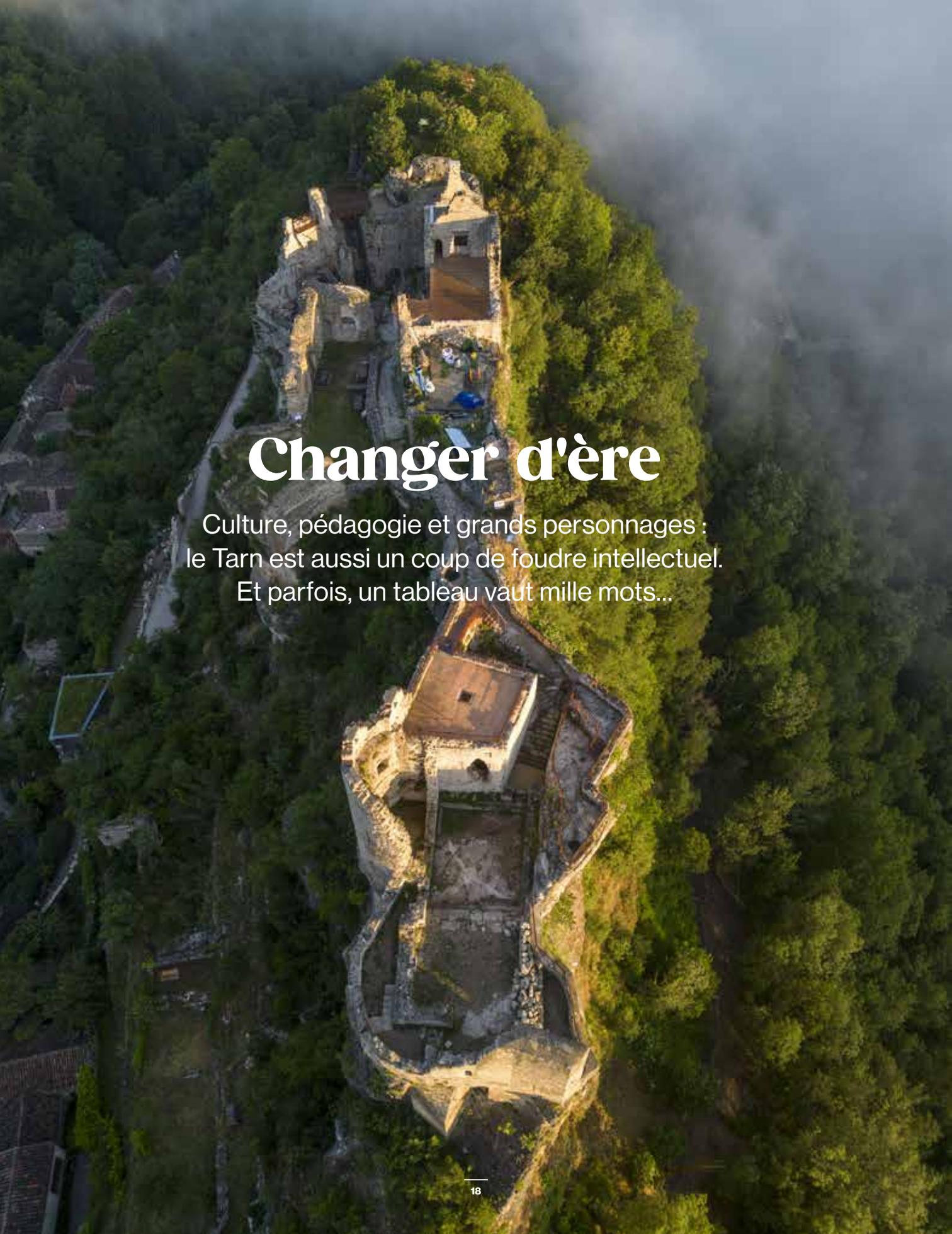
Zoom sur LES PAS DES « GUEULES NOIRES »

PROMENADE SUR LE SENTIER « BALADE EN SOL MINEUR »

Après l'obscurité et les sensations souterraines des galeries, cet agréable sentier pédestre permet de poursuivre en plein air la découverte du monde de la mine au fil de panneaux pédagogiques, jusqu'à la cité ouvrière des Homps. Le charbon du Ségala et le quotidien de ses ouvriers, forçats des profondeurs, et leurs histoires humaines n'a plus aucun secret.

→ **Au départ du musée-mine - 4 km – durée 1h30 – niveau de difficulté facile**

📍 tourisme-tarn.com

An aerial photograph of a large, multi-story stone castle ruin perched on a steep, forested hillside. The ruins are made of light-colored stone and feature several rectangular windows and doorways. The surrounding area is covered in dense green trees, and the sky above is filled with soft, white clouds. The overall scene is serene and historical.

Changer d'ère

Culture, pédagogie et grands personnages :
le Tarn est aussi un coup de foudre intellectuel.
Et parfois, un tableau vaut mille mots...

→ ANNIVERSAIRE 15 ANS ←

Penne l'indomptable

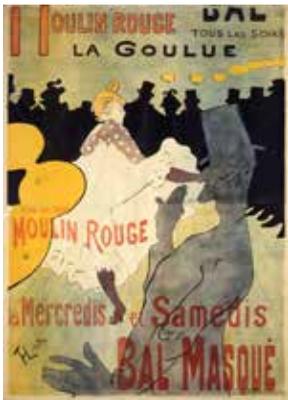
NOUVEL ESPACE MUSÉOGRAPHIQUE DE LA FORTERESSE DE PENNE

Surplombant romantiquement la forêt de Grésigne et les gorges de l'Aveyron, l'impressionnante forteresse de Penne n'en finit pas de raconter son histoire : celle d'un fleuron de l'architecture militaire du XIIIe siècle, haut lieu du catharisme, qui a affronté la guerre, puis le démantèlement et l'abandon pendant près d'un demi-millénaire. De là-haut, sur cet éperon rocheux on surplombe au paysage sauvage depuis les plateformes vertigineuses aménagées. Le tout nouveau centre d'interprétation rassemble les trouvailles archéologiques ainsi que les

inestimables enseignements du chantier médiéval de restauration. Objets du quotidien, mobilier de collection, fabuleuses maquettes et collection d'épées font tourner la tête aux petits, comme aux grands, passionnés d'histoire, comme jadis à son actuel propriétaire qui a tenu sa promesse : « Papa, quand je serai grand j'achèterai ce château » !

→ Visite libre ou guidée, centre d'interprétation et sentier paysager – tarif plein 7,5 €. / réduit 6 €. / enfant 4 €.

📍 chateau-penne.com



→ ÉVÈNEMENT ←

Lautrec s'affiche

MUSÉE TOULOUSE-LAUTREC À ALBI

Loué de son vivant pour ses affiches novatrices et percutantes, Henri de Toulouse-Lautrec s'est révélé être un excellent lithographe et un précurseur de l'affiche moderne publicitaire. 160 ans après la naissance de l'artiste, le Musée Toulouse-Lautrec mettra en valeur son fonds d'affiches spécialement restauré et présenté pour l'occasion, et le confrontera à des réalisations d'autres affichistes renommés comme Jules Chéret ou Alfons Mucha.

→ Toulouse-Lautrec, précurseur de l'affiche publicitaire au Musée Toulouse-Lautrec à Albi
Du 29 avril au 31 août

📍 [Musee Toulouse-Lautrec](http://Musee-Toulouse-Lautrec)

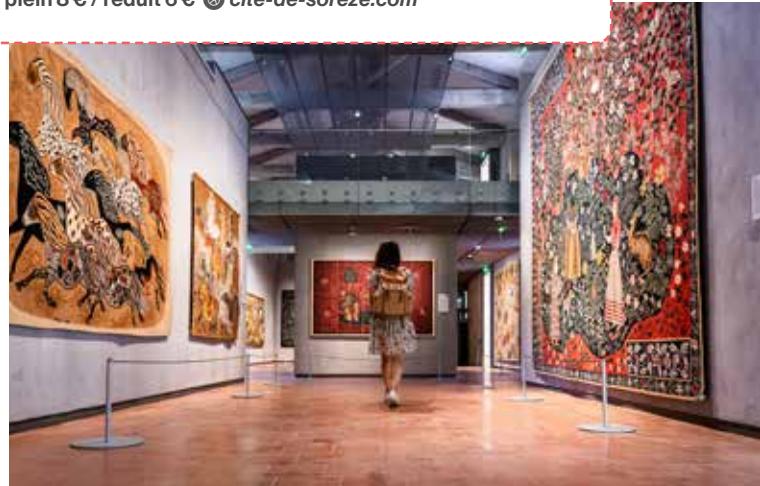
→ ANNIVERSAIRE 10 ANS ←

UNE DÉCENNIE POUR TISSER LA LÉGENDE

MUSÉE DOM ROBERT

Des prairies aux fleurs multicolores qui ne fanent jamais, des poneys joyeux aux éclatantes crinières, ou encore de bondissantes antilopes : bienvenue dans les tapisseries uniques imaginées par Dom Robert, moine cartonnier, peintre et dessinateur. Niché au cœur de la cité de Sorèze, le musée qui porte son nom célèbre une décennie de mise en valeur de ses œuvres spectaculaire et de celles de ses contemporains, sur plus de 1500 m² d'exposition. Reconnu Grand Site d'Occitanie et classé Unesco au titre de la tapisserie d'Aubusson, c'est un lieu où art, savoir et nature se conjuguent, tissant une expérience immersive dans l'univers de la tapisserie.

→ Tarif plein 8 € / réduit 6 € 📍 cite-de-soreze.com





Yoga Goya

ATELIER YOGA AU MUSÉE GOYA DE CASTRES

En équilibre parmi les chefs-d'œuvre de la peinture hispanique, respirant au rythme de la série Gaudi de Joan Miro, ou serein face à La Junte des Philippines, c'est à une expérience atypique et relaxante que nous invite le musée Goya de Castres. Sous la direction d'Isabelle, au sein des salles de l'ancien palais épiscopal récemment restauré, on prend le temps de soigner ses mouvements, puis de participer à un

atelier artistique de création de mobile. Les pensées vagabondent en suivant les œuvres d'une collection unique en France, permettant au corps et à l'esprit de s'aligner. Pour redécouvrir l'art, voici une aventure insolite, voyage sensoriel et culturel, qui se vit au cœur de la magie du musée.

→ **Renseignements et réservations auprès du musée**
tarif à partir de 9 € 📞 www.museegoya.fr



→ **ÉVÈNEMENT** ←

LE LOUVRE S'INSTALLE CHEZ GOYA

Durant la rénovation de sa grande galerie dédiée à la peinture espagnole, le musée du Louvre confie une partie de ses collections au Musée Goya. Un hôte naturel quand on sait que le musée castrais présente la plus importante collection d'art hispanique en France après le Louvre. Quatre chefs d'œuvre majeurs du Siècle d'Or espagnol, représentatifs du XVII^e siècle rejoignent Goya : notamment un tableau

d'El Greco et des natures mortes des peintres espagnols Melendez, Espinosa et du portugais Gomes Figueira.

→ **Le Musée Goya accueille les chefs d'œuvre du Louvre – Du 1^{er} février au 5 octobre**

→ **Pilar Albarracín, Mujer Du 12 avril au 28 septembre**

→ **Biennale Echo(s) : Regards sur l'Espagne Du 18 octobre 2025 au 1^{er} février 2026.**

📞 museegoya.fr

→ NOUVEAU ←

Le Tarn raconte Jaurès

RANDONNÉE ET ESPACE JEAN-JAURÈS À PAMPELONNE
MAISON DES ILLUSTRÉS À BESSOULET

Profondément enraciné dans les terres qui l'ont vu naître, Jean Jaurès a sillonné le Tarn lors de ses campagnes sur les chemins ruraux. Pampelonne nous emmène sur le chemin de «Lou nostre Jeannot» : en quelques kilomètres, on met ses pas dans ceux de l'homme d'État, de sa jeunesse castraise à la défense des mineurs de Carmaux, en passant par ses positions pacifistes. Dans l'ancienne bastide qui est aujourd'hui l'espace Jean-Jaurès, de nombreux souvenirs personnels complètent le portrait du grand homme. Un peu plus loin, à Villefranche-d'Albigeois, c'est dans le quotidien tranquille de Jaurès que nous plonge la visite du domaine de Bessoulet. Labellisé Maison des Illustres, le domaine nous murmure les rires d'enfants, les crissemments de la plume assidue au bureau et les repas généreux, une empreinte du pays où il aimait se ressourcer. Beaucoup d'humanité, d'intimité, mais aussi d'histoire, petite et grande, qui se mêlent dans un lieu si particulier.

- Randonnée sur les pas de Jean Jaurès 6,5 km
durée 1h30 - départ devant la mairie de Pampelonne
- Espace Jean-Jaurès de Pampelonne entrée gratuite
- 📍 pampelonne-tarn.com
- Domaine de Bessoulet visites guidées
en été ou sur rendez-vous
- 📍 tourisme-tarn.com



Sens essentiel

Vivre des moments suspendus pour renouer avec soi-même : le moment est venu d'accepter les douces invitations à l'évasion de l'accueillante nature tarnaise.





Martels tutoie Majorelle

LES JARDINS DES MARTELS, L'UN DES 100 PLUS BEAUX JARDINS DU MONDE À GIROUSSENS

Parcourir cinq continents de verdure et de couleurs, en un seul et même endroit, se perdre au cœur de l'un des 100 plus beaux jardins du monde, qui côtoie les jardins Majorelle ou ceux de Chambord, respirer le parfum des fleurs et s'abîmer dans la contemplation des bassins de lotus et de nénuphars... Les Jardins des Martels sont une escapade à la fois poétique et bucolique, un enchantement qui invite ses hôtes à passer du jardin méditerranéen aux serres exotiques, à parcourir la roseraie ou se prendre en photo au cœur du pavillon balinais. Daturas, asters, hibiscus géants, plus de 3000 espèces de plantes s'épanouissent dans ce formidable espace floral tarnais, patiemment imaginé et entretenu par la famille Reynier : incontournable.

→ Tarif adulte à partir de 9,5 €. / enfant 5,5 € 🌐 jardinsdesmartels.com



Sève des sens

BAIN DE FORÊT À BUSQUE

Cathy et Seb ont pensé Éco Ceiba avec leur cœur et les souvenirs ramenés de leurs voyages. Au sein d'un domaine de cinq hectares comprenant un jardin pédagogique, un verger, une mare et une forêt de chênes, ils ont créé des logements cocons insolites et des ateliers essentiels tournés vers la nature. Marcher les yeux bandés pour mieux ressentir son environnement, entrer en méditation de pleine conscience ou apprendre à connaître le fonctionnement d'une ruche, sont parmi les activités sensibles proposées. Et pour se reconnecter profondément avec le vivant, on choisit de se plonger dans un bain de forêt ressourçant, à l'écoute des arbres et de ses sensations : une véritable parenthèse de bien-être où on partage son réveil avec les daims.

→ Hébergement en cocon à partir de 130 €. – Ateliers à partir de 15 €.

🌐 ecoceiba.fr







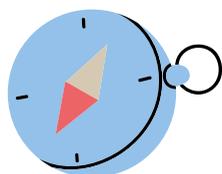
Promenade avec les chimères de granit

RANDONNÉES ENCHANTÉES DANS LE SIDOBRE

Une oie gigantesque qui fixe pensivement l'horizon, un empilement de fromages cyclopéens ou bien un phénoménal caillou de 800 tonnes en équilibre pour l'éternité, comme par magie... le Sidobre est un monde à part ! Plus grand massif granitique d'Europe, il est sillonné par une soixantaine de sentiers de randonnée qui emmènent les marcheurs vers ses curiosités les plus remarquables. Rochers arrondis et rivières de blocs envoûtent petits et grands, au fil d'une immersion en pleine nature. Nul besoin de se presser, les acteurs monumentaux de cette terre de légendes ont tout leur temps...

→ 60 sentiers balisés - durée 10 min à 6h selon parcours

📍 tourisme-tarn.com



Spéléo-dodo

BIVOUAC SOUTERRAIN EN MONTAGNE NOIRE

Curieuses formations rocheuses et échos des stalactites pour s'endormir : le monde souterrain du Tarn attend ses invités d'une nuit pour leur susurrer ses berceuses des profondeurs... Duvet, tapis de sol : tout est prêt pour l'organisation d'un bivouac original, au fin fond des cavités de la Montagne noire. Sur les pas du guide de Lo des Cavernes, on aborde les rudiments de la spéléologie et les spécificités des grottes locales, puis on s'installe confortablement. Lorsqu'arrive le moment d'éteindre la rassurante lueur de la lampe frontale, vient aussi celui d'affronter la nuit la plus noire, et le silence qui y règne. Bonne nuit au centre de la Terre.

→ À partir de 150 €

📍 lodescavernes.com

Quiétude étoilée

Pour mieux savourer la destination, rien de tel qu'une belle nuit de sommeil : emplacements choisis et décors raffinés, prestations attentives et accueil chaleureux, font du Tarn une destination...de rêve !



→ NOUVEAU ←

Les yeux dans les étoiles

BULLES L'ÉTOILE DU BERGER SUR LE CAUSSE DE CAUCALIÈRES



Partout où se pose le regard ondulent des champs et des bois. En guise d'ambiance sonore : les pépiements des oiseaux et, parfois, les bêlements des agneaux de la ferme de L'Étoile du Berger, élevage de brebis de race « rouge du Roussillon ». Ici sur le Causse, classé Natura 2000, aucune pollution lumineuse de brise l'instant. La voie lactée s'offre à 360 degrés dans l'écrin de deux « bulles magiques » largement ouvertes sur la nature et le ciel étoilé. Confortablement installé, avec un espace spa sous les arbres, on se laisse glisser dans le hamac ou les chaises suspendues...tout comme le temps qui file comme une étoile !

→ **Nuitée avec petit-déjeuner à partir de 205 €** 📞 letoileduberger.com

→ NOUVEAU ←

Au moulin des rêves

NOUVELLE SUITE POUR UNE NUIT ÉPISCOPALE À L'HÔTEL MERCURE D'ALBI

Au pied des façades de briques roses classées monument historique grondent les eaux du Tarn, au sein d'un site architectural exceptionnel. Établi dans les anciens moulins à eau de la vermicellerie d'Albi datant des années 1770, l'hôtel Mercure Albi Bastides se dote en 2025 de nouvelles suites. Est-ce le balcon traversant au-dessus du tumulte du Tarn, la loggia intime avec vue sur Ste-Cécile spot idéal d'une demande en mariage ou la suite en arcades qui offre la plus spectaculaire vue sur la Cité épiscopale et sa cathédrale monumentale : c'est tout à la fois qui nous plonge dans un rêve éveillé empreint de la chaleur des briques rouges d'Albi.

→ **Ouverture mars 2025** 📞 www.all.accor.com



Le saloon se fait mousser

CAMPING WESTERN DES AUZERALS À RABASTENS

La tente sur pilotis attend ses chercheurs d'or, tandis que le chariot reconstitué se fait refuge pour les campeurs baroudeurs et que la diligence traversera (peut-être) la nuit sans être attaquée par des bandits... Mais au camping des Auzerals, c'est le Saloon Spa qui propose l'offre la plus originale ! Espace agréable et équipements dignes d'une location en font le repaire des pionniers qui apprécient en duo l'intimité et le confort. Quant au spa privatif, c'est exactement ce qu'il faut pour le repos des cowboys accompagnés de leur belle : combiné au savoureux panier petit-déjeuner, il contribue à construire une nouvelle vision de l'aventure et du western.

→ **Nuitée et panier petit-déjeuner pour 2 personnes à partir de 150 €**

📞 tourisme-tarn.com





L'adresse de la douce vi'Tarn

CHAMBRE D'HÔTES LA MONESTARIÉ À BERNAC

Loin, très loin des foules, sur le verdoyant domaine de La Monestarié, se dresse une belle villa XIX^e à la silhouette italienne, ombragée par de grands pins parasols. Au sein de ce qui est considéré comme l'une des plus belles chambres d'hôtes d'Occitanie, la dolce vita tarnaise s'incarne en cinq suites élégantes et trois appartements lumineux. Historique patio intérieur aux belles arcades, piscine chauffée, vue champêtre et panoplie étendue de services sont proposés dans un cadre magnifiquement décoré. Proche des attraits d'Albi et des vignobles de Gaillac, La Monestarié transforme toutes les escapades en parenthèses d'exception.

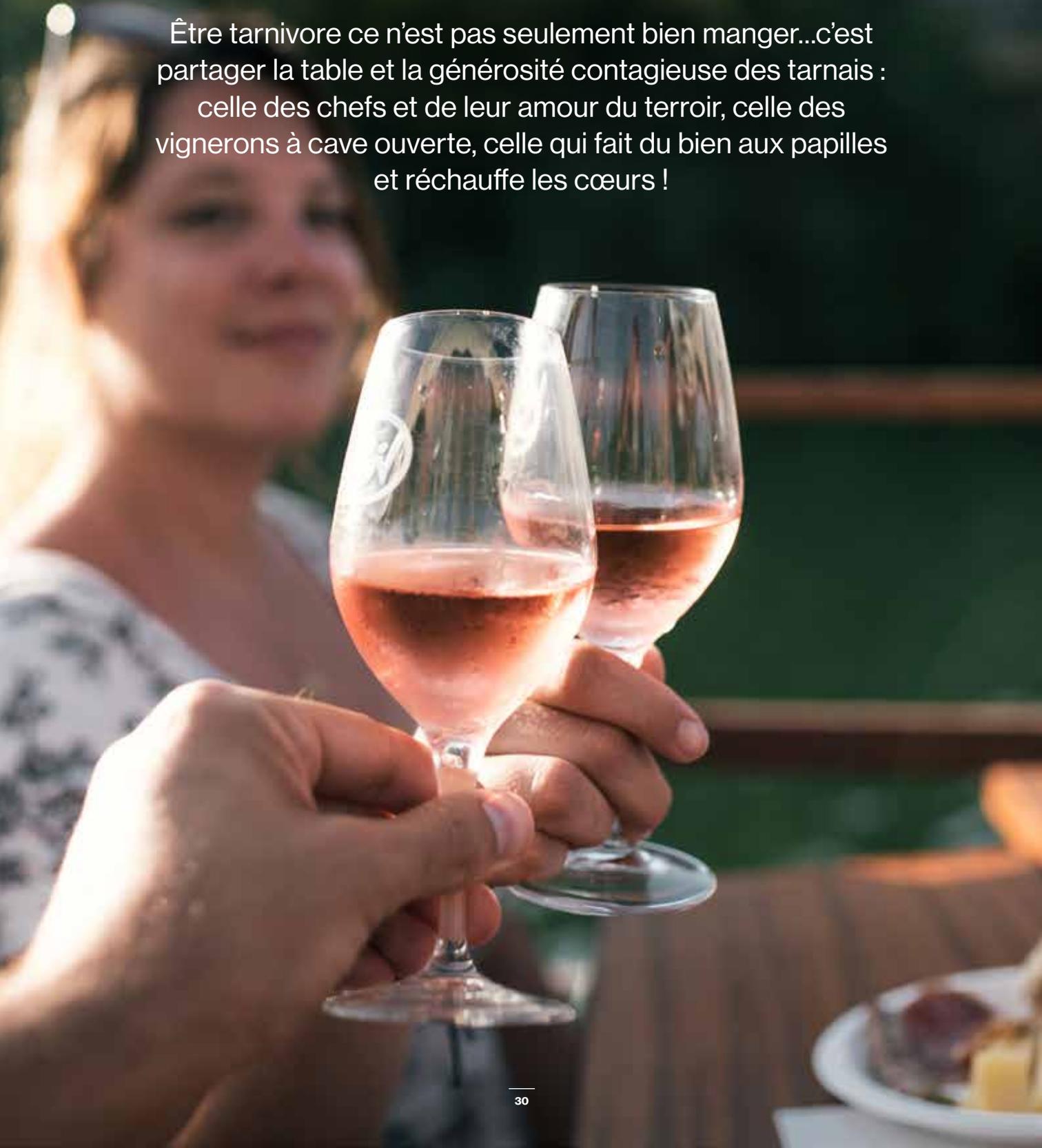
→ **Nuitée avec petit-déjeuner à partir de 140 €**

📍 [domaine-lamonestarie.fr](https://www.domaine-lamonestarie.fr)



Complicités tarnivores

Être tarnivore ce n'est pas seulement bien manger...c'est partager la table et la générosité contagieuse des tarnais : celle des chefs et de leur amour du terroir, celle des vigneronns à cave ouverte, celle qui fait du bien aux papilles et réchauffe les cœurs !





Flonflons sur Tarn

SOIRÉES GUINGUETTE EN BORD DE RIVIÈRE

Lorsque tombe le soir, la chaleur tarnaise se fait plus douce et la campagne comme la ville s'illuminent : il est l'heure de partir guincher ! Chaque été, lampions et tablées généreuses en bord de rivière sont complices de soirées sous les étoiles, ambiance guinguette bon enfant garantie ! Les flonflons raisonnent sur les berges du Tarn à Gaillac, avec promenade au fil de l'eau un verre de Gaillac à la main, à Albi après une balade nocturne en paddle ou sur les berges de l'Agout à Castres sur fond des typiques maisons colorées. Dans les terres, on profite en famille de la guinguette fermière aux Jardins de Martine ou de la guinguette vigneronne au Domaine Gayrard. Quelques pas de danse sur une piste improvisée et l'été peut continuer !

📍 [Programme en saison sur \[tourisme-tarn.com\]\(http://tourisme-tarn.com\)](http://Programme%20en%20saison%20sur%20tourisme-tarn.com)



Chai mon vigneron

APÉRO-CONCERT DANS LES VIGNES DE GAILLAC

Les apéros concerts dans les chais et dans les vignes c'est un peu la marque fabrique du vignoble de Gaillac. Ici vigneronnes et vignerons partagent leur passion à cave ouverte, avec une généreuse envie de raconter leur terroir et les spécificités de leurs cépages. Dans les verres, les duras, loin de l'oeil, braucol ou prunelart dévoilent leurs arômes à la lumière dorée du soleil couchant : assis sur une botte de paille, autour d'une table champêtre, on déguste grillades et fromages fermiers en musique, en donnant la place d'honneur à celui qui fait pétiller toutes les soirées : le Mauzac et ses bulles de méthode ancestrale de Gaillac !

📍 [Programme sur \[tourisme-tarn.com\]\(http://tourisme-tarn.com\) et \[vins-gaillac.com\]\(http://vins-gaillac.com\)](http://Programme%20sur%20tourisme-tarn.com%20et%20vins-gaillac.com)

Chai
mon vigneron
CHARTRE GRAPHIQUE

Manouille record à Lautrec

FÊTE DE L'AIL ROSE

Une manouille géante d'ail rose de Lautrec (24,38 mètres en 2024 !) portée à bout de bras sur de grands plateaux : c'est l'une des attractions de la célèbre fête de l'ail rose à Lautrec. Car cet ail-là est unique : seul ail label rouge de France, en IGP il n'est produit qu'ici dans ce Pays de Cocagne, il a une hampe florale centrale qui permet de constituer des bouquets...d'ail rose ! Lors de sa fête il habille tout le village de Lautrec. La place médiévale du Mercadial se transforme en marché où le rose envahit les étals et les rues sont transformées en tables interminables où s'échangent les bols de soupe à l'ail (préparée avec un soupçon de mayonnaise). Un rég'ail !

→ Fête de l'ail rose à Lautrec, 1^{er} et 2 Août, entrée libre 🍷 Fête de l'ail de Lautrec



→ ANNIVERSAIRE ←

Les mazeliers de Lacaune ont 30 ans !

SALAISONS D'EXCELLENCE À LA CONJONCTION DE 3 VENTS

A 800 mètres d'altitude, les séchoirs à charcuterie d'antan sont toujours visibles à Lacaune. Le vent d'autan chaud et sec, l'humidité des épisodes cévenols et le climat montagnard combinent une alchimie parfaite pour donner naissance aux « meilleures salaisons de tous les temps » ! C'est la promesse des mazeliers de Lacaune qui tiennent leur héritage depuis le 15^e siècle pour confectionner des salaisons à la texture et au fondant incomparables. Même le gras de leur jambon se reconnaît entre mille. Ils maîtrisent l'art du Melsat, de la Bougnette ou du Galabar qui se dégustent dans un esprit bistrot. La Fête de la charcuterie 2025 célébrera les 30 ans des mazeliers et l'héritage ancestral de ses saisonniers !

→ Fête de la charcuterie de Lacaune, 20 juillet 🍷 Salaisons de Lacaune

Guidons et tire-bouchons

APÉRO-VÉLO SUR LES ROUTES DU TARN

Se régaler ou pédaler, pourquoi choisir ? Dans le vignoble de Gaillac, on fait rimer vélo et apéro grâce au savoir-faire du réseau Station Bee's. Au moment où se couche le soleil, on enfourche son destrier électrique et c'est parti pour une balade à la fraîche, de chemins en petites routes, de vignes en bastides. Pas besoin de s'inquiéter de l'itinéraire, on suit le guide jusqu'à une destination aussi typique et authentique que le menu ! À Castelnaud-Montmiral, le charme de la place pavée ceinte de ses jolies arcades opère, au moins autant que celui des rafraîchissements et des tapas colorés. Dans une joyeuse ambiance, on savoure tout simplement le plaisir d'une activité de pleine nature, et celui de trinquer ensemble.

→ **Apéro-vélo chaque mardi et jeudi de 19h à 21h – à partir de 49 €**

📍 **Station Bee's Gaillac**





Ambialet

PÉPITES & EXPÉ- RIENCES TARNAISES



1

VALLÉE DU TARN ET CENTRE TARN BUCOLIQUE ET PRÉSERVÉE

À **Ambialet**, le Tarn te fait perdre la tête. Il coule à droite, il coule à gauche, et enserre la presqu'île dans un de ces méandres. Pour comprendre ses facéties, l'idéal est de prendre de la hauteur en grimpant jusqu'à un point de vue panoramique sur le village et la vallée sauvage. Émerveillement garanti ! Une autre façon de découvrir la cité ? En profitant d'une escapade en canoë : on l'aborde par l'eau et l'on explore ses trésors à pied. Dépaysant.

À **Arifat**, on plonge dans une forêt de lichens jusqu'à un pont de singe, on grimpe dans la fraîcheur pour découvrir les cascades dont la plus grande plonge de 80 mètres. Revigorant.





Cordes sur Ciel

2

ALBI LA ROUGE, ALBI LA VERTE

Du rouge, encore du rouge, et le rose et l'orange. Albi se voit en technicolor sous les caresses du soleil. Son secret ? Les briques de terre ocre. Des briques employées par centaines, par milliers, pour bâtir la cathédrale Sainte-Cécile, le palais de la Berbie, les ponts et les maisons à colombages. Toute cette beauté vaut à la cité épiscopale d'être classée au patrimoine mondial par l'UNESCO.

En contrebas, l'échappée verte te plonge dans un autre monde : 7 km de verdure pour déconnecter au bord du Tarn dans une nature foisonnante.

3

CITÉS MÉDIÉVALES ET VILLAGES PERCHÉS

A Puycelsi, Castelnau de Montmiral, Cordes sur ciel, Lisle sur Tarn ou Lautrec : villages perchés et bastides fortifiées racontent des histoires médiévales. Avec 5 Plus beaux villages de France et 3 petites cités de caractère on déambule dans une autre ère.





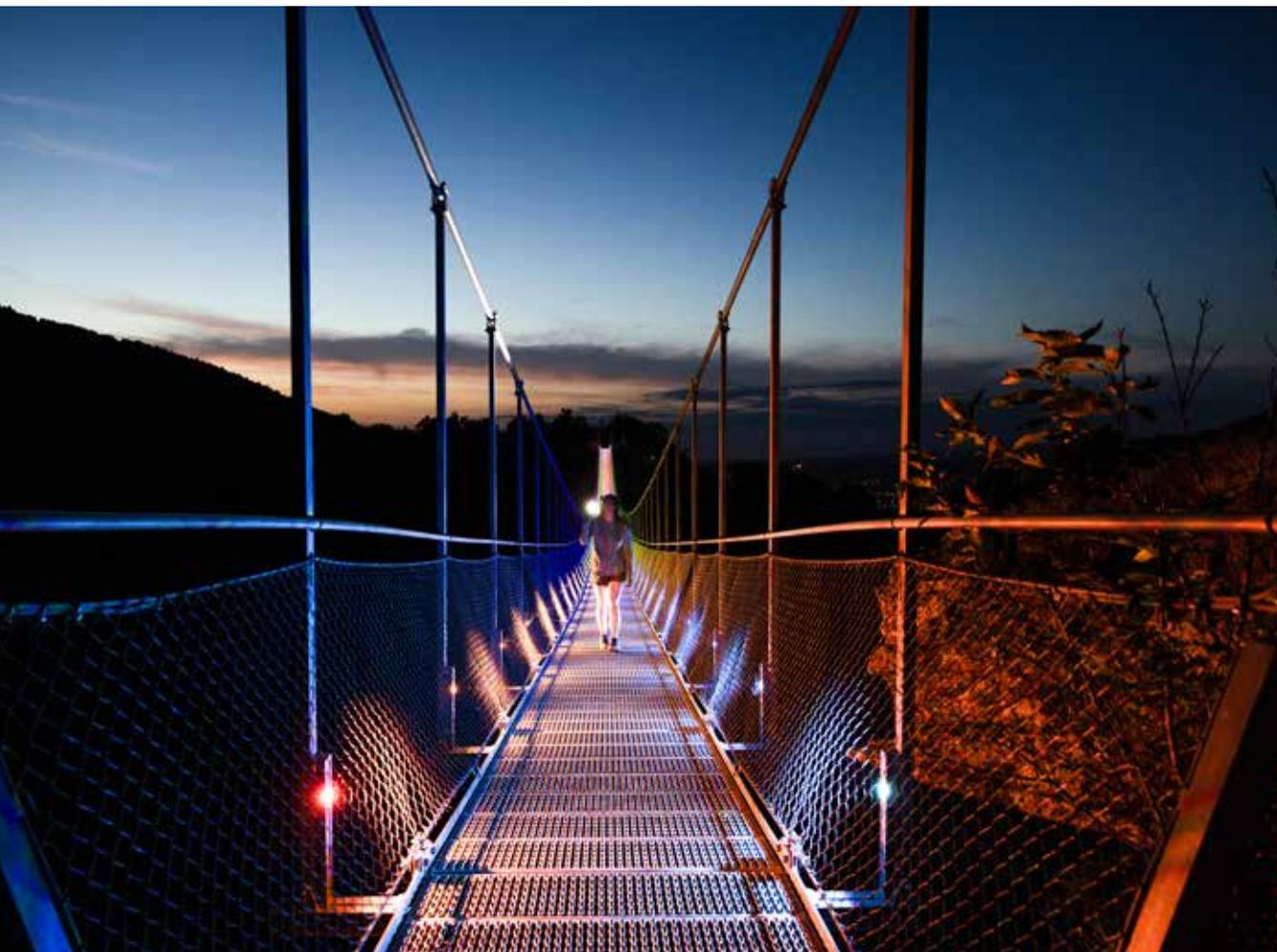
Le vignoble millénaire de Gaillac



LA TOSCANE OCCITANE DES VIGNES, DES COLLINES, DES RENCONTRES

Imaginez un endroit où les dos ronds des collines abritent des vignes depuis 2 000 ans. Ici c'est la dolce vitarn ! Pour parfaire le tout, choisissez un apéro-concert au milieu des vignes dans la lumière douce d'une fin de journée d'été. Dans ce vignoble on aime festejar* avec un bon verre de Gaillac. Le vignoble de Gaillac de la Toscane Occitane s'apprécie en amateur de vin, en amoureux de villages perchés ou en randonneur curieux.

* Faire la fête



La passerelle de Mazamet à Hautpoul

5

MAZAMET ET LA MONTAGNE NOIRE MAZAMET AU CŒUR DE L'HISTOIRE

Qui dit Mazamet, dit aventure industrielle et délainage. Un héritage du XIX^e siècle qui vaut encore à la ville une renommée mondiale et de belles demeures bourgeoises. Fou d'histoire ? Le village voisin d'Hautpoul est le berceau historique de Mazamet. Très très haut perché sur son piton rocheux, il rappelle la terrible épopée cathare. Pour y aller, emprunte la passerelle himalayenne suspendue à 70 m au-dessus du vide... Grand frisson garanti.



Sentier vers la passerelle de Mazamet

6

CASTRES
VILLE D'ART ET D'HISTOIRE

À Castres, on est fier des célébrités et on aime l'esprit tarnais. Jaurès dont Castres est la ville natale, Goya qui prête son patronyme au musée d'art hispanique, Le Nôtre qui dessina les jardins de l'archevêché. Fiers aussi des anciennes maisons de tannerie qui se reflètent si joliment dans l'Agout. De là, embarque pour une balade en coche d'eau. Et hyper fiers du Castres Olympique, sa célèbre équipe de rugby, championne du Top 14 !
Le musée Goya est accessible aux personnes à mobilité réduite et avec déficience auditive.



Castres - Maisons sur l'Agout



6

LE SIDOBRE

Un royaume de granit

Amateur de légendes, petit ou grand, ce massif granitique est pour toi ! Merveilles de la nature, les fabuleux rochers du Sidobre, répartis sur de nombreux sentiers auraient été jetés là par des dieux courroucés... Les hommes ont fait le reste en baptisant ces drôles de rocs de noms évocateurs : Trois Fromages, Saut de la truite, roc de l'Oie... Sans oublier la star, la Peyro Clabado ! Et pour tout savoir sur le travail des tailleurs de granit, direction la maison du Sidobre.



Lac du Laouzas

7

MONTS ET MERVEILLES EN HAUT-LANGUEDOC

Envie d'un grand bol d'air ? Été comme hiver, cap sur les monts de Lacaune et le pic du Montalet. Courage, ça grimpe sec, mais la récompense est en haut, avec une vue ébouriffante à 360°. Tout autour, la nature sauvage, le rose des bruyères, le vert des hêtraies. Plus bas, le plateau des lacs invite aux plaisirs nautiques, voile, paddle, natation... Un petit creux, peut-être, après cette « rude » journée ? Au diable les barres énergétiques, c'est le moment de savourer les délices locaux - bougnettes, melsat, jambons et autres charcuteries locales.



Balade au roc de Peyremaux





Lautrec



8

LE PAYS DE COCAGNE PAYS D'ABONDANCE

Pays de Cocagne, un nom qui évoque la douceur de vivre. Et des paysages de carte postale ! Les ruelles médiévales de Lautrec, les voûtes du souterrain du Castela à Saint-Sulpice, l'infatigable jacquemart de la cathédrale de Lavar, le moulin à vent de Lautrec. Jusqu'à l'ail rose qui se tresse en manouille et enchante la cuisine ! Et aussi le pastel, *Isatis tinctoria*, plante aux fleurs jaunes qui produit ce bleu unique que l'on retrouve sur les volets des bâtisses. Y flâner, c'est tomber sous le charme.



Viaduc du Viaur

9

CARMAUSIN SÉGALA LA BEAUTÉ SAUVAGE

Shoot de chlorophylle dans la fraîcheur des gorges du Viaur ; rêverie suspendue devant la dentelle d'acier du viaduc homonyme ; face-à-face émouvant avec les statues de la chapelle Saint-Jacques à Monestiés et découvertes artistiques au musée Bajén-Vega ; immersion dans la peau d'un mineur au musée de la Mine de Cagnac-les-Mines ; retour sur les combats de Jean Jaurès à Carmaux... En solo ou en famille, des idées d'escapades sont multiples en Carmausin Ségala !

10

AUX SOURCES DU CANAL DU MIDI

On connaît tous le canal du Midi. Mais d'où vient son eau ? L'eau de la Montagne Noire est acheminée par les rigoles de la Montagne Noire et de la plaine. L'ouvrage, classé au patrimoine mondial par l'UNESCO, est l'œuvre de Pierre-Paul Riquet. Sous les grands arbres, elle se longe à pied, à vélo et même en trottinette électrique ! Après tout ce vert, place au bleu du lac de Saint-Ferréol, avant de rallier la cité de Sorèze pour rencontrer Dom Robert.

TARN

OCCITANIE

Valérie BOUTET

Attachée de presse

Tarn Attractivité

valerie.boutet@tourisme-tarn.com

06 83 15 97 74

airPur

RELATIONS PRESSE

Pascal MARGUERON

Consultant média et social média

Agence AiRPur

pmargueron@agence-airpur.fr

06 81 55 96 68



TOURISME-TARN.COM

Espace Presse

www.tourisme-tarn-pro.com/boite-a-outils/dossiers-de-presse

Photothèque

www.tourisme-tarn-pro.com/boite-a-outils/photos

