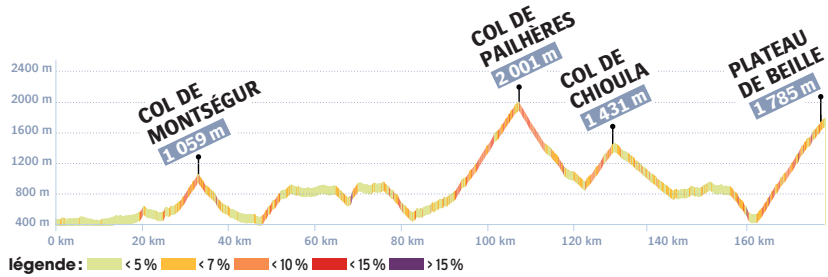
L'ARIÉGEOISE XXL

RETOUR TAXI OU TRAIN depuis Les Cabannes	DÉNIVELÉ	DISTANCE	DURÉE
Au départ de Tarascon-sur-Ariège	D+ 5 026 m	178,3 km	8/12 h

Depuis Tarascon, vous partez à l'est direction les Cols de Montségur et de la Croix des morts. La traversée du Plateau de Sault et des gorges de l'Aude seront la partie détente avant de grimper sur le "toit" des cols d'Ariège : le Port de Pailhères à 2 001 m. S'en suit l'ascension du Col du Chioula, récompensée par le balcon surplombant la vallée de l'Ariège et la descente sur Verdun ***(prudence dans les lacets).*** Le circuit se termine par 16 km de montée dont des passages à 11 % et une arrivée au plateau de Beille à 1800 m, haut-lieu des champions du cyclisme.

niveau **TRÈS DIFFICILE**



légende : < 5 % < 7 % < 10 % < 15 % > 15 %

SNCF GARE
OFFICE DE TOURISME
COL
COUP DE CŒUR
PARKING
POINT D'EAU
RÉPARER/LOUER
RECHARGE VAE
RESTAURANT
TOILETTES

S'INFORMER

- **Office de Tourisme des Pyrénées Cathares** (Lavelanet)
  tél. : 05 61 01 22 20 • *pyreneescathares.com*
- **Offices de Tourisme Pyrénées Ariégeoises**
  (Ax-les-Thermes, Tarascon-sur-Ariège, Les Cabannes, Quérigut)
  tél. : 05 61 64 60 60 • *pyrenees-ariegeoises.com*
- **Office de Tourisme Pyrénées Audoises**
  tél. : 04 68 20 07 78 • *pyreneesaudoises.com*

RÉPARER ET LOUER

- **POINT GLISSE**
  7, rue Saint-Roch
  09400 Tarascon-sur-Ariège
  tél. : 05 61 05 75 08
  location-point-glisse.com
- **LE PETIT PLATEAU**
  Qur la Bexane
  09310 Les Cabannes
  tél. : 06 42 42 84 35
  vtt-location-ariege.com
- **AX SPORTS LOISIRS**
  29, C La gare
  09110 Ax-les-Thermes
  tél. : 05 61 64 21 77
  ax-sports.fr

MANGER

- **Terranostra**
  7, place Jean Jaurès
  09400 Tarascon-sur-Ariège
  tél. : 05 61 05 52 06
  terranostra-ariege.com
- **Épicerie**
  D 121 - 11340 Espezel
  tél. : 04 68 20 30 33

LE COUP DE CŒUR DE L'ARIÈGE

La Marmotte Toquée (Restaurant)
Col du Chioula
tél. : 05 61 03 18 71
restaurantlamarmottetoquee.com