

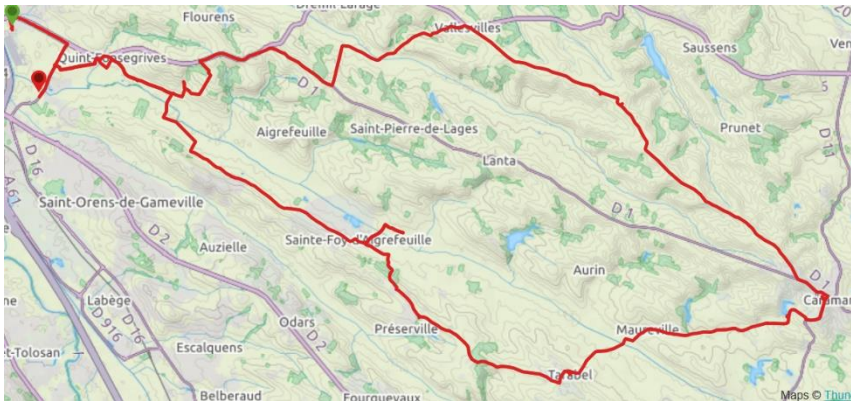
## Caraman par les crêtes de la vallée de la Saune

C'est une belle boucle, sans difficulté majeure que nous vous proposons mais 60 km quand même. Les montées de coteaux sont progressives et ne devraient pas poser de gros problèmes.

**Le départ** se fera depuis le parking de Leroy Merlin à côté de l'aérodrome de Lasborde. Ceux qui habitent le Sud EST Toulousain ou qui sont en voiture peuvent gagner quelques kilomètres en partant de Fonsegrives Parking Terminus Tisséo, face au collège, route de la Saune. 2° lieu de RV.

Pour les Toulousains, attention soyez prudent : si vous êtes à vélo, vous rejoindrez le parking de Leroy Merlin en traversant le carrefour de Lasbordres (aérodrome). Prudence, il n'est pas sécurisé, respectez les feux de signalisations

Si vous êtes en voiture, c'est la sortie 17 (direction Castres) vous ne pouvez pas rater Leroy Merlin Si vous voulez gagner quelques kilomètres, vous pouvez aussi aller vous garer un peu plus loin à Fonsegrives, Terminus Tisséo et attendre le groupe arrivant à vélo. Le parking est juste en face le collège.



La suite est plus facile

Nous prendrons la direction Castres par une voie cyclable (future ligne REV prévue par le SPCA) puis des lotissements tranquilles nous permettrons de rejoindre agréablement Fonsegrives et ceux qui auront choisi de nous attendre au parking Tisséo

### LA BALADE :

C'est ici que nous quittons la ville pour suivre **la vallée de la Saune** par des petites routes tranquilles : d'abord en passant par **Sainte Foy d'Aigrefeuille** (pause au lac, eau et toilettes). C'est plat et rapide aucun souci, puis **Préserville et Tarabel** par la crête.

**De Ste Foy à Préserville** il faudra un petit peu monter mais rien de bien difficile puis c'est la crête.

**Jusqu'à Tarabel**, nous serons sur une très agréable route avec d'un côté les Pyrénées, de l'autre la vallée de la Saune et en face la Montagne Noire...

Tarabel vaut bien une petite pause et un coup d'œil au vieux village et à son château qui est habité depuis plusieurs générations par la même famille.



*château de Tarabel*

**De Tarabel à Caraman** nous allons changer de coteau et vous devinerez qu'il faudra descendre dans la vallée de la Saune pour remonter sur le coteau en face. Ça descend vite et bien, c'est sympa et ça remonte tout doucement jusqu'au lac de l'Orme blanc au pied de la cité médiévale de Caraman ou nous allons y faire notre pause pique-nique.

**Caraman vaut la visite.**

<https://vimeo.com/146924869>

*La cité de Caraman date du XIV<sup>e</sup>, c'était à l'époque un gros village fortifié en cercles concentriques autour de son château avec fossés, lices et murailles.*

*Aujourd'hui les fossés sont devenus le tour de ville. Ils sont surplombés d'un chemin de ronde appelé les lices, espace vert public où avaient lieu des manifestations comme les tournois. Cet anneau de verdure est encore apparent sous la forme de terrasses et jardins suspendus à 2 ou 3 mètres sur tout le tour de ville. Les murailles anciennes sont encore bien visibles à l'ouest de la ville, elles sont en briques foraines rouges.*

*Quant aux vieilles maisons, à l'intérieur de l'enceinte, aux magnifiques façades de briques et colombage, elles nous donnent l'image exacte de la cité à la fin du Moyen Âge.*

**Retour sur Toulouse en restant sur la crête opposée à celle du matin**, c'est plat sans difficulté et très agréable. L'approche de Toulouse est plus vallonnée, la fatigue se faisant sentir les dernières côtes peuvent être difficiles mais jamais bien longues et l'arrivée au bout.



Inscriptions : Joëlle [lesbaladesdudimanche2p2r@gmail.com](mailto:lesbaladesdudimanche2p2r@gmail.com)

*Comme à chaque balade 1€ symbolique sera demandé au profit de l'association.*

**Les contraintes sanitaires actuelles sont en vigueur : groupe de 10 personnes maximum, distanciation physique, masque et gel recommandés.**