

MARCHEZ AU RYTHME DE

LA
GIRONDE

LA VALEUR **DU** SUD DE BORDEAUX



SOMMAIRE :

- P.1-3 Promenades familiales
- P.4 Parcours - Niveau modéré
- P.5 Les plus belles balades du patrimoine
- P.5 Balades à roulettes
- P.6 Les Pistes de Robin
- P.6 Les grandes itinérances (GR)

Les 10 commandements du randonneur

1. Le tracé des sentiers je respecterai
2. Sur les conditions météo je me renseignerai
3. La faune et la flore je préserverai
4. Médor en laisse je tiendrai
5. Aucune étincelle ou feu je n'allumerai
6. D'une gourde remplie d'eau je me munirai
7. Des chaussures adéquates j'enfilerai
8. Mes déchets j'emporterai
9. Accompagné je m'aventurerai
10. Des photos avec le #lagirondedusud je partagerai

Certains sentiers sont actuellement en cours de sécurisation à la suite du passage de la tempête Nils en février 2026. Pour votre sécurité, nous vous invitons à consulter, avant votre départ, notre site internet afin de vérifier leur accessibilité.

Pour une balade en toute tranquillité, téléchargez le circuit sur votre téléphone avant de partir.

En période estivale, vérifiez l'état de vigilance "Feu de Forêt" sur : www.dfci-aquitaine.fr/carte-de-vigilance

Pour tout savoir en temps réel sur le traitement des parcelles agricoles, rendez-vous sur l'application [BVE33](#)

Pour signaler un problème sur un sentier, rendez-vous sur le site ou sur l'application Suricate.



La Gironde du Sud



LA NATURE DANS VOS PAS

Préparez vos chaussures : votre prochaine balade vous attend dans nos bureaux d'accueil !



BOUCLE DE LA CITÉ MÉDIÉVALE DE SAINT-MACAIRE

Type : Promenade familiale

Durée : 45 minutes

Distance : 3,7 km

Difficulté : ★★★★★

Départ : Parking des remparts

Détails : Toilettes publiques à disposition au niveau de la mairie et de l'église



ÎLE DE RAYMOND PAILLET – RIONS

Type : 2 promenades familiales

Durée : 45 minutes

Distance : 1,8km

Difficulté : ★★★★★

Départ : Parking de l'île

Détails : ENS, chiens non admis, animations proposées d'avril à octobre organisées par la CDC Convergence Garonne

Important ! Impraticable les jours de fortes pluies et crues de la Garonne.



BELVÈDÈRE DU CIRON DE BERNOS BEAULAC

Type : Promenade familiale

Durée : 30 minutes

Distance : 2 km

Difficulté : ★★★★★

Départ : Parking le belvédère du Ciron

Détail : Accessible depuis la piste cyclable



PROMENADES TRANQUILLES ET FAMILIALES

LA VIE DE CHÂTEAU - BUDOS

Type : Promenade familiale
Durée : 1h10
Distance : 4,4 km
Difficulté : ★★☆☆☆☆
Départ : Église Saint-Romain.



BOUCLE FRANÇOIS MAURIAC - SAINT-SYMPHORIEN

Type : Promenade familiale
Durée : 2h20
Distance : 8,6 km
Difficulté : ★★☆☆☆☆
Départ : Église



CIRCUIT DES CABANES DE VIGNES LE PIAN-SUR-GARONNE

Type : Promenade familiale
Durée : 2 heures
Distance : 6,38 km
Difficulté : ★★☆☆☆☆
Départ : Parking de la mairie
Détails : Toilettes publiques à disposition en bas du parking de la mairie, à côté du city-stade.



PETITE BOUCLE AUTOUR DES LACS D'HOSTENS

Type : Promenade familiale
Durée : 2 heures
Distance : 8 km
Difficulté : ★★☆☆☆☆
Départ : Base nautique



BOUCLE DU PETIT PATRIMOINE PAROUPIAN - SAINT-SYMPHORIEN

Type : Promenade familiale
Durée : 1h30
Distance : 4,5 km
Difficulté : ★★☆☆☆☆
Départ : Église



BOUCLE MOYENNE AUTOUR DES LACS D'HOSTENS

Type : Promenade familiale
Durée : 3h
Distance : 11 km
Difficulté : ★★☆☆☆☆
Départ : Base nautique



LA BOUCLE DU LAC DE LA PRADE - BAZAS

Type : Promenade familiale
Durée : 2h30
Distance : 7,8 km
Difficulté : ★★☆☆☆☆
Départ : Chemin de Marmande / Parking du lac
Détails : Animations nature proposées tout au long de l'année



LA BOUCLE DE LA GORSE - ESCAUDES

Type : Promenade familiale
Durée : 1h30
Distance : 6,5 km
Difficulté : ★★☆☆☆☆
Départ : Mairie



CIRCUIT DÉCOUVERTE DE LANGON

Type : Promenade familiale
Durée : 45 minutes.
Distance : 1,9 km
Difficulté : ★★☆☆☆☆
Départ : Office de Tourisme Langon



LAC DES 3 RIVES - SIGALENS

Type : Promenade familiale
Durée : 1h15
Distance : 4,1 km
Difficulté : ★★☆☆☆☆
Départ : Lac de Sigalens



BALADE FRAICHEUR DU GR6 - PUJOLS-SUR-CIRON

Type : Promenade familiale
Durée : 2 heures
Distance : 8,2 km
Difficulté : ★★☆☆☆☆
Départ : Église Saint-Pierre



LA CAMPAGNE BAZADAISE - BAZAS

Type : Promenade familiale

Durée : 3h

Distance : 9,2 km

Difficulté : ★★☆☆☆

Départ : Place de la Cathédrale

Détails : Toilettes publiques
à disposition sous la halle de la mairie



CIRCUIT DES NICHOURS - NOAILLAN

Type : Promenade familiale

Durée : 1h30

Distance : 6km

Difficulté : ★★☆☆☆

Départ : Salle des fêtes



PISTE DU PATRIMOINE À NOAILLAN

Type : Promenade familiale

Durée : 2 heures

Distance : 7,11 km

Difficulté : ★★☆☆☆

Départ : Mairie



DE BAZAS AU LAC DE LA PRADE

Type : Promenade familiale

Durée : 3h

Distance : 9,4 km

Difficulté : ★★☆☆☆

Départ : Place de la Cathédrale

Détails : Animations nature proposées tout au long de l'année. Toilettes publiques à disposition sous la halle de la mairie.



LES BOUCLES ...

...NIVEAU MODÉRÉ

ENTRE LYSOS ET BASSANNE - SIGALENS

Type : Niveau modéré

Durée : 3h

Distance : 11,1km

Difficulté : ★★☆☆☆

Départ : Mairie



BOUCLE DU CALVAIRE À VERDELAIS

Type : Niveau modéré

Durée : 2h40

Distance : 9,3km

Difficulté : ★★☆☆☆

Départ : Basilique de Verdelaïs



BOUCLE LOCALE DE SAINT-MARTIAL

Type : Niveau modéré

Durée : 2h30

Distance : 10km

Difficulté : ★★☆☆☆

Départ : Le bourg



LES BOUCLES ...

...NIVEAU MODÉRÉ



GRANDE BOUCLE AUTOUR DES LACS D'HOSTENS

Type : Niveau modéré
Durée : 4h
Distance : 15km
Difficulté : ★★★★★
Départ : Base Nautique



BOUCLE DU CANAL DE GARONNE À CASTETS-ET-CASTILLON

Type : Niveau modéré
Durée : 3h
Distance : 11km
Difficulté : ★★★★★
Départ : Aire de stationnement de Castets-et-Castillon – Route du Moulin



AU FIL DE COURS LES BAINS

Type : Niveau modéré
Durée : 2h30
Distance : 11,1km
Difficulté : ★★★★★
Départ : Mairie



PARCOURS DE MARCHÉ - PIAN-SUR-GARONNE

Type : Niveau modéré
Durée : 4h
Distance : 13,5km
Difficulté : ★★★★★
Départ : Mairie



UNE CITÉ DE CARACTÈRE - CADILLAC-SUR-GARONNE

Type : Niveau modéré
Durée : 2h30
Distance : 10,3km
Difficulté : ★★★★★
Départ : Parking Plaine des Sports



GRANDE BOUCLE AU CŒUR DU VIGNOBLE DE SAUTERNES

Type : Niveau modéré
Durée : 4h
Distance : 14km
Difficulté : ★★★★★
Départ : Place de la Mairie



ENTRE FORÊT ET VIGNES - LANDIRAS

Type : Niveau modéré
Durée : 2h30
Distance : 10,3km
Difficulté : ★★★★★
Départ : Eglise Saint-Martin



BOUCLE DES COTEAUX - GRIGNOLS

Type : Niveau modéré
Durée : 3h
Distance : 11,1 km
Difficulté : ★★★★★
Départ : Mairie



ENTRE COTEAUX ET GARONNE - LESTIAC-SUR-GARONNE

Type : Niveau modéré
Durée : 1h30
Distance : 6km
Difficulté : ★★★★★
Départ : Eglise



AUX SOURCES DU CIRON - CÉRONS

Type : Niveau modéré
Durée : 2h30
Distance : 9km
Difficulté : ★★★★★
Départ : Parking de la gare



UNE CITÉ MÉDIÉVALE - RIONS

Type : Niveau modéré
Durée : 2h30
Distance : 6,8km
Difficulté : ★★★★★
Départ : Parking des écoles



LES PLUS BELLES BALADES DU PATRIMOINE

QUAND LA NATURE RENCONTRE L'HISTOIRE



BOUCLE DU CHÂTEAU DUCAL DE CADILLAC

Type : Promenade familiale
Durée : 1/2h
Distance : 1,5km
Difficulté : ★☆☆☆☆
Départ : Remparts



BOUCLE DE LA CITÉ MÉDIÉVALE DE SAINT-MACAIRE

Type : Promenade familiale
Durée : 1/3h
Distance : 3,7km / 6,1km
Difficulté : ★☆☆☆☆
Départ : Porte de Benaugue



BOUCLE DE MAURIAC À SAINT-SYMPHORIEN

Type : Promenade familiale
Durée : 3/4h
Distance : 8,6 km
Difficulté : ★☆☆☆☆
Départ : Salle des fêtes



BALADES À ROULETTES

Les Balades à Roulettes sont des promenades courtes, tranquilles, avec une poussette ou un petit vélo, ou adaptées pour les personnes à mobilité réduite (en fauteuil), proposées par la Fédération Française de Randonnée de la Gironde.

LES ÉCLUSES DU CANAL DE GARONNE À CASTETS-ET-CASTILLON

Type : Promenade familiale
Durée : 45 minutes
Distance : 3km
Difficulté : ★☆☆☆☆
Départ : Route du Moulin



LE DOMAINE DÉPARTEMENTAL GÉRARD LAGORS À HOSTENS

Type : Promenade familiale
Durée : 1h
Distance : 3,4km
Difficulté : ★☆☆☆☆
Départ : Parking du domaine
Détail : zone de baignade avec équipement adapté aux PMR



LE PARC CHAVAT À PODENSAC

Type : Promenade familiale
Durée : 15 minutes
Distance : 1,1km
Difficulté : ★☆☆☆☆
Départ : Parc Chavat
Détails : Pas de toilettes sur place



LA VOIE VERTE À BAZAS

Type : Promenade familiale
Durée : 35 minutes
Distance : 2,2km
Difficulté : ★☆☆☆☆
Départ : Parking du collège





SUR LES PISTES DE ROBIN

Robin, petit explorateur, a plus d'une aventure dans son sac ! De façon ludique et pédagogique, il offre un livret-jeu à vos enfants et les invite à résoudre rébus et énigmes pendant une balade d'une petite heure au cœur de nos villes et villages. Très imaginaire, il vous propose sept parcours d'un kilomètre environ chacun :

De Cossio à Bazas

📍 Titous (2 à 5 ans), Kids (6 et 7 ans), Junior (8 à 10 ans)

D'Alingo à Langon

📍 De 5 à 11 ans

De Ligéna à Saint-Macaire

📍 De 5 à 11 ans

Sacré Verdelais

📍 De 5 à 11 ans

Sur les pas de Bertrand de Got à Uzeste

📍 De 5 à 11 ans

Grand jeu dans le village de Cadillac

📍 De 3 à 7 ans et à partir de 8 ans

Grand jeu dans le village de

Preignac

📍 À partir de 6 ans

Viens je t'emmène à la découverte du village de Landiras

📍 À partir de 6 ans

Les secrets de Villandraut

📍 À partir de 6 ans

Grand jeu dans le village de

Portets

📍 À partir de 6 ans



Livret jeu téléchargeable



Le livret-jeu est remis gratuitement dans les Offices de Tourisme ou en téléchargement sur lagirondedusud.com. Une fois rempli, direction l'Office de Tourisme pour récupérer ta surprise !

LES GRANDES ITINÉRANCES

LE GR6 DE CASTETS-ET-CASTILLON À HOSTENS

Type : Parcours sportif

Durée : 17h

Distance : 83km

Difficulté : ★★★★★

Départ : Le Bourg

Attention : interruption du circuit entre Noaillan et Villandraut (effondrement d'une passerelle)



LE GR654 - VERS SAINT-JACQUES-DE-COMPOSTELLE - BAZAS - CAPTIEUX

Type : Parcours sportif

Distance : 19km

Difficulté : ★★★★★

Départ : Le Bourg





Office de tourisme & des loisirs
La Gironde du Sud

05 56 63 68 00 • contact@lagirondedusud.com

Billetterie en ligne : lagirondedusud.com

LANGON 11 Allées Jean-Jaurès

SAINT-MACAIRE 8 Rue du Canton

BAZAS 25 rue Fondespan

CADILLAC-SUR-GARONNE 2 rue du Cros

Ouvert toute l'année

**Besoin d'idées rando ? Rendez-vous dans
nos bureaux d'accueil pour faire le plein de
balades !**



www.lagirondedusud.com

Instagram



Retrouvez nous également sur :



Facebook