



## Sortie du samedi 30 mai 2026 Pays de Mirepoix : de Sénesse à Teilhet

Transport : en car

Départ : 8 heures précises du parking de la rue Alain Savary

Retour : vers 18 heures



Technicité :



Effort à fournir :

Tarif : 19 €.

Randonnée en ligne très agréable longeant la vallée de l'Hers, face au massif de Tabe ou St Barthélémy, au départ de Sénesse : 10 km et 250 m de dénivelé cumulé.

Une randonnée essentiellement sur sentier ; beaucoup de traversées de bois par des chemins sans difficultés et des points de vues spectaculaires par beau temps.

Randonnée suivie de la visite guidée de l'église rupestre de Vals.

**Le matin :** Nous quittons le petit village de Sénesse par un très joli sentier en creux, et après Peyrié et Peyrot, nous montons en pente douce vers le Cap de l'Aigle.

Une descente nous conduit à Manses, où nous ferons un arrêt pour admirer le site.

Nous prenons peu à peu de la hauteur par le chemin Fajoutine, qui nous amène au point culminant de notre randonnée, lieu de notre pique-nique.

### Pique-nique tiré du sac, sans abri possible

**L'après-midi :** Une ligne de crête puis une rapide descente, et c'est la découverte du cimetière mérovingien de Tabariane, où nous ferons une halte.

Nous nous dirigeons ensuite vers le village de Teilhet. Le bus nous attend à la sortie, pour nous mener vers notre destination finale, le village de Vals.

A Vals nous ferons une courte visite du petit musée, et enfin ce sera la visite guidée de l'église semi-rupestre à trois niveaux de Vals.

**Ne pas oublier :** Chaussures de randonnée, bâtons, équipement pour pluie, froid, soleil, bobos éventuels, eau et pique-nique.

**Privilégiez l'inscription en ligne via Yapla** ou retournez un bulletin d'inscription à retrouver sur le site web de randOxygène (onglet « RANDOS DU SAMEDI/ Prochaine sortie/Bulletin Inscription randos du samedi ») avant le 26 mai 2026 à :

**Mousse Greiner 66, route de Rebigue 31320 Castanet-Tolosan.**

En cas d'annulation, prévenez Mousse Greiner par mail : [mgreiner@sfr.fr](mailto:mgreiner@sfr.fr) ou par téléphone au 06 03 98 65 36

Randonnée réservée aux adhérents et, dans la limite des places disponibles, aux invités.

La veille de la randonnée, en cas d'empêchement après 17 h, prévenez Aimée BOTET au 06 47 32 29 02

Prochaine sortie : 20 juin 2026 à Saurat, col de Carlong (09) randonnée longue