



Explorer LE TERRITOIRE DU FRONTONNAIS À PIED !



Explorer LE TERRITOIRE DU FRONTONNAIS À PIED !

Depuis 2016, la Communauté de Communes du Frontonnais (CCF) a aménagé pour vous des boucles de randonnée pédestre qui traversent les 10 communes qui la composent.

Les trajets représentés en jaune sur cette carte sont détaillés dans des fiches individuelles proposées dans ce fascicule.

Vous souhaitez aller plus loin ?

Choisissez votre parcours selon vos envies et reliez différentes boucles en empruntant les chemins du maillage intercommunal ! Ces sentiers, en orange sur la carte, relient les boucles en vous proposant des parcours sûrs et autorisés. Des poteaux directionnels vous indiquent à chaque intersection les possibilités qui s'offrent à vous. Un doute ? Retrouvez le nom de l'intersection sur cette carte pour mieux vous repérer.

Prêts pour la marche ?

ALORS BONNE RANDONNÉE DANS LE FRONTONNAIS !

CE BALISAGE JAUNE VOUS GUIDERA SUR TOUS VOS TRAJETS.



La CCF respecte les normes de balisage PR® ; PR® est une marque déposée par la Fédération Française de Randonnée Pédestre. Tout droit réservé.



- Départ de randonnée (parking)
- Poteau directionnel
- Point de vue
- Châteaux et domaines de l'AOP Fronton
- Vignes
- Boucle de randonnée pédestre
- Maillage intercommunal de randonnée pédestre

0 1 2 km

LA COMMUNAUTÉ DE COMMUNES en quelques chiffres

10 COMMUNES

160.87 KM²

25102 HABITANTS EN 2014

1 CANAL

1 ÉCLUSE

10 CHEMINS DE RANDONNÉE PÉDESTRE

2 VITIRANDOS

1 MAILLAGE INTERCOMMUNAL

150 KM DE SENTIER PÉDESTRE

1 LABEL VIGNOBLES ET DÉCOUVERTES

1 CAVE COOPÉRATIVE

20 VIGNERONS (35 SUR L'ENSEMBLE DU VIGNOBLE)

4 VIGNERONS BIO

8 CÉPAGES AUTORISÉS DONT 1 CÉPAGE PRINCIPAL : LA NÉGRETTE

1 MAISON DES VINS ET DU TOURISME

1530 HA DE VIGNES (2400 HA AU TOTAL SUR LE VIGNOBLE)

4 FLEURS ET 5 OISEAUX PROTÉGÉS

1 ZNIEF (ZONE NATURELLE D'INTÉRÊT ÉCOLOGIQUE FAUNISTIQUE ET FLORISTIQUE)

Contacts :

Office de Tourisme du Vignoble de Fronton
140 allée du Château, 31620 Fronton
tourisme-fronton@orange.fr
05 61 74 80 69
www.vins-de-fronton.com

Communauté de Communes du Frontonnais
3 rue du Vigé, CS 20053, 31620 Bouloc
randos@cc-dufrontonnais.fr
05 61 82 13 32
www.cc-dufrontonnais.fr

Comité Départemental de Randonnée Pédestre de Haute-Garonne
comite@randopedestre31.fr
05 34 31 58 31
www.randopedestre31.fr

Itinéraires aménagés par la Communauté de Communes du Frontonnais avec le soutien de :



En cas d'anomalie sur le sentier vous pouvez contacter le pôle exploitation de la CCF au 05 61 37 68 40



SI UN PARCOURS EST MARQUÉ PAR CE SYMBOLE, C'EST QU'IL S'AGIT D'UNE VITIRANDO (retrouvez toutes les explications au dos de cette carte)

FLEURS en danger

Menacées de disparaître, apprenez à reconnaître ces fleurs pour mieux les protéger !

LE SÉRAPIAS EN CŒUR

Une orchidée sauvage ... mais fragile !

COMMENT LA RECONNAÎTRE ?

- Une fleur rouge vin
- Pétale inférieur (labelle) en forme de cœur
- Pétale aussi large que long
- Pois rouge intense



OÙ LA TROUVER ?

Floraison : mai-juin
Habitat : Pelouses acides et rases, ou sur d'anciennes vignes laissées à l'abandon
Petit + : C'est le Frontonnais qui abrite le plus grand nombre de Sérapias au niveau national.

LA ROSE DE FRANCE

L'épine de nos forêts

COMMENT LA RECONNAÎTRE ?

- 5 pétales rose foncé, rouge
- Des épines différentes
- Une tige souple et recourbée
- Pousse en buissons bas (80 cm)
- Des anthères jaune vif



OÙ LA TROUVER ?

Floraison : à partir de mi-mai
Habitat : dans des milieux acides et lumineux (haies, talus, bords de route, ...)

• D'INFOS SUR CES FLEURS SUR LE SITE : WWW.NATUREMPOURG

PAPILLONS visiteurs fragiles de nos campagnes

ROBERT LE DIABLE



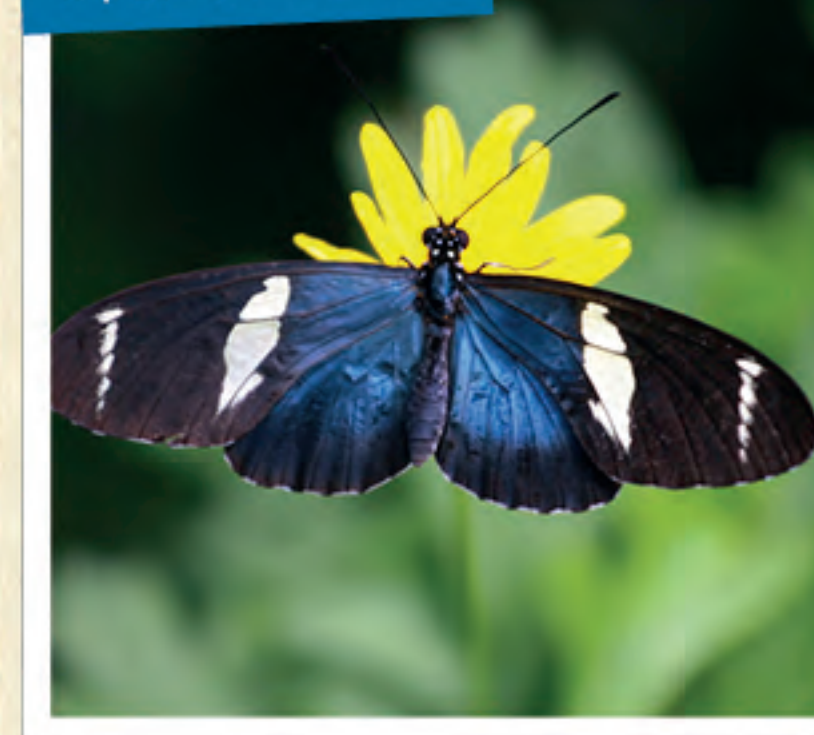
DEMI-DEUIL



MACHAON



SYLVAIN AZURE



PAON DU JOUR



VULCAIN



BELLE DAME



BEL ARGUS



CITRON



QUAND LE PAPILLON FAIT LES GROS YEUX

Les ocelles (ronds d'ornementation) présentes sur les ailes de certains papillons sont en fait un moyen de défense. Elles miment les yeux d'un prédateur (souvent ceux d'un hibou) pour éloigner ceux qui voudraient s'attaquer à eux. Malin !

OISEAUX

sauvons leurs plumes

En un battement d'ailes, ils vous accompagnent sur les chemins. Gardez l'œil ouvert !

LE BUSARD CENDRÉ

Un virtuose de l'acrobatie

Taille	Poids	Envergure	Longévité
41 à 50 cm	300 à 450g	97 à 115 cm	jusqu'à 16ans



COMMENT LA RECONNAÎTRE ?

- Bout des ailes noir
- Un plumage gris cendré
- 2 lignes sur le dessous
- 1 ligne sur le dessus de l'aile

OISEAU SENSIBLE !

Les rapaces sont très sensibles aux pollutions car les pesticides et les métaux lourds peuvent s'accumuler dans la chair de leurs proies. On considère donc que la présence de rapaces dans un milieu est révélatrice de la bonne qualité de l'environnement.

MODE DE VIE

Migrateur : Présent sur le Frontonnais d'avril à août
Campagnard : Vit dans les zones humides et les paysages découverts
Monogame : Réalise une parade nuptiale acrobatique avec de longues glissades suivies de chutes en piques vrillées

LA HUPPE FASCÉE

Punk attitude

Taille	Poids	Envergure	Longévité
26 à 32 cm	55 à 80g	42 à 46 cm	jusqu'à 11ans



COMMENT LA RECONNAÎTRE ?

- Plumage dorsal zébré
- Couleur jaune tirant sur le roux

LA LÉGENDE RACONTE QU'ENTENDRE LE CHANT DE LA HUPPE EST SIGNE DE BONNES VENDANGES À VENIR !

MODE DE VIE

Visiteuse d'été : elle est présente d'avril à septembre
Amatrice de vins : on la retrouve dans les zones cultivées (vignes) du Frontonnais
Crête qui se dresse pour les parades amoureuses ou en cas de danger
Un bec arqué pour fouiller le sol et les arbres à la recherche d'insectes

FEUILLES

retrouvez-les toutes

Il est possible d'identifier les arbres à la forme de leurs feuilles. Saurez-vous tous les reconnaître ?

CHÊNE



HÊTRE



PEUPLIER



ORME



TILLEUL



CHARME



FRÊNE



NOÏSETIER



ÉRABLE PLANE



SAULE



DES ARBRES AU POIL

Les feuilles du Charme et du Hêtre se ressemblent beaucoup. Pour ne plus se tromper, souvenez-vous de cette phrase : « le charme d'Adam c'est d'être à poil ». Effectivement la feuille du Charme a des dents, alors que celle du Hêtre a des poils !

CABANES DE VIGNES

abris d'antan des vignerons

Petit patrimoine presque oublié de nos jours, la cabane de vigne était au XIX^e s. les meilleures amies du vigneron. À l'époque, pour ces travailleurs, les trajets jusqu'aux champs étaient longs et fatigants. Les cabanes leur servaient alors d'abri, été comme hiver, et parfois aussi de lieu de stockage. Pragmatiques, les vignerons construisaient ces refuges eux-mêmes, le plus souvent à partir de pierres qui les gênaient dans leur travail. L'occasion de leur trouver une utilité ! Ils choisissaient généralement un emplacement proche d'un arbre, pour son ombrage l'été, et le ruissellement de l'eau sur les feuilles en hiver. Avec la modernisation et le remplacement du cheval par le tracteur, ces cabanes ont été progressivement abandonnées, pour n'être aujourd'hui que les témoins fragiles d'une époque pas si lointaine.



FLEURS

comme une odeur de printemps

CYSTE À FEUILLE DE SAUGE



SÉNEÇON DE JACOB



BLEUET



SILÈNE DE FRANCE



CAMPANULES RAIPONCE



ORCHIS BOUFFON



JASIONE DES MONTAGNES



PLANTANÈRE À DEUX FEUILLES



LYCHNIS FLEUR DE COUCOU



ACHILLÉE MILLEFEUILLE



CARDAMINE DES PRÉS



TOLPIS BARBATA



TREÈLE COUCHÉ



LA VÉRONIQUE À FEUILLES DE CALAMENT



EMPREINTES

suivez la piste

Ils partagent votre chemin, saurez-vous en retrouver les traces ?



DES EMPREINTES QUI ONT DU CHIEN

Bien qu'elles se ressemblent, il est possible de différencier les empreintes du chien de celles du renard en regardant les « doigts » extérieurs : en biais chez le chien, alignés chez le renard.

Reponses : Lièvre : 1, Renard : 2, Hérisson : 3, Oiseau : 4, Écureuil : 5, Biche : 6, Cerf : 7, Blaireau : 8, Sanglier : 9.

LE CANAL

au fil de l'eau



Le Canal de Garonne voit le jour au XIX^e s., pour relier la mer Méditerranée à l'Océan Atlantique. Avec ce prolongement le canal du Midi devient le Canal des 2 mers. Construit pour développer la navigation marchande, il est concurrencé dès ses débuts par le chemin de fer entre Bordeaux et Toulouse, inauguré peu avant. Dès lors, la navigation sur le Canal décroît. Il faut attendre les années 1970 pour qu'il reprenne vie grâce à une nouvelle forme de marché, le tourisme. Aujourd'hui, 1200 bateaux de plaisance naviguent chaque année sur ce canal.

17 ANS DE TRAVAUX (1838 - 1856)	193 KM	143 OUVRAGES D'ART	53 ÉCLUSES	83 PONTS	7 PONTS CANAUX
---------------------------------	--------	--------------------	------------	----------	----------------

Le chemin de halage reconverti en vélo voie verte permet de parcourir, à pied ou en vélo, le canal des deux mers. La boucle de Saint-Rustice, « Regards croisés sur le Canal » et le réseau vous permettront d'y accéder au niveau de l'Écluse d'Embalens.

VITIRANDO

suivez la piste

Découvrez le vignoble autrement le temps d'une randonnée !

« VITIRANDO », QU'EST-CE QUE C'EST ?

C'est une randonnée qui met en valeur le vignoble et vous invite à découvrir le vin et les vignerons du Frontonnais avec originalité.



OÙ SONT-ELLES ?

2 randonnées à explorer :



Partez à la rencontre des vignerons du territoire au travers de leurs portraits décalés. Ces mises en scène vous en apprendront un peu plus sur nos producteurs !



Les arômes du vin son nombreux, et parfois surprenants. Venez tester votre nez et tentez de reconnaître les notes principales du vin dans ce parcours parfumé !

POUR LES RECONNAÎTRE, SUIVEZ LA GRAPPE

Les vitirandos sont signalées sur cette carte et sur les fiches du topoguide par ce symbole :

