

Les ITINÉRAIRES de Promenades et Randonnées

- 1 Le Chemin des Tumulus 3h30
- 2 La Boucle de las Goulettes 1h30
- 3 La Colline du Laca 1h00
- 4 Le Chemin du Moulin 2h00
- 5 Le Chemin des Vignes 2h30
- 6 Allons au Château 3h00
- 7 Le Chemin d'Hubareite 1h30
- 8 La Voie Romaine 2h00

OUVREZ GRAND LES YEUX

« Les promenades sont charmantes ; chaque détour de la vallée laisse apercevoir un tableau nouveau. Aux premiers plans, les collines du plateau arrondies et verdoyantes, avec leurs champs morcelés aux cultures différentes ; à l'ouest, les montagnes du Béarn qui s'estompent à l'horizon ; au sud, les grands Pyrénées aux teintes délicates ou violentes, suivant l'heure, paraissant toutes vapes par les matins ensoleillés, embrumés l'après midi quand les vapeurs qui montent de la terre se condensent dans les couches élevées de l'atmosphère {...}. Et entre le promeneur et les montagnes, s'interpose la silhouette haute et massive du château moyenâgeux de Mauvezin, planté sur une crête abrupte, et dont le regard ne peut se détacher ».

(C. Guillemin, 1918)

1 Le Chemin des Tumulus / Cami deths Tumulus

Tracé

Départ : Mairie de Capvern
Dénivelé cumulé : 170 m
Longeur : 14 km
Balisage : Jaune



- 1 - Au départ de la place de la mairie, remontez la rue du 11 novembre direction Mauvezin. Prenez la 3^{ème} rue à gauche « Louise Michel ».
- 2 - Au stop, prenez à gauche le chemin de Montréjeau. Suivez celui-ci jusqu'à la croix de Menguine (20') en admirant le magnifique panorama des Baronnies sur votre droite.
- 3 - Continuez tout droit jusqu'à la route de Tilhouse, la D 82 (15').
- 4 - Tournez à gauche puis tout de suite à droite direction « la route des Baronnies ». Empruntez le deuxième chemin à gauche « chemin de la Ténarèze ». Vous passez devant plusieurs tumulus dont celui de l'Estaque (classé monument historique en 1970) (15').
- 5 - A la fourche prenez le sentier de droite puis de nouveau à droite. Vous entrez dans une belle forêt où se mélangent, châtaigniers, chênes, hêtres... (3').
- 6 - Vous arrivez devant 2 grands chênes, prenez à gauche (5').
- 7 - Prenez à droite le grand chemin forestier. Vous longez une forêt de résineux (20').
- 8 - Empruntez le chemin sur votre droite. Vous passez à coté d'une réserve d'eau. Prenez la première fourche à gauche puis à droite. Restez sur ce sentier (40').
- 9 - Vous récupérez la D82. Prenez à gauche durant 5' puis à droite le « chemin du Cap de Capvern ». Restez sur cette route jusqu'à arriver sur la D139 (20').
- 10 - Prendre direction Molère. Entrez dans le village. Avant le grand virage à gauche, prenez le chemin herbeux longeant une maison qui descend sur votre droite. Vous passez deux passerelles et débouchez sur un chemin forestier (10').
- 11 - Prenez à droite et remontez jusqu'à la rue du Pic du Midi (10'). Prenez à nouveau à droite. Remontez la rue Louise Michel jusqu'à la D938 et prenez à droite pour revenir à la place de la mairie. Vous êtes arrivés !

Difficultés particulières : randonnée assez longue. Par temps humide, le terrain peut être gras.

Un peu d'histoire

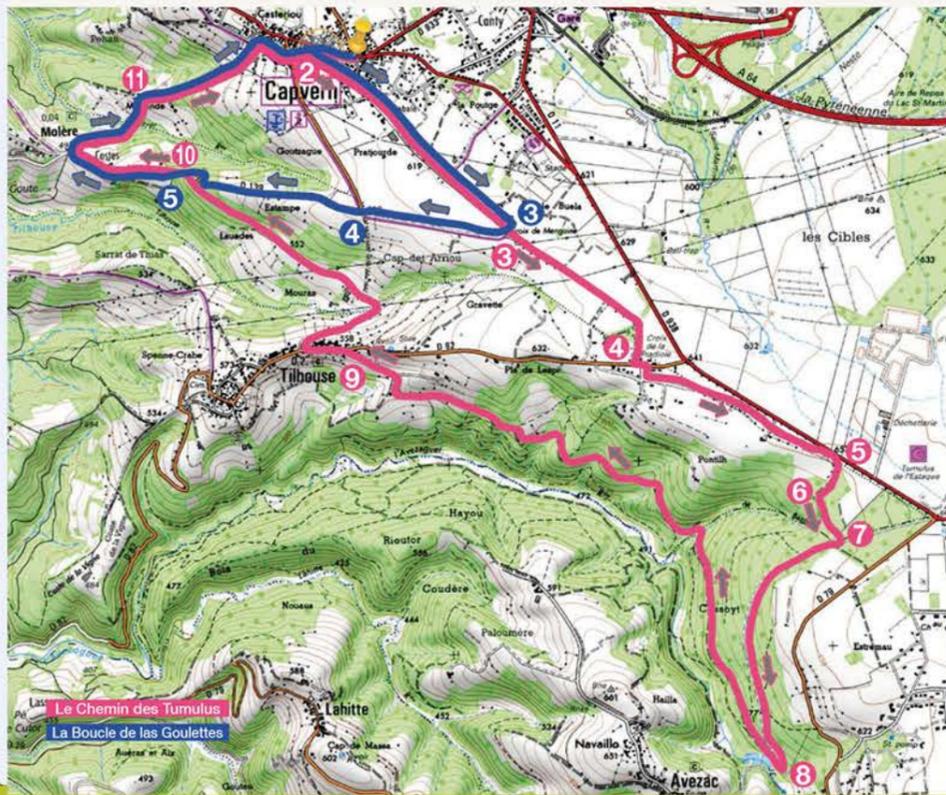
La Ténarèze, que za ko ? du latin « itinerem cesarem », signifiant la « Route de César ». La Ténarèze ou Ténarèse est une ancienne voie préhistorique du Sud-Ouest de la France qui permettait de joindre Bordeaux et l'océan Atlantique aux Pyrénées centrales. Chemin de transhumance, cette route permettait de circuler sans franchir ni pont ni gué, synonymes de péages. C'est donc aussi la ligne de partage des eaux entre le bassin de la Garonne et le bassin de l'Adour. Son tracé parcourt les départements actuels de la Gironde, des Landes, du Gers et des Hautes-Pyrénées. Elle rejoignait l'Espagne par la Vallée d'Aure, puis la vallée de Tramesaigues et les ports du Plan ou d'Ourdissétou. La Ténarèze constituait pendant des siècles une des grandes routes transfrontalières.

Les Tumulus ou tumuli

On trouve le long de l'antique Ténarèze, au sud du plateau de Lannemezan, plusieurs dizaines de tumulus. L'époque des premières grandes nécropoles date, dans les Baronnies, de l'âge des métaux et en particulier de l'âge du Fer. Dès le début du premier millénaire, les premiers peuples pyrénéens développent un culte autour des morts. C'est au travers de leurs tombes, que nous connaissons leur vie. Ces tumulus étant pratiquement les seuls témoignages en place. Au début de l'âge du Fer, les morts étaient incinérés sur un bûcher, accompagnés d'objets (bijoux, armes...). Puis leurs os et cendres étaient recueillis dans une urne en terre placée sur le lit de charbon. Un cercle de pierres (galets de quartzite) était construit autour. Un tumulus de terre était édifié au dessus. Ces tombes sont au début, réservées à l'aristocratie et chaque tumulus ne couvre qu'une urne. Par la suite, ces monuments vont être réutilisés et vont alors servir pour les plus anciens, à déposer plusieurs dizaines d'urnes. A Avezac et Tilhouse, les tumulus ont une taille parfois importante avec des diamètres de 4 à plus de 20 mètres pour les plus grands et une hauteur de 50 centimètres à 1 mètre. Certains Tumulus ont été fouillés et ont dévoilé un mobilier archéologique important, conservé dans divers musées. D'autres ont disparus avec le défrichement des landes.



Urne funéraire - Cercle de pierre - Tumulus



2 La Boucle de las Goulettes / La bocleta de las goulettes

Tracé

Départ : Mairie de Capvern
Dénivelé cumulé : 50 m
Longeur : 6 km
Balisage : Jaune



- La boucle de las goulettes est une variante du chemin des Tumulus. Reprenez 1 et 2 du chemin des Tumulus.
- 3 - Arrivez à la croix de Menguine, prenez le chemin sur votre droite.
 - 4 - Au virage continuez tout droit sur la D139.
 - 5 - Au croisement, suivez la direction de Molère et entrez dans le village.
- Reprenez au 10 du chemin des Tumulus.

Difficultés particulières : par temps humide, le terrain peut être gras. Bien se chausser...

Un peu d'histoire

Louise Michel, née en 1830 était une institutrice, militante anarchiste, franc-maçonne, aux idées féministes et l'une des figures majeures de la Commune de Paris. Première à arborer le drapeau noir, elle popularise celui-ci au sein du mouvement anarchiste.



Louise Michel

Les Baronnies milieu féérique et plutôt pittoresque où le temps semble s'être arrêté avec ses petits villages et églises baroques, ses anciennes fermes et pâturages, ses hautes collines boisées. Ces lieux ont longtemps servis de refuge pour ceux qui cherchaient à se cacher tels les célèbres bandouliers ou maquisards. Pas étonnant, il n'est en effet pas évident de rentrer ou de sortir de ces lieux. Le therme « Les Baronnies » n'aurait été créé qu'à la fin du 19^{ème} siècle. Avant cela, on parlait de chaque baronnie. Il serait tiré d'une légende médiévale selon laquelle, 3 barons du coin auraient pris l'habitude de se réunir près de la source de l'Arros, en gardant chacun un pied sur sa terre, et l'autre sur celle de son voisin afin de manger tout en discutant et de leur terre...

Molère pour nom occitan molera est dérivé de mola/mòla qui signifie meule de moulin, anciennement pris au sens de moulin. La finale -èra peut représenter soit le suffixe diminutif -ellam (= petit moulin), soit le suffixe -ària qui pourrait signifier "carrière de pierre meulière".

Légende de Molère.

Non loin de Molère, une légende raconte qu'en bas d'un chemin qui descend et s'arrête au ruisseau de Tilhouse, il y avait une grotte et ... 3 fées. Les jeunes filles, prêtes à marier allaient voir les fées pour faire des vœux de bonheur.

La croix de Menguine.

Cette dernière a été posée sur un Tumulus.



3 La Colline du Laca / La serra deth Laca

Tracé

Départ : Office de Tourisme
Dénivelé cumulé : 70 m
Longeur : 4 km
Balisage : Jaune



- 1 - Emprunter la route (D81) direction Tournay, longer l'établissement thermal puis le bâtiment thermoludique « Edenvik ».
- 2 - Au fond du parking, prenez une large piste et suivez la direction « Colline du Laca ».
- 3 - Deux possibilités s'offrent à vous :
 - 3a - prenez la bifurcation à gauche qui vous permettra de sortir du bois pour remonter sur notre Dame du Laca.
 - 3b - continuez tout droit jusqu'à récupérer un chemin goudronné « le Chemin des Merlières ».
- 4 - Reprenez la route du Laca qui descend jusqu'au parcours sportif jusqu'au ramoneur jusqu'à l'Office de Tourisme.

Difficultés particulières : facile mais par temps humide, le terrain peut être très gras. Prévoir des chaussures de marche fermées.

Un peu d'histoire

Admirez le style néoclassique de l'établissement Thermal de Hount-Caoute (fontaines chaudes) bâti en 1839.

Notre Dame du Laca a été construite en 1927 par M. Pomies (curé de Capvern). Une bergère aurait eu en cet endroit une apparition au début du XX^{ème} siècle. Elle est placée en direction de Lourdes.



4 Le Chemin du Moulin / Cami moliau Tracé

Départ : Office de Tourisme
Dénivelé cumulé : 180 m
Longueur : 6 km
Balisage : Jaune



- 1 - Emprunter la route (D81) direction Tournay, longer l'établissement thermal puis le bâtiment thermoludique «Edenvik».
- 2 - Au fond du parking, prendre une large piste direction «Chemin du Moulin».
- 3 - Après 1,5 km (20'), quittez le sentier principal pour emprunter celui qui descend à droite. (**ATTENTION forte pente, les bâtons de randonnée ne sont pas inutiles.**)
- 4 - A la fin de cette descente (30'), empruntez le sentier qui part sur votre gauche après avoir observé les vestiges d'un ancien moulin (qui servait à moudre du blé et faire de la farine).

Difficultés particulières :
 forte pente glissante par temps humide ;
 traversées de ruisseaux à gué.



Vous longez le ruisseau du Bouridé et traversez ce dernier à deux reprises avant d'arriver sur D80, entre le Laca et le Bouridé. Le terrain traversé comporte des zones humides.

Variante : vous pouvez prendre à droite et descendre jusqu'aux Thermes du Bouridé (600m).

- 5 - Prendre à gauche afin de remonter vers la colline du Laca et rejoindre par cette voie le point de départ. Vous pouvez finir sur une partie plus agréable en empruntant le parcours de santé.

Un peu d'histoire

De la montagne à la plaine, l'eau est partout présente dans les Hautes-Pyrénées. Depuis des siècles sa force motrice a été utilisée par les habitants. Les moulins à eau en sont un exemple. Plusieurs centaines de moulins ont été édifiés au fil des torrents ; à seigle, à maïs, à blé ou à noix. Certains propriétaires ont su entretenir ou rénover ce patrimoine pour le transmettre ou le faire connaître. Les ruines du moulin que vous pouvez observer n'ont pas eu cette chance. Ce dernier se trouvait à la jonction du ruisseau du Bouridé (bouillonnante) et d'Aygue Caoute (eau chaude), tous deux issus de deux sources chaudes.

Légende du chien Tympanneau : excellent chien de meute appartenant à un nobliau qui chassait aux alentours de la source du Bouridé, y buvait et s'y baignait chaque jour. Il fut ainsi guéri d'une maladie... La rumeur se répandit. A quelque temps de cela, un serviteur tomba malade. Il alla goûter l'eau, s'y baigna et revint guéri...

5 Le Chemin des Vignes / Cami deths vinhas Tracé

Départ : Office de Tourisme
Dénivelé cumulé : 250 m
Longueur : 8 km
Balisage : Jaune



- 1 - Prendre les escaliers en face de l'Office de Tourisme. Une fois arrivée sur le boulevard des Pyrénées (sur votre gauche le grand hôtel, où ont séjournés Brassens et Fernandel lors de leur séjour dans la ville).
- 2 - Prenez à droite puis tout de suite à gauche, le chemin des Espanets. Attention, circulation possible. Montez jusqu'au croisement de la route de la serre (La colline) tout en admirant le point de vue (Château de Mauvezin, les Baronnies, et la chaîne des Pyrénées).
- 3 - Prenez à gauche et continuez jusqu'au carrefour du chemin d'Hubareite situé au niveau d'une maison fleurie en toute saison. Prenez sur votre droite en suivant la route de Péré durant environ 1 km (20').

Difficultés particulières :
 traversées de ruisseaux à gué.



- 4 - Descendez en suivant le panneau « Chemin des Vignes ». Attention forte pente.
- 5 - Vous arrivez sur la route de Gourgue. Prenez la route en sens interdit en face de vous.
- 6 - Vous passez sur un pont. 30 m après ce dernier, empruntez le sentier qui part sur votre gauche. Passez à gué. Admirez le moulin en ruine sur votre gauche.
- 7 - Prenez ensuite à droite pour récupérer le chemin des moulins. Vous longez le ruisseau du Bouridé et traversez ce dernier à deux reprises avant d'arriver sur D80, entre le Laca et le Bouridé. Le terrain traversé comporte des zones humides.
- 8 - Prendre à gauche afin de remonter vers la colline du Laca et rejoindre par cette voie le point de départ. Vous pouvez finir sur une partie plus agréable en empruntant le parcours de santé.

Un peu d'histoire

Comme la majeure partie des habitants des Hautes-Pyrénées, Capvern exerçait des activités agropastorales, la culture de la vigne en faisait partie mais restait dans le cadre familial.

Au moyen âge, sur la colline de la serre de Péré, la bastide de Saraméa, bastion important sera détruit par un incendie en 1671, et remplacé par un modeste manoir. On sait également que sur cette même colline, c'était établie une Communauté religieuse.

Hypothèse sur l'étymologie du nom de Péré ; du lat in pirarius et du gascon perér qui signifient « poirier ».



6 Allons au Château / Anem deth castet Tracé

Départ : Office de Tourisme
Dénivelé cumulé : 340 m
Longueur : 11 km
Balisage : Jaune



- 1 - Empruntez la route (D81) direction Tournay, longez l'établissement thermal puis le bâtiment thermo ludique « Edenvik ».
- 2 - Au fond du parking, prendre une large piste direction « Allons au Château ».
- 3 - Après 1,5 km (20'), quittez le sentier principal pour emprunter celui qui descend à droite.
- 4 - Passez le gué du ruisseau du Bouridé (après avoir repéré les ruines de l'ancien moulin sur votre droite).
- 5 - Continuez sur votre gauche en suivant le chemin goudronné jusqu'à la route Mauvezin/Capvern Village.
- 6 - Prenez à droite en direction du château.

Difficultés particulières :
 forte pente glissante par temps humide.
 Bâtons de randonnée conseillés.
 Traversées de ruisseaux à gué.

- 7 - **Retour :** contournez le Château par la gauche et passez entre les deux petites tours. Vous arrivez sur un chemin forestier, prenez à droite.
- 8 - Quittez ce dernier en empruntant celui qui descend sur votre gauche. Vous passez devant un lavoir restauré. Continuez tout droit et reprenez le passage à gué sur votre droite.
- 9 - Reprenez le « Chemin des Vignes » à droite pour rentrer sur Capvern les Bains.

Un peu d'histoire

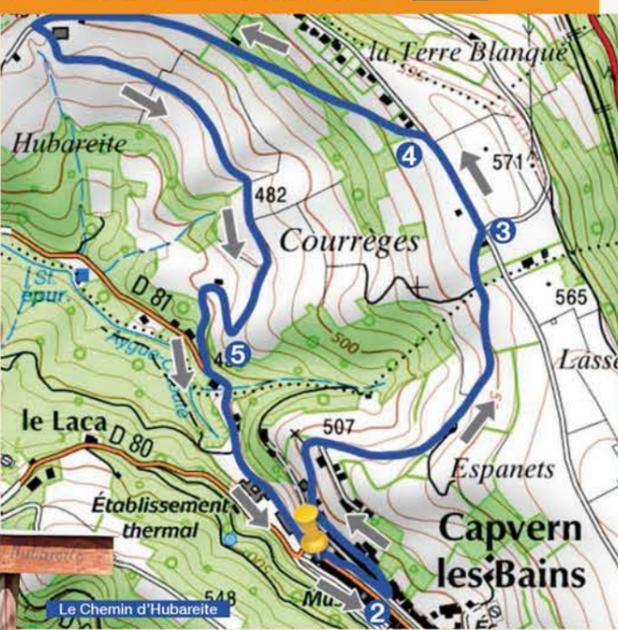
Le château de Mauvezin ou devrait-on dire le gardien des Baronnies à l'architecture militaire du Moyen-Âge doit son essor à Gaston Fébus, Vicomte souverain de Béarn et Comte de Foix. Il s'efforça en effet, par tous les moyens, de récupérer le château de Mauvezin et la Bigorre dont sa famille avait été injustement spoliée en 1292. Il obtint Mauvezin en 1379, maillon indispensable à sa grande Principauté Pyrénéenne. Le château fut d'une importance stratégique capitale entre Bigorre et Comminges. Gaston Fébus le transforma en forteresse imprenable : il fit construire un énorme donjon-porte de 37 mètres de haut et surélever les remparts puis couronna les murailles de la forteresse de mâchicoulis. Ainsi il put contrôler la Bigorre, la majeure partie du Comminges et du Toulousain, la Soule et la région de Bayonne. Fébus mourut en 1391. Cette forteresse, dépeuplée lentement de ses pierres surtout pendant la révolution, fut restaurée au début du XX^{ème} siècle par Albin Bibal et une association « L'Escòla Gaston Fébus », afin de le rendre visitable, le sauvant ainsi d'une mort certaine. Cela permit de croire à un renouveau du château et de la langue occitane, parlée par toute la population de Gascogne et d'Occitanie.

7 Le Chemin d'Hubareite / Cami deth Hubareite Tracé

Départ : Office de Tourisme
Dénivelé cumulé : 100 m
Longueur : 5 km
Balisage : Jaune



- Difficultés particulières :** chemin goudronné.
- 1 - Prendre les escaliers en face de l'Office de Tourisme. Une fois arrivé sur le boulevard des Pyrénées
 - 2 - Prenez à droite puis tout de suite à gauche sur le chemin des Espanets. Montez jusqu'au croisement de la route de la Serre (La colline).
 - 3 - Prenez à gauche jusqu'au prochain carrefour. Vous êtes à Mauvezin ! Descendez à gauche jusqu'à la ferme.
 - 4 - Prenez la route qui descend à gauche jusqu'à récupérer la route Gourgue / Capvern, en face de la Goutille.
 - 5 - Revenez sur la gauche direction l'établissement Thermal de Hount Caoute et rejoignez l'Office.



Un peu d'histoire et d'étymologie

Hubareite signifierait « la petite falaise ». Mauvezin (Maubezi) "le mauvais voisin". Une appellation féodale "dissuasive" : le village de Mauvezin étant dominé par un château qui a appartenu à Gaston Fébus.

A proximité des Thermes de Hount Caoute se trouvait autrefois la belle « cascade de la meunière ». On raconte une légende à son sujet au temps des Seigneurs de Maubezi. Magdelide, une meunière du moulin de Capvern aurait été célèbre en tout le pays pour sa beauté, sa grâce et surtout sa jeunesse. Après 30 ans de mariage, Magdelide restait jeune et belle. Son secret un jour fut trouvé. Il était de se baigner dans la source de la cascade de Hount Caoute tous les jours. Après cette découverte, tous les gens des alentours vinrent se baigner dans la source afin de devenir éternellement jeune...



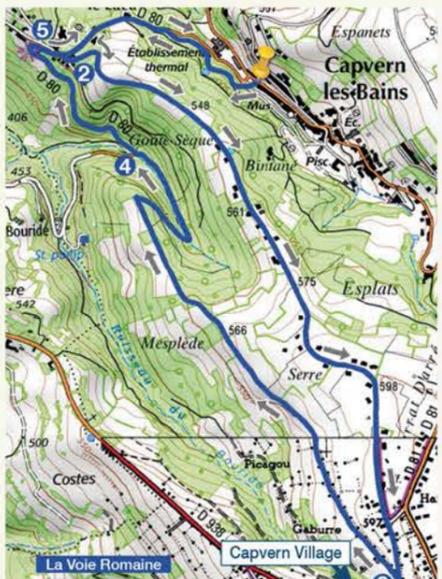
8 La Voie Romaine / La via romana Tracé

Départ : Office de Tourisme
Dénivelé cumulé : 85 m
Longueur : 8 km
Balisage : Jaune



- 1 - Du parking de l'Office de Tourisme, face aux Thermes, empruntez sur votre gauche le chemin du parcours de santé. Suivez le balisage qui part à droite et rejoint la D80. Prenez à gauche en direction du hameau du Laca.
- 2 - Au hameau, prenez la direction de Capvern Village et restez sur la route principale durant 35'. Laissez la rue de la voie romaine sur votre gauche et prenez tout droit « le chemin de Mesplède ».
- 3 - 250 m après, empruntez le chemin forestier qui part sur votre droite (ou continuez tout droit pour rejoindre Capvern Village). Admirez le paysage tout au long de ce sentier. Au bout de 20' plongez à droite dans la forêt de la vallée de Goutte-Sèque.
- 4 - Vous arrivez dans un virage serré sur la D80 entre le Laca et le Bouridé. Prenez à droite.
- 5 - Arrivé au hameau du Laca, suivez la direction de Capvern les Bains.
- 6 - Récupérez le parcours de santé qui vous ramènera à l'Office de Tourisme.

Difficultés particulières : Facile mais par temps humide, le terrain peut être très gras.



Un peu d'histoire

Vous pouvez admirer à mi chemin de la voie romaine, sur votre droite, un immense et magnifique chêne, énigmatique de part son passé. C'est là que les spécialistes localisent l'ancienne cité Thermale, Aquae Convenarum (eaux des convèns). Les convèns (du latin Cum Venii = ceux qui sont venus ensemble) sont des colons et des soldats de l'armée de sertorius, vaincue en Espagne, qui se sont repliés dans la vallée de la Garonne, et qui ont fondé une ville de 50 000 habitants : Lugdunum convenarum, dont on trouve les ruines entre St Bertrand de Comminges et Valcabrère. Le plateau de Lannemezan qui fixe les premières peuplades paléolithiques, comme le prove les tumulus, est évité, devenant un repaire de brigands. Capvern devient alors un point stratégique, croisement des deux voies romaines ; - la ténarèze, voie qui traverse les Pyrénées par le Rioumajou en direction de Bordeaux et la voie Toulouse/Dax.

Le centre de la cité, dont on ignore l'importance se localisait autour de ce magnifique chêne. Localisation confirmée par la découverte d'ex-voto et pièces en bronze, par des agriculteurs en labour. De là, une voie partait le long de la crête, en direction du Laca, et devait descendre au Bouridé, seule source exploitée. Autour de cet arbre, existera ensuite le quartier « baignères » du village de Capvern vidé par la peste, où se trouvait d'ailleurs une chapelle, qui a été abandonnée puis détruite au XIX^{ème} siècle.



Infos pratiques

Les temps de marche indiqués restent indicatifs.

Le balisage

- Bonne direction
- Tourner à droite
- Tourner à gauche
- Mauvaise direction
- Départ - Arrivée

Extraits de carte IGN1/25000 1746E Tournay Capvern les Bains - Autorisation N°221402

Recommandations

Suivez les itinéraires balisés et évitez les raccourcis. Respectez ainsi les propriétés privées.

- Si vous êtes débutants, commencez par des itinéraires de courte durée.
- Pour votre sécurité, ne partez pas seul ou avertissez quelqu'un de votre itinéraire.
- Optez pour de bonnes chaussures à tige haute, tenant bien la cheville et à semelles crantées.
- Par temps humide, certains sentiers sont impraticables. Renseignez vous toujours avant de partir auprès de l'Office de Tourisme en cas de doute.
- Par grand vent, évitez d'entrer en forêt.
- Gardez les milieux naturels propres, ne jetez aucun débris.
- Refermez les barrières derrière vous.
- Dans votre sac à dos ; prévoyez des vêtements chauds et imperméables, des lunettes de soleil, un chapeau, une gourde d'eau, une petite trousse à pharmacie.
- Si votre chien vous accompagne, la laisse est conseillée à l'approche des fermes et des troupeaux.
- Respectez le code de la route et soyez vigilants aux abords des grands axes.
- Certains chiens traversent des propriétés privées : respectez cette tolérance des propriétaires.

300, rue des Thermes
 65130 Capvern Les Bains
 Tél. : 05 62 39 00 46
 Fax : 05 62 39 08 14

Capvern Thermalisme Tourisme Animation

Site Internet : www.capverntourisme.com
 E-mail : officedetourisme@capvern-les-bains.com

Conception rédaction : CTTA • Graphisme : Tout'en Corn 05 62 50 16 11 • Impression : SODAL
 Crédit photos : Raymond Springinsfeld, CTTA • Imprimé sur du papier provenant de forêts gérées durablement • Imprim vert.