

**TARN**  
OCCITANIE

Randonner à VTT, c'est aussi prévoir un équipement adapté (casque, vêtements, eau,...) et respecter l'environnement du sentier.

## INFORMATIONS PRATIQUES

### Office de tourisme du Ségala tarnais

2, rue du Gaz - 81400 Carmaux  
Tél. : +33 (0)5 63 76 76 67  
accueil@tourisme-tarn-carmaux.fr  
www.tourisme-tarn-carmaux.fr

Fiche en vente dans nos trois Points  
d'Accueil Touristique à Carmaux,  
Mirandol et Monestiés



Carmausin  
Ségala

## Communauté de Communes Carmausin-Ségala

2, rue du Gaz  
81400 CARMAUX  
Tél. : +33 (0)5 63 36 14 03  
E-mail : contact@3c-s.fr  
www.carmausin-segala.fr

[www.tourisme-tarn-carmaux.fr](http://www.tourisme-tarn-carmaux.fr)



LE DÉPARTEMENT

**TARN**  
OCCITANIE



## BASE VTT-FFCT du Carmausin-Ségala



EN ROUTE POUR  
LA NAVARRE



13 km

220 m

44.123054 - 2.243702

DÉPART  
Place du foirail  
Pampelonne



LE DÉPARTEMENT

[www.tourisme-tarn.com](http://www.tourisme-tarn.com)



## EN ROUTE POUR LA NAVARRE

→ Cette boucle de 13 km au départ de Pampelonne, qui doit son nom à la ville de Pampelune en Espagne vous permettra de profiter de la campagne du Ségala, et de découvrir les oustalous. Patrimoine bâti typique des lieux, ces maisonnettes en pierres accueillait autrefois le repos des bergers. Vous les retrouverez à travers champs et prairies.

A mi-parcours, vous descendrez jusqu'au ruisseau Ségrassiés que vous chevaucherez grâce à un passage à gué avant de remonter par la pente la plus marquée du parcours.

S'il vous reste des forces à votre retour sur Pampelonne, un petit détour de 1 km vous permettra de visiter le château de Thuriès. Le donjon et les ruines encore présents donnent une bonne idée de ce à quoi devait ressembler cette forteresse jusqu'au XVII<sup>ème</sup> siècle.

### → À VOIR :

#### Sur le parcours :

- » Oustalou de Platon et de Carles
- » Gué du ruisseau de Ségrassiés

#### A proximité :

- » Château de Thuriès



- D** Départ de circuit
- ◆ Repère, monument
- ✕ Point de vue
- i** Office de tourisme

