



Le COL-porteur

1 – Confinement : Patience !

Les conditions sanitaires s'étant dégradées, le COL ne peut reprendre ses activités sportives. Chaque membre garde cependant la possibilité de profiter de notre magnifique région pour marcher et s'émerveiller. Ce n°11 du COLporteur apporte quelques nouvelles suggestions, en attendant la nouvelle étape (7 Janvier 2021) qui, peut-être, permettra d'envisager une reprise.

2 – Dans la Presse et sur le Web

* Le Club Omnisports du Lodévois poursuit l'élaboration de son projet « **Sport-Santé** » pour la prise en charge des pathologies chroniques. Dans ce cadre, il va recevoir, de la part du **Lions Club de Lodève**, la dotation d'un **défibillateur** (cf. Midi Libre du 4 Décembre 2020 :

<https://www.midilibre.fr/2020/12/04/toujours-dans-laction-le-lions-sera-la-pour-le-telethon-9236736.php>

* A savourer, une très belle description de la **marche nordique**, ses spécificités et ses bienfaits, par Agnès Rogelet (article signalé par Bilgi **Ancel**) :

<https://www.psychologies.com/Bien-etre/Forme/Sports/Articles-et-Dossiers/La-marche-nordique-une-gym-vivifiante>

2 – Spectacle Féérique

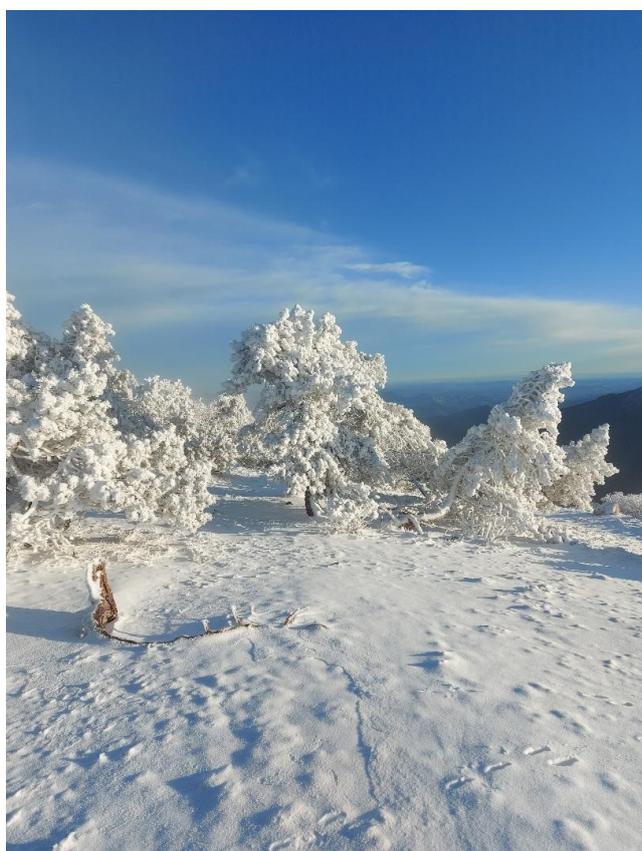


En ce samedi 5 décembre, il m'a suffi de faire quelques kilomètres (guère au-delà des 20km autorisés) pour me retrouver dans un univers magique. Dans le froid de l'hiver et sous un ciel magnifique, j'ai pris la route de **l'Aigoual** jusqu'à la station de ski **Prat-Peyrot**, roulant avec prudence sur une route partiellement enneigée en approchant de **l'Espérou**.



Une fois les raquettes aux pieds, me voilà lancée sur les « **balcons de l'Aigoual** » pour une boucle de 7km qui part de la station et longe le bas de l'Observatoire offrant une vue sublime sur la vallée de l'Hérault.

On monte ensuite jusqu'au sommet où la vue s'élargit sur l'autre versant avant de revenir à la station par les bois. La neige tombée récemment et collée par le froid et le vent aux branches des arbres offrait un spectacle de toute beauté. Les rayons d'un soleil de milieu d'après-midi créaient de belles nuances de luminosité sur la blancheur de la neige. Quel dépaysement !



Cette boucle est également un parcours **Land Art** inauguré en 2019 sur lequel on découvre des œuvres d'artistes fabriquées avec des matériaux naturels.



Ces œuvres, que j'avais déjà côtoyées durant l'été, prenaient une autre dimension dans ce paysage enneigé dont seul le bruit des raquettes perturbait le silence.

Beau moment de sérénité et de dépaysement total !



Christine **Triaire**.

3 – La Passerelle de Mazamet



Après le confinement, prenez de la hauteur ! A 2 heures de route de Lodève, la passerelle de Mazamet est un parcours aérien de 140 m de long qui traverse, à 70 m au-dessus du sol, les gorges de l'Arnette pour rejoindre le village cathare de Hautpoul. Ce village médiéval surplombe de plus de 300m la ville de Mazamet. Après la visite du village, on peut rejoindre la Maison du Bois et du Jouet pour admirer de belles réalisations d'artisanat d'art.

Ce parcours plus qu'original est ouvert toute l'année, 7 jours sur 7. Il est de plus gratuit et une aire de stationnement de 180 places, gratuites aussi, est à la disposition des visiteurs.

Prendre de bonnes chaussures pour traverser le sentier qui mène du parking à la passerelle.

L'Office du Tourisme de Mazamet est à votre disposition au 3, rue des Casernes – 81200 Mazamet – Tel 05 63 61 27 07.

Offrez-vous une balade vertigineuse à 70m au-dessus du sol et un point de vue exceptionnel sur la vallée de l'Arnette et partez à la découverte du patrimoine historique et naturel de Mazamet.

INFORMATIONS PRATIQUES :
Passerelle accessible à pied, gratuitement et toute l'année.
Prévoir des chaussures de sport ou randonnée, une bouteille d'eau, casquette et lunettes de soleil en été.

ACCÈS À LA PASSERELLE
Depuis le départ des sentiers situés 95 rue de la Resse - 81200 Mazamet deux chemins balisés vous sont proposés.

ACCÈS PAR LES JARDINS CORMOULS HOULÈS
1,5 km | 30 mn à pied
8 % de moyenne | 30 mn à pied
Dépassez la passerelle et le village médiéval d'Hautpoul en empruntant les spectaculaires Jardins Cormouls Houlés datant du milieu du XIX^{ème} siècle.

ACCÈS PAR LE CHEMIN DE LA JAMARIE
1,4 km | 21 mn à pied
19 % de moyenne | 15 mn à pied
Empruntez ce chemin historique, ancienne route du sel et voie romaine jusqu'à l'arrivée à la passerelle.

CIRCUIT DÉCOUVERTE
1,4 km | 21 mn
Continuez votre balade et partez à la découverte du bois sous toutes ses formes en allant visiter la Maison du Bois et du Jouet qui se situe en bas du village médiéval d'Hautpoul. Pour cela, empruntez le chemin des passes jusqu'à la Maison du Bois et du Jouet puis reprenez le chemin de la Jamarie pour revenir au parking.

De nombreux parkings gratuits sont à votre disposition pour vous permettre de rejoindre à pied le départ des sentiers

Village médiéval d'Hautpoul
À 10 min à pied de la Passerelle

Maison du Bois et du Jouet

Sentiers d'accès à la passerelle

PARKINGS GRATUITS
Cuvée du stationnement (Nimée)
P1 - De la Joie
P2 - Champ de la ville
P3 - 8 mai 1945
P4 - Du la Resse
Cuvée du stationnement (Sensio à St. Pierre Escard)
P5 - Quai Cazonave
P6 - Square Georges Tourmier
P7 - Des Casernes
P8 - Pampidou

RESTAURATION
1. Au Cœur Secret
2. Café du Centre
3. Aux Saveurs de l'Autain
4. La Scala
5. Le Grand Balcon
6. My Lovely Sushi (à emporter)
7. Mister Kebab
8. Le Boulevard
9. Chez Tonton
10. Pacha Kebab
11. Delicious Pizza
12. Wu Feng
13. Més à Plaisirs
14. Aux Quatre Vents
15. Food Trucks

HÉBERGEMENT
1. Hôtel Restaurant Le Boulevard - 2 étoiles
2. Hôtel Restaurant Mets et Plaisirs - 2 étoiles
3. La Villa de Mazamet - chambres d'hôtes de luxe
4. Les Jardins de Mazamet - Cites de Franco Luxury
5. La Villa - maison d'hôte
6. Quai de l'Arnette - chambres d'hôtes
7. Cheval Blanc - chambres d'hôtes
8. Gîte 4 personnes - Wisteria - 3 étoiles Préfecture
9. L'Écrin d'Ouale - chambres d'hôtes
10. Les Camélias - chambres d'hôtes
11. La Maison de L'Arnette - Cites de France Confort
12. Villa Quo Incidence

Retrouvez l'ensemble des hébergements et points de restauration sur : www.tourisme-casermesmazamet.com

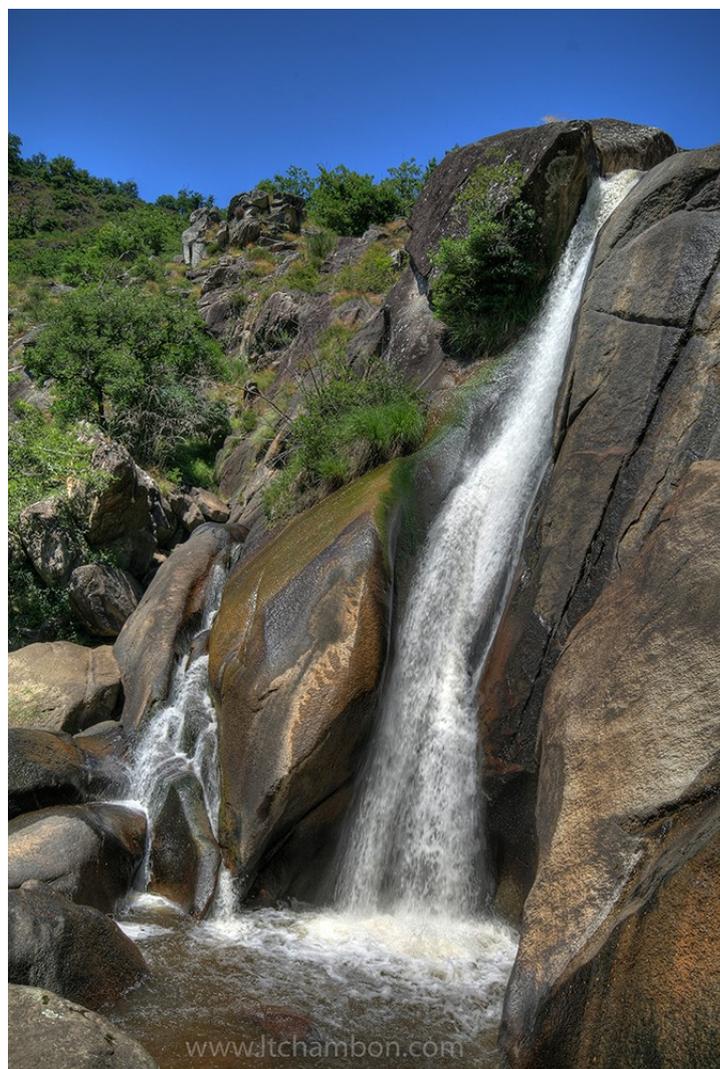
Accès piéton depuis le centre ville
Sentier des Jardins Cormouls Houlés
Sentier de la Jamarie
Circuit découverte
Sentier Hautpoul
Musée du catharisme
Office de tourisme

<http://www.ville-mazamet.com/mazamet-culture-et-divertissements/page-la-passerelle-de-mazamet-2-4-9.htm>



On peut profiter d'un séjour dans cette région pour faire une petite randonnée dans le **Sidobre**, plus grand territoire granitique d'Europe, et admirer la **Peyro Clabado**, un rocher de 780 tonnes tenant étonnamment en équilibre sur un socle d'un mètre carré.

<https://www.altituderando.com/Les-rochers-du-Sidobre-par-le-lac-du-Merle-Haut-Languedoc>



Dans les environs aussi, le **Saut de la Truite**, une cascade de 25m de hauteur.

Hervé Pontneau

<https://cascadesdefrance.fr/listing/saut-de-la-truite-burlats-tarn/>