



# GR10 Étape 5 : De Bagnères de Luchon à Aulus-Les-Bains

## FRANCE - PYRÉNÉES



La 5ème étape du GR10 entre Bagnères de Luchon et Aulus les bains, vous emmènera sur de nouveaux paysages entre la Haute Garonne et les vallées Ariégeoises du Biros et du Couserans.

Vous évoluerez dans une partie assez méconnue de l'Ariège, dans des vallées au riche passé minier et l'agropastoral toujours omniprésent.

Un large panel de paysages, riche en couleurs, qui alterne les 3000 du Luchonnais, les vallées sauvages et méconnues du Couserans ou encore les rivières et cascades aux eaux limpides et poissonneuses...

Assurément, l'étape la plus authentique de ce sentier mythique !



7 jours, 6 nuits, 7  
jours de marche



5 à 20 personnes



Itinérant



★★★★★



Refuge - Gîte



Code : 1569

### LES POINTS FORTS :

- Les points de vue sur le Massif du Valier
- La cascade d'Ars et l'étang de Guzet
- Les 2 variantes possibles

## PROGRAMME JOUR PAR JOUR

### JOUR 1 : BAGNERES DE LUCHON - ARTIGUE

Petite étape qui commence à Bagnères de Luchon jusqu'au village d'Artigue, offrant un point de vue sur toute la plaine, la station de Superbagnères et les hauts sommets du Luchonnais.

Nuit à Artigue en gîte.

▲ Environ 3h00 de marche, +600m/-50m de dénivelé

### JOUR 2 : ARTIGUE - FOS

Aujourd'hui, l'étape sera bien évidemment plus longue mais en passant par des cols à 2000m et des crêtes frontières, elle déroule de superbes panoramas, notamment sur le plus haut sommet des Pyrénées, le Pic Aneto (3404m) et l'imposant massif de la Maladetta.

Nuit au gîte d'étape à Fos.

▲ 6h30 de marche, +970m/-1570m de dénivelé

### JOUR 3 : FOS - L'ÉTANG D'ARAING

Départ du petit village de Fos, dans la Haute Garonne pour basculer en Ariège, « La Terre Courage ».

Vous quitterez les Prats verdoyants dédiés aux brebis, pour un terrain de Haute montagne.

Passage au col d'Auréan à 2176m avant de basculer vers le lac d'Araing, surplombé par le Pic du Crabère.

Nuit en refuge à l'Etang d'Araing. (Pas de bagages ce soir-là).

▲ Environ 7h00 de marche, +1530m/-350m de dénivelé

### JOUR 4 : L'ÉTANG D'ARAING - EYLIE D'EN HAUT

Sur cette étape courte, nous vous proposons un sommet facile, en aller-retour, le Pic de l'Har à 2422m, pour bénéficier d'un superbe panorama sur la vallée du Biros et les sommets du Couserans. Passage par les mines de Bentaillou, avant de descendre vers le village d'Eylie d'en Haut.

Avec l'ascension du Pic de l'Har, environ 1h15 de marche en plus et 200 m en positif et négatif supplémentaire.

Nuit en gîte d'étape au village d'Eylie d'en Haut.

▲ Environ 4h de marche, +350m/-1140m de dénivelé

### JOUR 5 : OPTION 1 : EYLIE D'EN HAUT - PLA DE LALAU

L'étape d'aujourd'hui sera longue et exigeante. Montée raide jusqu'au col de l'Arech. Puis un sentier à flanc, avant de rejoindre de belles forêts bien denses pour enfin arriver à votre hébergement du Pla de Lalau.

Nuit en gîte d'étape au Pla de Lalau.

▲ Environ 7h30 de marche, +1500m/-1540m de dénivelé

### OPTION 2 : EYLIE D'EN HAUT - BONAC

Avec cette variante, située plus bas dans la vallée du Biros, vous allez découvrir un paysage au relief plus doux. Passage par le col des Cassaings à 1497 m. Fin de cette étape à Bonac, un petit village en soulane (versant sud).

Nuit en gîte d'étape à Bonac.

▲ Environ 5h30 de marche, +750m/-990m de dénivelé



## **JOUR 6 : OPTION 1 : PLA DE LALAU - ESBINTZ**

Au départ du gîte, parcours à flanc de montagne qui passe ensuite par la vallée fromagère Ariégeoise, la vallée de Bethmale et son petit lac éponyme. Puis descende dans les bois de Souleille jusqu'au hameau d'Esbintz. Nuit en gîte d'étape à Esbintz

▲ Environ 6h30 de marche, +1150m/-1250m de dénivelé

## **OPTION 2 : BONAC - ESBINTZ**

Parcours à travers la vallée du Lez et ses villages. Passage dans la vallée fromagère de Bethmale et son joli lac puis c'est la montée vers le col de la Core pour redescendre jusqu'au gîte d'Esbintz.

▲ Environ 5h30 de marche, +850m/-740m de dénivelé

## **JOUR 7 : ESBINTZ - AULUS-LES-BAINS**

Transfert à la station de Guzet. Vous terminez cette étape, en direction d'Aulus-les-Bains, en passant par le joli étang de Guzet puis la grande cascade d'Ars, avant de descendre sur Aulus-les-Bains, terminus de cette cinquième étape du GR10.

▲ Environ 5h30 de marche, +650m/-1350m de dénivelé

### **IMPORTANT ITINÉRAIRE :**

- Les durées de nos randonnées sont données à titre indicatif. Elles peuvent varier en fonction de plusieurs éléments lors du déroulé de notre séjour (niveau des participants, météo, état du terrain, etc...). Les durées de transfert peuvent aussi fluctuer en fonction des conditions climatiques et de l'état des routes.
- Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction et peut être sujet à des modifications dans un souci de qualité. De plus, des situations indépendantes de notre volonté peuvent modifier le déroulement de votre séjour (météo, routes coupées, vols annulés ou retardés, grèves, fêtes locales...). Votre satisfaction et votre sécurité sont les éléments qui prédominent dans ces décisions de modification.
- Ce circuit s'effectue sans accompagnateur et sous votre propre responsabilité. Nous vous fournissons toutes les indications nécessaires au bon déroulement de ce séjour, mais nous ne pourrions en aucun cas, être tenus pour responsables d'un incident voire d'un accident, si vous n'avez pas respecté l'itinéraire indiqué, certaines précautions élémentaires d'attitude, de comportement et surtout de sécurité

Quelques règles de bonne conduite à connaître :

- Ne laisser aucun déchet errer dans la montagne, emportez toujours vos poubelles jusqu'à votre hébergement.
- Respecter les fleurs sauvages, ne pas les cueillir. Préférer les photographier ou les dessiner.

### **NUITS SUPPLÉMENTAIRES :**

Possibilité de demander des nuits supplémentaires à Bagnères de Luchon (tarifs sur demande, nous consulter). Nous vous recommandons donc de nous communiquer au plus tôt vos demandes de nuits supplémentaires. Les taxes de séjour sont à régler sur place et donc non comprises dans nos prix (pour les nuits supplémentaires).

## FICHE PRATIQUE

### **NIVEAU PHYSIQUE :**

Pour marcheurs habitués et entraînés à la randonnée, ayant marché dans tous types de reliefs et pratiquant une activité sportive soutenue au moins deux fois par semaine.

Étapes de 5h à 7h30 de marche environ avec des dénivelés positifs de 300m à 1500m.

### **NIVEAU TECHNIQUE :**

Les sentiers sont bien tracés et entretenus en montagne, avec quelques passages en crêtes, mais en règle générale aucune technique ni difficulté sur le circuit.

Si toutefois le temps venait à se gâter, il existe nombres de variantes, sur ce tronçon qui contournent les sommets et qui évitent les passages aériens !

### **TOPOGUIDE :**

Le topo a été réalisé par un Accompagnateur en Montagne professionnel désireux de vous faire découvrir sa passion et notamment de cette fabuleuse chaîne de montagnes. C'est consciencieusement et sur le terrain que les descriptifs ont été écrits. Les dénivelés et les temps horaires ont été calculés au plus juste mais il se peut que vous constatiez des variations plus ou moins importantes, ceci est tout à fait normal.

Si toutefois, vous constatez des problèmes dans les indications, des changements sur le terrain ou d'autres impondérables, merci de nous en faire part.

Votre topo (dossier de voyage) vous sera envoyé par courrier environ 2 à 3 semaines avant votre départ, il comprend

- Une convocation,
- Des bons d'échanges à transmettre aux prestataires sur place (hébergement, taxi...),
- Une cartographie,
- Un topo-guide descriptif de la randonnée,
- si l'aérien, des étiquettes bagages.
- Questionnaire de satisfaction

Remarque : Un seul topo est imprimé et envoyé par groupe. Possibilité d'envoi de plusieurs topos (avec supplément). En cas de réservation de dernière minute ou d'adresse à l'étranger, votre topoguide sera envoyé au premier hébergement de votre séjour et vous sera remis à votre arrivée sur place.

Tous ces documents seront envoyés par courrier à l'adresse indiquée sur le bulletin d'inscription. Si vous êtes absent à cette adresse, nous vous remercions de nous indiquer où vous envoyer votre dossier de randonnée.

### **HÉBERGEMENT :**

- 5 nuits en gîte d'étape,
- 1 nuit en refuge de montagne en demi-pension.

Sélectionnés notamment pour la qualité de leur accueil, vous retrouvez dans les gîtes une ambiance conviviale. Le plus souvent, vous partagez des dortoirs de 4/6 places.

Pas de possibilité de transferts pour vos bagages le soir, dans les refuges pour cette étape.

### **RESTAURATION :**

En demi-pension pendant toute la durée du séjour, petit déjeuner et dîner pris au restaurant ou à l'hébergement. Les repas du midi ne sont pas compris...



### **TRANSPORT DES BAGAGES :**

Vous portez uniquement vos affaires de la journée (sauf si vous avez pris l'option sans transport de bagages).

### **TRANSFERTS :**

Vous retrouverez tous les soirs, votre sac de voyage à l'étape suivante qui sera transporté selon la formule choisie. Pensez à bien étiqueter vos bagages avec les étiquettes fournies par nos soins.

Lorsqu'un transfert de bagages est prévu et inclus au programme nous vous demandons de déposer votre bagage à votre départ le matin dans le hall de chaque hébergement en convenant de l'endroit avec la réception. Ils seront acheminés en cours de journée par un transporteur à l'hébergement suivant, au plus tard à 17h. Ne prévoir qu'un seul bagage par personne n'excédant pas 12kg. Attention n'y mettez pas d'objets de valeur ni d'objets fragiles.

### **GROUPE :**

Minimum 2 personnes.

### **RENDEZ-VOUS :**

Le jour 1 à Bagnères de Luchon à 9h.

### **DISPERSION :**

Le jour 7 dans l'après-midi.

### **MOYENS D'ACCÈS :**



#### **EN VOITURE**

En voiture : Autoroute A 64 : sortie Lannemezan, puis D825 direction Bagnères de Luchon

Pour limiter vos frais de déplacements et d'émission de carbone, pensez au covoiturage en tant que chauffeur ou passager. Faites appel à Blablacar. C'est simple et pratique.

Si vous venez en voiture personnelle, nous vous recommandons de laisser votre véhicule au point d'arrivée à Aulus. En effet, de cette façon, vous serez plus serein, en terminant votre étape et de pouvoir récupérer votre véhicule.



#### **PARKING**

**PARKING POUR VOTRE VÉHICULE À BAGNERES DE LUCHON :**

Parking gratuit de la gare SnCF

Il est important de vous renseigner auprès de la mairie, afin de savoir s'il n'y aura pas de manifestations durant votre séjour...



---

### EN NAVETTE

---

En transports publics : Des bus locaux (chronoplus, ou bus Euskotren en Espagne) desservent les principales villes, plages et villages du Pays Basque, mais la voiture reste souvent la meilleure option pour explorer les zones rurales et plus reculées.



---

### EN TRAIN

---

Gare SNCF de Luchon

➤ Renseignements SNCF : 3635, ou [www.sncf-connect.com](http://www.sncf-connect.com)



---

### EN AVION

---

L'aéroport Biarritz Pays Basque propose des vols vers plusieurs destinations françaises (Paris, Lyon) et internationales (Londres, Madrid). L'aéroport de San Sebastián en Espagne est une alternative à proximité.

## DATES ET PRIX

### INFORMATIONS DATES ET PRIX :

Départ possible tous les jours du 15/06/2026 mois au 30/09/2026.

➤ Prix par personne en Gîtes + Refuge avec le transport des bagages

A partir de 2 participants : 725€/pers.

A partir de 3 participants : 705€/pers.

A partir de 4 participants : 650€/pers.

➤ Prix par personne en Gîtes + Refuge sans le transport des bagages

A partir de 2 participants : 615€/pers.

A partir de 3 participants : 595€/pers.

A partir de 4 participants : 565€/pers.

➤ Le supplément chambre individuelle est obligatoire pour toute personne seule dans une chambre double à usage individuelle.

➤ Des frais de gestion s'appliquent en cas de réservation à moins d'un mois du départ : 40€ par dossier, ou +20€ par participant pour les groupes de 5 participants et plus (ou si 3 chambres réservées et plus).

### Séjours liberté - fonctionnement avec Chemins du Sud :

Nous procédons aux réservations auprès de nos fournisseurs dès le paiement de votre acompte. Dès la validation de chacun d'entre eux, nous vous contactons pour confirmer votre séjour.

Nous vous tenons informés au plus vite si des modifications devaient intervenir en cas d'indisponibilité : les dates ou les prestations peuvent être ainsi modifiées, et dans ce cas, le prix de votre séjour peut être ajusté (à la hausse ou à la baisse). Par exemple, si nous sommes contraints de réserver un hébergement ou un type de chambre de catégorie différente, ou impliquant des transferts supplémentaires.

En cas de faible hausse, nous prenons le supplément à notre charge par courtoisie.

### REMISES ET PRIVILEGES CHEMINS DU SUD

#### Remise fidélité -5%

Remise de 5%, appliquée dès votre 3ème séjour (les inscriptions faites via une autre agence comptent aussi !). Cette remise vous sera attribuée systématiquement pour tous les séjours suivants, et sans durée de validité imposée.

#### Remise adhérents FFRandonnée et Fédération Française de la Retraite Sportive -5%

Chemins du Sud offre une remise de 5% sur tous nos séjours, à tous les adhérents licenciés de ces 2 fédérations.

#### Remise Salons -5%

Chemins du Sud a un stand dans plusieurs salons du Tourisme en France (Paris, Lyon et Toulouse). Réduction de 5% accordée sur tous nos séjours, pour toute personne nous y rendant visite.

#### Remise Groupes constitués de -8% à -15%

La réduction varie selon le nombre de participants. Que ce soit en formule Liberté ou avec un de nos accompagnateurs, partez entre amis ou avec votre club de randonnée, en groupe privatisé, à la date de votre choix.

➤ Si vous avez de jolies photos de votre séjour, ou d'un autre séjour de notre brochure, vous pouvez nous les adresser par mail à [photos@cheminsdusud.com](mailto:photos@cheminsdusud.com). Si nous les publions, nous vous offrons un avoir de 100€.

Pour plus de précisions sur les conditions d'application, consulter la page [Remises et Privilèges](#)

### **NOTRE PRIX COMPREND :**

- L'hébergement en demi-pension durant le séjour,
- Le transport des bagages, selon l'option choisie,
- Les transferts
- Les cartes IGN avec le tracé surligné, le topo-guide, protège carte,
- Les frais d'organisation et de logistique
- Les taxes de séjour

### **NOTRE PRIX NE COMPREND PAS :**

- Les boissons,
- Les pique-niques,
- L'hébergement la veille du départ,
- La visite des monuments.
- Tout ce qui n'est pas dans "le prix comprend".

### **FRAIS D'INSCRIPTION :**

Les frais d'inscription sont des frais administratifs. Ils sont applicables à chaque personne inscrite.

- Pour toute inscription à plus de 90 jours du départ : pas de frais d'inscription.
- Pour toute inscription à partir de 90 jours du départ : 15€/personne.



## **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ**

### **BAGAGES :**

- ✓ 1 sac de voyage par personne (ou valise à roulettes ; préconisée pour les séjours avec transports publics prévus lors des transferts). Un bagage trop volumineux est à proscrire car poserait des soucis d'encombrement du bus ou d'organisation logistique.
- ✓ 1 sac à dos de 35-40 litres environ à armatures souples avec ceinture ventrale et un dos bien aéré pour votre confort (pour porter vos affaires personnelles de la journée : appareil photo, pique-nique du déjeuner, gourde, vivres de course, veste coupe-vent, pull, vêtement de pluie...). Ce bagage est placé généralement en cabine lors de vos transports aériens éventuels (10kg maximum par personne, habituellement).



## VÊTEMENTS :

Pour le haut du corps, le principe des 3 couches permet de gérer quasiment toutes les situations :

- ✓ une couche légère et respirante
- ✓ une couche chaude
- ✓ une couche imperméable et respirante.

En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par temps de pluie ou vent, il suffit de rajouter cette veste imperméable. Par grands froids ou lors des pauses, la veste polaire est un complément indispensable.

Prévoir des vêtements qui sèchent rapidement et donc éviter le coton. Préférez les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible.

Pensez à vous couvrir avant d'avoir froid, mais surtout à vous découvrir avant d'avoir trop chaud. La sueur est l'ennemi du randonneur, car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés lors des pauses. Ainsi, il est très rare d'effectuer une ascension vêtue d'une veste polaire..

La liste complète et idéale : (à adapter néanmoins suivant la randonnée et la saison, et en fonction de vos habitudes)

- ✓ 1 chapeau de soleil ou casquette, ou foulard
- ✓ 1 bonnet ou bandeau en polaire et/ou un tour de cou
- ✓ 1 paire de gants légers
- ✓ Tee-shirts manches courtes en matière respirante de préférence (1 pour 2 jours de marche).
- ✓ 1 sous-pull à manches longues en matière respirante ou une chemise (parfois, les sommets sont ventés et une petite épaisseur est la bienvenue pendant la pause déjeuner),
- ✓ 1 veste chaude type polaire (voire déperlante) ou type chaude et compressible
- ✓ 1 veste coupe-vent imperméable et respirante avec capuche
- ✓ 1 cape de pluie éventuelle et/ou sursac
- ✓ 1 pantalon de randonnée solide, ample, confortable, déperlant
- ✓ 1 surpantalon imperméable et respirant
- ✓ 1 short ou pantacourt, confortable et solide
- ✓ Chaussettes de marche (1 paire pour 2 jours de marche). Privilégier la laine ou les chaussettes spécifiques randonnée type bouclette" qui vous éviteront l'échauffement prématuré des pieds
- ✓ 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, avec semelle qui accroche bien au relief et résistante à l'abrasion. Pensez à tester auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps.
- ✓ ou si vous êtes habitués, une paire de chaussures basses type trail, notamment pour les séjours été.
- ✓ 1 paire de guêtres (facultatif)
- ✓ 1 maillot de bain et 1 serviette qui sèche rapidement (facultatif en vue d'éventuelles baignades)
- ✓ 1 pantalon confortable pour le soir.



## **MATÉRIEL :**

### POUR LES HEBERGEMENTS (Hôtel, gîte et refuges)

- ✓ Un sac de voyage pour vos affaires à transporter
- ✓ Un drap ou sac à viande, pour les nuits en refuge
- ✓ Une trousse de toilettes
- ✓ Une paire de chaussures légères pour le soir
- ✓ Pour les lunettes de vue, pensez à prendre une paire de rechange.

### POUR LA RANDONNÉE

- ✓ Un sac à dos de 30/40 litres avec une ceinture ventrale
- ✓ Une housse de protection du sac à dos (souvent intégrée dans celui-ci)
- ✓ Une paire de chaussures imperméables avec un bon maintien de la cheville
- ✓ Une pochette étanche pour vos papiers, téléphone etc...
- ✓ Une poche plastifiée pour protéger vos affaires à l'intérieur du sac à dos
- ✓ Protection solaire (crème et stick à lèvres)
- ✓ Lunettes de soleil catégorie 2, 3 ou 4
- ✓ Une boîte avec un couvercle hermétique (type Tupperware) pour le pique-nique
- ✓ Une gourde
- ✓ Couverts, couteau et gobelet
- ✓ Petit tapis de sol (pour vous asseoir pendant la pause déjeuner)
- ✓ Papier toilette avec une petite poche (pour ne pas le laisser dans la nature)
- ✓ Un briquet
- ✓ Couverture de survie
- ✓ Une paire de lacets de rechange
- ✓ Une frontale

## **PHARMACIE :**

- ✓ Vos médicaments habituels
- ✓ Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- ✓ Médicaments contre les troubles digestifs (facultatif)
- ✓ Antistaminiques contre les piqûres d'insectes par exemple (facultatif)
- ✓ Pastilles contre le mal de gorge (facultatif)
- ✓ Bande adhésive élastique en 5 ou 8 cm de large x 2,5 m (facultatif)
- ✓ Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- ✓ Collyre (en cas de poussières ou irritation/sécheresse oculaire)
- ✓ Double peau pour protéger les ampoules aux pieds (facultatif)
- ✓ Pince à épiler (facultatif)
- ✓ Gel hydroalcoolique antibactérien utile pour se laver/désinfecter les mains



## **FORMALITÉS**

### **FORMALITÉS :**

➤ Durant le séjour, vous devez être en possession de votre carte d'identité en cours de validité ou passeport, de votre carte vitale, du numéro de contrat et numéro de téléphone de votre assurance personnelle (en cas de non souscription à notre assurance).

### **SANTÉ :**

Aucun certificat de vaccination n'est exigé pour les voyageurs. Cependant, nous recommandons d'être à jour des vaccinations.

### **ASSURANCES :**

A l'inscription, vous pouvez souscrire une assurance assistance rapatriement et/ou annulation qui s'ajoute au prix du séjour (calculée sur le montant total du dossier).

Assurance annulation : 3% (elle comprend le remboursement des sommes retenues en cas d'annulation avant votre départ).

Assurance assistance rapatriement : 2%

Assurance annulation + rapatriement : 4%

Document d'Information sur le Produit d'Assurance consultable lors de votre réservation en ligne et envoyé sur demande.



## **INFORMATIONS DESTINATION**

### **ADRESSES UTILES :**

➤ Renseignements SNCF : 3635, ou <https://www.sncf-connect.com>

➤ Secours en montagne : PGHM Luchon tél 05 61 79 28 36

PGHM Ariège tél 05 61 64 22 58

➤ Secours : 112

➤ Taxi Pyrénéen Luchon : 06 85 97 59 67



## **AUTRES INFORMATIONS :**

### PETIT LEXIQUE PYRENEEN :

Arryou : rouge  
 Aubert : eau verte  
 Aygue : eau  
 Bacas : vache  
 Bielh : vieux  
 Borda : grange  
 Bouéou : bœuf  
 Boup : renard  
 Campana : le clocher  
 Cloutou : creux  
 Coste ou Costa : pente  
 Couyela : cabane  
 Crabère : chèvre  
 Estibère : estive  
 Glère : pierrailles, éboulis  
 Gourguet ou Gourgas : mare  
 Haou : hêtre  
 Houn : Source  
 Hourquette, Hourquas : Passage en V, col, brèches  
 Lis ou lits : avalanche  
 Mailh : rocher ou caillou  
 Néous : des neiges  
 Ous : ours  
 Pichaley : pisser du lait  
 Pis : pins  
 Pourtet : col de montagne  
 Pouey : point haut  
 Prat : pré  
 Québo : abri sous roche  
 Rédon : rond (Orédon)  
 Ribèra ou bat : vallée  
 Sarrat : croupe  
 Sarris : l'isard  
 Soum : sommet  
 Tachou : le blaireau  
 Toy : habitant de petite taille  
 Turon : piton  
 Ubac ou Oubac : versant nord  
 Uscladas : terres brûlées  
 Younquèra : jonc



## NOUS CONTACTER



Notre agence est ouverte du lundi au vendredi de 9h à 18h, et le samedi de 9h à 17h  
(de novembre à janvier inclus : fermeture le samedi)  
En cas de problème de dernière minute, appelez :  
au **04 90 09 06 06** ou sur notre téléphone d'urgence au **07 77 08 14 68 (7j/7 24h/24)**



[infos@cheminsdusud.com](mailto:infos@cheminsdusud.com)



57 rue François Gernelle BP 155  
84 120 PERTUIS



[www.cheminsdusud.com](http://www.cheminsdusud.com)

Dernière mise à jour : 23/02/2026