

VILLE NATURE

Le versant authentique de la nature Saint-Gironnaise la rend d'autant plus attirante pour des groupes en quête d'espaces pour mieux se connaître et souder les relations dans la pratique d'activités dérivatives, propres à développer les qualités sportives et humaines.

DES ATOUTS NATURELS...

Se trouver au confluent de 18 vallées et de trois rivières incite à l'esprit d'ouverture. Saint-Girons, c'est la proximité de trésors naturels étonnants, mis en valeur par un taux d'ensoleillement exceptionnel. La réserve du Mont Valier avec ses lacs profonds, ses pentes caillouteuses, ses crêtes ensoleillées, révèle au sportif ses sources d'inspiration.

Des sports de nature divers pourront vous être proposés par des professionnels diplômés d'état : préparateurs physiques, accompagnateurs en montagne, moniteurs de parapente, d'escalade, de canyoning, de spéléologie...

...BIEN CULTIVÉS

Autour de St-Girons, plus de 300 voies naturelles d'escalade sont équipées : Via Ferrata, parcours aventure plusieurs sites répertoriés sur le Couserans, la Spéléologie dispose du plus grand site karstique de France, la vallée de Seix accueillera les passionnés de rafting, et le cirque de Cagateille les amoureux du canyoning.

Une multitude de sentiers de randonnée pédestre, équestre ou VTT partent de la capitale couserannaise, notamment sur le massif de Sourroque ou la voie verte.

D'autres choisissent le golf à Labastide de Sérou ou le parapente sur les hauteurs de Moulis.



« Saint-Girons et ses alentours, pour un cycliste, c'est le paradis, on s'entraîne dans des espaces presque vierges, sécurisants, au calme, sans trop de trafic routier... C'est vraiment un endroit à part. Ici, tous les niveaux d'entraînement sont possibles, sans parler de VTT qui a aussi toute sa place en Couserans. »
Frédéric Moncassin, ancien cycliste professionnel.

RÉFÉRENCES :

- Accueil du Montpellier Hérault Rugby en avant-saison du Top 14 en 2010
- Accueil du Sporting Club Albigeois en 2009
- Saint-Girons ville arrivée du Tour de France cycliste 2009 (étape Andorre-La-Vieille/Saint-Girons)
- Saint-Girons ville ambassadrice du Téléthon édition 2008
- Epreuves cyclistes Fabio Casartelli et Ronde de l'Isard
- Stages « Atout Rugby » en 2008, 2009, 2010 et 2011 avec Christophe Deylaud
- Stages régionaux d'athlétisme en 2010, 2011 : « 1000 minimes »
- Stage national de karaté en 2010, 2011
- Stage de début de saison de La Vallée de Girou : Août 2011



VILLE ACCUEIL

Avoir le cœur sportif ne va pas sans l'esprit d'accueil. Ici, recevoir c'est faire honneur. Du refuge sur le chemin du Mont Valier à la résidence du site patrimonial du Palais des Evêques à Saint-Lizier, les excellents « à côtés » du sport restent dans les mémoires.

UNE CAPACITÉ D'ACCUEIL DIVERSIFIÉE

Avec 1 000 lits dans la ville et 500 supplémentaires dans l'agglomération, Saint-Girons et ses environs proposent un hébergement de type hôtellerie traditionnelle ou de plein air. Des formules très variées s'offrent aux groupes en fonction de leurs désirs et de la finalité de leurs séjours. Haute gastronomie version « poids légers » et chambres réservées dans le cadre gallo-romain de Saint-Lizier, ou simplicité d'un bungalow en bord de rivière, le charme de l'hospitalité chaleureuse s'exerce de vallée en vallée. Qui ne connaît pas Bethmale et ses fromages n'a pas complètement fait appel aux ressources nutritives du Couserans...



Pour consulter l'intégralité de l'offre d'hébergements à Saint-Girons et aux alentours :

Mairie de Saint-Girons : www.ville-st-girons.fr

Office de tourisme : www.saint-girons-couserans-pyrenees.fr (rubrique hébergements)



« Le site sportif de Saint-Girons a de formidables atouts parce que ses installations sont bien regroupées mais surtout parce qu'entouré de la ville, dans toutes ces vallées, il y a une nature que j'adore. La montagne, les randonnées, la pêche, le ski et des activités diverses et variées permettent à des sportifs en stage de se régaler. En résumé, on peut faire autre chose que du sport. Et en plus, Saint-Girons, ça a une âme. Je connais et j'aime. »

Jean-Claude Skreia, Directeur Technique National de la Fédération Française de Rugby.



SAINT-GIRONS

tous les chemins mènent au sport

CONTACT :

Mairie de Saint-Girons

Service des Sports

05.61.04.05.22

sports@ville-st-girons.fr



Parc naturel régional Pyréénées Ariégeoises



SAINT-GIRONS

tous les chemins mènent au sport



EDITOS

« Les atouts de notre ville en direction du sport sont nombreux et peuvent intéresser un nombre croissant de clubs, pro ou semi-pro. Cette conviction nous vient de notre expérience : les sportifs qui s'entraînent ici louent les paysages, le contact humain autant que les infrastructures à leur disposition. Ils nous font l'honneur de choisir Saint-Girons pour se surpasser. En retour, il nous paraît normal de mettre tout en œuvre pour les satisfaire plus et mieux encore. Aujourd'hui, pour l'accueil sportif, Saint-Girons se recentre sur les points forts que sont un environnement unique en son genre, un sens de l'hospitalité que beaucoup nous envient et des équipements sportifs à la hauteur. En attestent, par exemple, le gymnase Buffelan entièrement rénové en ce début d'année 2011 qui va bientôt héberger le Service Municipal des Sports, ainsi que les nouveaux vestiaires du stade Jo Bousson. Quelle que soit votre discipline, nous serons très heureux de vous accueillir dans notre Couserans, terrain de sport très nature au cœur des Pyrénées. »

FRANÇOIS MURILLO, maire de Saint-Girons,
GÉRARD CAMBUS, adjoint au maire en charge des sports et des grandes manifestations.

« Je vis à Saint-Girons depuis 20 ans. Le Couserans, c'est une atmosphère, un concentré des vraies valeurs des Pyrénées. J'ai tenu à plusieurs reprises à plonger dans cet environnement unique les équipes pro sous ma responsabilité, Albi d'abord puis Montpellier ensuite. Les joueurs sont venus en hiver et en été pour des stages de préparation avec activités de dérivation. Non seulement vous avez à Saint-Girons, les équipements sportifs et les structures techniques livrés clés en mains : gymnases, piste d'athlétisme, piscine, salle de musculation, mais vous avez aussi tout le reste : montagne, eau vive... Il y a des lieux où on va mieux chercher des forces au fond de soi, où on apprend à faire bloc. Nature sauvage, air pur et accueil exceptionnel, voilà un sacré pack pour gagner, non ? »

ERIC BÉCHU, co-entraîneur du Montpellier Hérault Rugby.



VERS LES SOMMETS

Située à 400 m d'altitude, la ville-phare de ce pays aux 3 500 hectares de nature vierge, appelé le Couserans, sait ce que le mot sportif veut dire. De la passion du ballon ovale à la fibre cycliste, en passant par la rando, le sport s'y décline en toutes saisons entre bleu pur et vert vif.

Un club de rugby historique et près de 50 associations entretiennent ce caractère dynamique épris de challenges. Depuis quelques années,

plusieurs clubs nationaux et régionaux viennent ici en stage de préparation physique. Les séjournants ont trouvé à Saint-Girons la sérénité complémentaire des plus jolis exploits.

Saint-Girons entend désormais offrir aux sportifs l'accueil qui leur permettra de se diriger à coup sûr vers les sommets...



VILLE SPORT

Rendre le plus grand nombre d'activités accessibles à tous, répondre présent auprès d'un tissu de plus de 3 000 licenciés... Saint-Girons sait combien le sport mérite qu'on le cultive à long terme. Le Service Municipal des Sports, c'est un staff d'éducateurs ainsi que des agents administratifs et d'entretien, au service des associations locales et des professionnels de Saint-Girons et d'ailleurs.

L'ESPRIT DU SPORT...

Les valeurs éducatives, pédagogiques et universelles du sport semblent s'être donné rendez-vous à Saint-Girons. En 2008 le SGSCC (Saint-Girons Sporting Club Couserans) a fêté son centenaire, ici le rugby comme dans beaucoup de départements du Sud-Ouest règne en maître et il n'est pas rare de voir Saint-Girons « accoucher » de joueurs évoluant aux quatre coins de la planète rugby.

Stades et installations nombreuses et de qualité se répartissent intra-muros. En quelques pas, au départ

de la ville, ce sont des sentiers à emprunter en quantité, des cours d'eau pour le canyoning ou le rafting, des cols à franchir en cascade pour les amoureux du Tour.



...VALORISÉ

Vous l'aurez compris, ici tout est réuni pour donner à l'effort les couleurs du plaisir. Tout un contexte favorise l'entraînement et la détente. La station thermale d'Aulus-les-Bains à 30 minutes, avec son centre de remise en forme et de balnéothérapie, fait figure d'oasis dédiée à la récupération.

« Les sportifs recherchent tous un cadre qui permette de travailler le plus sereinement possible et croyez-moi, aujourd'hui, je le sais en tant qu'organisatrice de stages professionnels, les lieux à taille humaine sont les plus attachants. De ce point de vue, je place Saint-Girons en première ligne. »
Patricia Djaté Taillard,
 cadre technique à la Fédération Française d'Athlétisme.



INFRASTRUCTURES :

- 2 stades de rugby dont 1 terrain d'honneur
- 3 stades de football dont 1 terrain d'honneur
- 1 stade d'athlétisme
- 1 salle polyvalente de 1 800 m² (sports collectifs et indoor athlétisme)
- 1 salle d'arts martiaux de 300 m²
- 2 gymnases de 800 m²
- 1 piscine d'été avec un bassin sportif de 25x15 m et un bassin d'apprentissage de 15x10 m
- 6 terrains de tennis : 3 en terre battue, 1 revêtement Green set tradition, 2 couverts
- 1 structure artificielle d'escalade (SAE) dans le gymnase Buffelan

Retrouvez la liste complète des infrastructures sur le site de la ville : www.ville-st-girons.fr/sports

VILLE HUMAINE



« La simplicité, le sourire, il n'y a pas de secret, ce sont les gens qui font la qualité, ceux qui savent se rendre disponibles et trouver des solutions là où d'autres vous diraient qu'il n'y en a pas. »

Claude Onesta,
entraîneur de l'équipe de France de Handball.



A une heure de Toulouse, à moins de deux heures de l'Espagne et de l'Andorre, Saint-Girons offre un visage original sur le profil de la chaîne Pyrénéenne.

A LA RENCONTRE D'UN CARACTÈRE UNIQUE

Pays longtemps rattaché à la Gascogne, le Couserans ne renie pas la filiation avec les frondeurs Mousquetaires. Solidaires dans l'adversité, prompts à rebondir en toutes circonstances, les Saint-Gironnais, comme le souligne Claude Onesta, sont des gens que l'on n'oublie pas. Cet alliage unique du courage du montagnard au sourire du bon vivant est à l'origine de longues amitiés Saint-Gironnaises avec de grands noms du sport.



« Ce que j'apprécie beaucoup dans Saint-Girons c'est la proximité des montagnes, la nature. Natif du Mas d'Azil, j'aime l'Ariège en général et le Couserans en particulier qui est à lui seul un véritable pays à découvrir. »
Jérôme Courneil, joueur de l'équipe de France de Basket handisport.





SAINT-GIRONS

tous les chemins mènent au sport



2 jours / 1 nuit

Programme « week-end » à partir de 48.10€ par personne

- Hébergement, restauration
- **Activité** : ½ journée randonnée avec moniteur diplômé.
- Mise à disposition des infrastructures sportives par la Mairie de Saint-Girons.

3 jours / 2 nuits

Programme « court séjour » à partir de 89.20€/personne

- Hébergement, restauration
- **Activité** : 1 journée de randonnée avec moniteur diplômé.
- Mise à disposition des infrastructures sportives par la Mairie de Saint-Girons.

7 nuits

Programme « semaine » à partir de 325.60€/personne

- Hébergement, restauration
- **Activités** : 1 journée de randonnée avec moniteur diplômé.
½ journée parcours-aventure en falaise
½ journée V.T.T
- Mise à disposition des infrastructures sportives par la Mairie de Saint-Girons.

ICI VOUS BÉNÉFICIEZ :

- > De l'engagement de la municipalité pour l'accueil des clubs sportifs
- > D'un Service Municipal des Sports qualifié, à votre disposition pour organiser votre planning d'entraînement.
- > D'un office de tourisme à votre écoute pour faciliter votre séjour.

Informations pratiques :

Tarif établi sur la base d'un groupe de 40 personnes.

> **HEBERGEMENT :**

Camping*** agréé camping qualité-Gitotel
base chambre double – à Saint-Girons - piscine en été
restauration sur place.

Ou

Hôtel** labellisé Logis de France 2 cheminées, à Lorp-Sentaraille (2km de Saint-Girons)
piscine en été, jardin, tennis restauration sur place



	Camping	Hôtel
Week-end	48.10€/personne	68.10€/personne
Court séjour	89.20€/personne	133.20€/personne
Semaine	325.60€/personne	479.60€/personne 528.60€ juillet/août

Ces prix ne comprennent pas :

- Pour le camping les draps, le linge de toilette (5€ /personne) et les boissons aux repas.
- Le transport, l'assurance voyage annulation.
- La taxe de séjour

> **ACTIVITES :**

Nos propositions d'activités au choix pour les programmes week-end et court séjour :

Parcours aventure en falaise ½ journée : 20€/personne

V.T.T. la ½ journée : 19.80€/personne

Course d'orientation : 11.00€/personne

Autres activités sur demande : golf, swim...



SAINT-GIRONS

tous les chemins mènent au sport

RENSEIGNEMENTS-RESERVATION :

SERVICE RESERVATION : BP 30143 - 09004 FOIX CEDEX

Tél. : 05.61.02.30.80 - Fax : 05.61.01.68.53

loisirs-accueil@ariegepyrenees.com

