

LES TROIS BOSSES

Ce circuit au départ de Foix vous amène dans la vallée de l'Ariège depuis laquelle vous ferez trois montées de difficultés croissantes sur l'ensemble du parcours. Montoulieu (643 m) est votre premier objectif, en guise d'échauffement, car ensuite le Col du Traucadou va vous mettre à l'épreuve avec 10,5 km de montée pour atteindre le sommet à 1253 m. Après une longue descente pour rentrer sur Foix (prudence la D618 et D117 sont fréquentées par les véhicules) vous vous attaquez à un dernier défi : le bout de Touron au-dessus du Prat d'Albis arrivée du Tour de France en 2019.



S'INFORMER

Office de Tourisme de Foix
tél. : 05 61 65 12 12 • foix-tourisme.com

RÉPARER ET LOUER

CYCLES SENSATIONS NATURE (Réparation)

35, av. Général Leclerc
09000 Foix
tél. : 05 61 03 84 68

FACILE VÉLO (Réparation)

17, Cr Irénée Cros 09000 Foix
tél. : 06 26 35 84 65
facilevelo.fr

BED BREAKFAST BIKES PYRÉNÉES (Location)

2, place du Canal 0900 Foix
tél. : 06 76 34 56 19
bedbreakfastbikespyrenees.com

MANGER

Le Passe-temps Café

21, rue des Marchands
09000 Foix
tél. : 05 34 09 34 27

Proxi Chez Alex et Béa

25, avenue Henri Marrot
09400 Mercus-Garrabet
tél. : 05 61 02 91 19

LE COUP DE CŒUR DE L'ARIÈGE

Rose et Cacao (Les Lucioles)
(Artisan chocolat)
38, route Nationale 09330 Montgailhard
tél. : 05 61 66 78 56
www.rose-et-cacao.com

BOUCLE	DÉNIVELÉ	DISTANCE	DURÉE
Au départ de Foix	D+ 2 206 m	79,3 km	5 h 10



légende : < 5% < 7% < 10% < 15% > 15%

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

