

# La Montalbanaise

MAGAZINE TOURISTIQUE 2026

*Weekend*  
1€ POUR 100%  
DE PLAISIR

*Idées Shopping*  
DES IDÉES POUR REMPLIR  
VOS PANIERS

*Agenda*  
LES RENDEZ-VOUS  
DE L'ANNÉE



Office de  
**Tourisme**  
Grand Montauban

# 1 Tomber sous le charme



P. 4 À 19

# 2 Vibrer au rythme des saisons



P. 20 À 27

# 3 Explorer & s'amuser



P. 28 À 37

# 4 Nos partenaires



P. 38 À 69

# 5 Pour ne plus se quitter



P. 70 À 75



ENG

Welcome to Grand Montauban, a charming southwestern French region with the Tarn River, pink-brick Montauban city, and picturesque villages. This magazine offers authentic local experiences: good restaurants, pleasant walks, local portraits, and practical tips, all delivered with the distinctive regional accent that captivates and makes visitors feel truly alive.

# Quelle belle escapade

Bienvenue dans le Grand Montauban : ce petit bout du Sud-Ouest qui brille sous le soleil et où l'accent chante plus fort que les cloches de l'église Saint-Jacques un jour de marché. Ici, l'accent ne se contente pas de résonner dans les ruelles de brique rose ou au creux de vallons verdoyants. Il se vit à la Montalbanaise : avec authenticité, générosité et joie de vivre. À travers ce magazine, nous vous invitons à :

- Tomber sous le charme de nos places millénaires, de nos surprenants musées et de nos jolis villages.
- Vibrer au fil des saisons, entre marchés colorés, festivals et traditions de Noël qui illuminent nos cœurs.
- Bouger et vous amuser le long du Canal, à vélo sur nos véloroutes ou en famille au bord de l'Aveyron.
- Savourer nos produits du terroir et célébrer l'authenticité de nos artisans passionnés.

Alors, que vous soyez d'ici depuis toujours, de passage pour quelques heures, ou venu par hasard et déjà conquis, ouvrez ce magazine, respirez l'air chaud, et laissez le Grand Montauban vous chanter l'accent !

L'équipe de l'Office de Tourisme du Grand Montauban



## ESP

Bienvenidos al Grand Montauban, una encantadora región del suroeste de Francia con el río Tarn, la ciudad de ladrillo rosa de Montauban y pueblos pintorescos. Esta revista ofrece experiencias locales auténticas: buenos restaurantes, paseos agradables, retratos locales y consejos prácticos, todo presentado con el distintivo acento regional que cautiva y hace sentir verdaderamente vivos a los visitantes.

# Tomber sous le charme





# L'accent d'ici sur les incontournables

## Le musée Ingres Bourdelle

Deux génies réunis sous la même lumière : Jean-Auguste-Dominique Ingres (le maître du trait) et Antoine Bourdelle (le sculpteur qui en imposait). Une plongée dans l'art, entre brique et histoire.



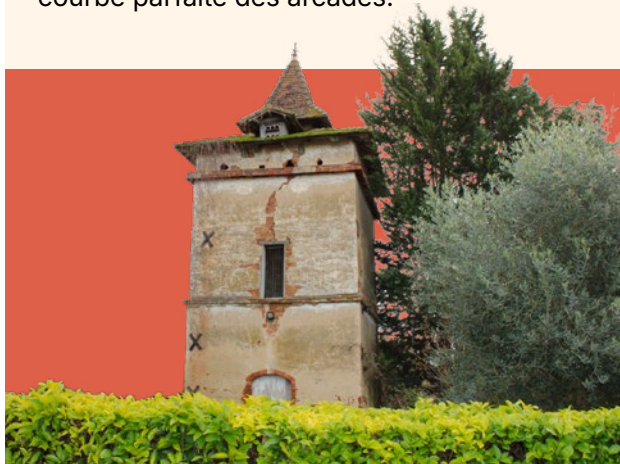
## Port Canal

À pied, à vélo, en bateau... Ce port de plaisance vous invite à la déconnexion. Bonus : finir la journée à la guinguette « Les Cabanes du Port » où le coucher de soleil y est souvent gratuit !



## La place Nationale

Un écrin rose au cœur de la ville où l'on vient pour ce rien qui fait tout : un verre en terrasse, un reflet dans le miroir d'eau et le regard qui s'élève naturellement vers la courbe parfaite des arcades.



## Les pigeonniers d'Escatalens

Ces bijoux du patrimoine rural s'invitent dans le paysage. Ronds, carrés, sur piliers, en briques ou en torchis : chaque pigeonnier a son style, son histoire... et son petit côté carte postale.

### ENG

Our destination offers countless discoveries, but here are the essential must-sees.

### ESP

Nuestro destino ofrece innumerables descubrimientos, pero aquí están las visitas imprescindibles.

Après avoir testé ces incontournables, vous ne pourrez que tomber d'accord avec nos chers Tontons Flingueurs :

« On ne devrait jamais quitter Montauban. »



## Les saveurs de nos marchés



Quelle que soit la saison, les marchés du Grand Montauban regorgent de produits du terroir riches en couleur. À vos paniers !

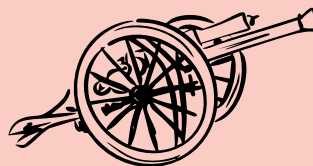
## Le rugby

Au milieu du peuple vert et noir, découvrez notre religion locale (sans messe, mais avec mêlée). Ici, la ferveur des supporters n'a d'égale que l'amour du jeu.



## La Fête des 400 Coups

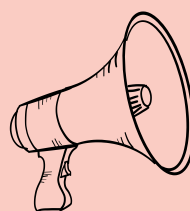
On connaît tous cette expression mais on omet son origine...



Chaque année, la ville de Montauban rend fièrement hommage à cet événement historique qui nous permet maintenant de nous amuser !

## Les boulets de Montauban

De loin, ça ressemble à une munition, mais de plus près, on découvre une noisette enrobée de chocolat qui craque sous la dent. Un petit bonheur croquant, signé Maison Pécou, depuis 1880.



## 11h44 les samedis matin

Pourquoi pile poil cet horaire ? On vous donne rendez-vous devant la Maison du Crieur à cette heure précise pour en apprendre davantage !

# L'accent d'ici vous guide pas à pas

**Le CIAP** c'est une équipe dynamique de guides-conférenciers mais également un lieu d'exposition sur l'histoire de la ville de Montauban.

## avec UN GUIDE CONFÉRENCIER

Le CIAP vous propose toute l'année des visites guidées de la ville, du Musée Ingres Bourdelle et du Musée de la Résistance et du Combattant. Admirez la place Nationale, poussez les portes des hôtels particuliers, découvrez l'art urbain au détour des rues ou encore les étonnants sous-sols du MIB.

Agenda à retrouver dans la brochure  
Rendez-vous Montauban  
et sur le site internet :  
[montauban-tourisme.com](http://montauban-tourisme.com)



## avec UN PARCOURS BIEN DÉTAILLÉ

La brochure de découverte idéale pour visiter la ville en toute autonomie !



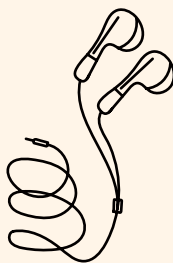
Brochure disponible  
gratuitement au CIAP  
et à l'Office de Tourisme.  
En téléchargement sur

[www.montauban-tourisme.com](http://www.montauban-tourisme.com)



## avec SES ÉCOUTEURS

Plongez dans l'histoire de notre belle cité grâce aux parcours géolocalisés Wivisites à lire et à écouter. Scannez le QR code et c'est parti !



### ENG

Explore the city and let yourself be charmed by its heritage and cultural treasures. Several options are at your disposal to create a captivating stroll.

### ESP

Explora la ciudad y déjense seducir por su patrimonio y sus tesoros culturales. Varias opciones están a su disposición para lograr un paseo cautivador.

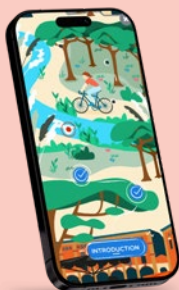
# Tout en s'amusant

## avec BALUDIK

Des balades numériques et ludiques gratuites à faire en famille. Un mélange de découverte patrimoniale et de défis amusants qui vous feront parcourir le Grand Montauban.



baludik



## avec LE LIVRET DE JEUX DU CIAP

Partez en famille pour un parcours en ville, une découverte des places ou des sculptures. Une manière amusante de découvrir Montauban pour petits et grands !



## Et si... ...MONTAUBAN VOUS CONFIAIT L'UNE DE SES ÉNIGMES LES MIEUX GARDÉES ?

Avec 1621 - Un espion dans la ville, menez l'enquête en plein cœur du centre historique. Munis d'indices, résolvez, déduisez...et remontez le fil du siège de Montauban. Un jeu urbain ludique et immersif, idéal en famille ou entre amis. Saurez-vous démasquer l'espion qui se cache parmi les Montalbanais ?

À partir de 10 ans.  
Réservation obligatoire en ligne ou  
à l'accueil de l'Office de Tourisme



1621  
UN ESPION  
DANS LA VILLE

ENQUÊTE URBAINE

A PARTIR DE 10 ANS

# L'accent d'ici rayonné

## *En train* GARE MONTAUBAN VILLEBOURBON

### Gare Montauban Villebourbon

Jusqu'à 40 trajets par jour entre Montauban et Toulouse et 19 trajets par jour entre Montauban et Agen.

**BON PLAN :** Le train à 2€ les premiers weekends du mois et des pass à 10€ la journée avec l'Occitanie Rail Tour !



## *L'Atelier* DU VELO

Location courte ou longue durée possible en fonction de vos besoins. Plusieurs modèles de vélos sont disponibles (VAE, vélos cargo...).

16, all. de l'Empereur,  
82000 Montauban

Du lundi au samedi (12h30 - 19h)



## *En bus* DANS LE GRAND MONTAUBAN

### Transports du Grand Montauban

Avec 8 lignes régulières diamétrales qui traversent l'aire urbaine dense et qui parcourent Montauban, une ligne "marché" le samedi matin, 20 lignes péri-urbaines... le réseau urbain permet aux usagers de découvrir le territoire du lundi au samedi. Avec un ticket Unik à 1,20€ et un tarif mensuel à partir de 12€ par mois.

7, place Prax Paris, Esplanade des Fontaines

82000 Montauban

+33 (0)5 63 63 52 52

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

### Dans le département et la Région

Avec les lignes de bus Lio.

(2€ le ticket ou 15€ les dix)



## En voiture

### 3 GRANDS PARKINGS GRATUITS

- Berges du Tarn
- Jardin des Plantes
- Salle de spectacle Eurythmie

### PARKINGS PAYANTS Q-PARK 7J/7J - 24H/24H

Avec 4 parkings, idéalement situés à Montauban - Griffoul, Consul Dupuy, Occitan, Saint-Jean - Plus de 600 places de stationnement sont à votre disposition.

+33 (0)5 63 63 16 40

[www.q-park.fr](http://www.q-park.fr)

Parking Griffoul (bureau) - Esplanade des Fontaines, 82000 Montauban

### MAIS AUSSI :

Parking souterrain Interparking au pied de la cathédrale Notre-Dame de l'Assomption, parking de la gare SNCF, sur toutes les zones bleues.

### LE P'TIT + :

2h de gratuité sur les parkings Griffoul et Consul Dupuy les samedis de 14h à 17h. (Entrée dans le parc après 14h et sortie avant 17h).

Aires de covoiturage et de recharge de véhicule électrique également disponibles



### PAS ENVIE DE CONDUIRE ?

Avec une flotte de berlines et de monospaces au départ du centre-ville ou de la gare de Montauban, les Taxis Montalbanais sont là pour vous 7j/7j sur réservation.

+33 (0)5 63 66 99 99

[www.taxis-montauban.com](http://www.taxis-montauban.com)



## Aires de CAMPING CARS

- **Port Canal**  
125, rue des Oules 82000 Montauban  
06 74 14 58 79
- **La Ferme des Pibouls**  
1432, route de Saint Antonin 82000 Montauban  
07 86 82 91 71
- **Bressols**  
221, chemin de la Rive  
82710 Bressols  
05 63 02 95 16



## Encore plus DE SERVICES

### Le Coworking

Service de consigne à bagages  
12, place du Coq - 82000 Montauban  
09 78 80 03 46  
Ouvert du lundi au vendredi



### Godot & Fils

Bureau de change  
2, rue Fraîche - 82000 Montauban  
05 82 73 05 05  
Ouvert du lundi au vendredi

### ENG

To reach and explore the destination, a wide range of transport options lets you travel freely and effortlessly, just the way you want.

### ESP

Para llegar y explorar el destino, una amplia variedad de opciones de transporte le permite viajar con total libertad y comodidad, según sus deseos.



Transports du  
GRAND MONTAUBAN

# LES SERVICES DES TRANSPORTS DU GRAND MONTAUBAN

Les Transports du Grand Montauban vous offrent une gamme complète de solutions de mobilité pour simplifier vos déplacements quotidiens.

- **8 lignes de bus urbaines et régulières et 1 ligne «Marché»**, chaque samedi matin
- **20 lignes de bus péri-urbaines et 10 navettes** desservant l'ensemble du Grand Montauban
- **Transport À la Demande** complémentaire au réseau de bus urbain (TAD)
- **Transport À la Demande dédié aux personnes à mobilité réduite** (TAD PMR)
- **Location de Vélos en Libre-Service** (VLS) et location courte et longue durée de Vélos à Assistance Électrique

**DES  
SOLUTIONS  
POUR TOUS VOS  
DÉPLACEMENTS !**

Pour plus d'informations  
rendez-vous dans votre  
agence TGM et sur  
[montgm.com](http://montgm.com)



Création : BMV COMMUNICATION



Transports du  
GRAND MONTAUBAN

## **Votre agence TGM :**

7 Place Prax Paris, Esplanade des Fontaines,  
82000 Montauban

**05 63 63 52 52**

**Du lundi au vendredi 9h30 - 12h30 • 14h00 - 17h45**

**Le samedi 9h00 - 13h00**

*Sauf jours fériés*



Communauté  
d'Agglomération

# Montauban

## UNE VILLE ACCESSIBLE À TOUS

Parce que le voyage doit être un plaisir pour chacun, notre Office de Tourisme s'engage, avec la ville et ses partenaires, à rendre le patrimoine, la culture, la nature et les services accessibles à tous.

### Patrimoine et culture pour tous

L'Ancien Collège, les musées, la médiathèque Mémo et les salles de spectacles disposent d'accès adaptés : rampes d'accès, ascenseurs et signalétique claire.

Accessible aux personnes à mobilité réduite grâce à un ascenseur, le musée Ingres Bourdelle met à disposition des fauteuils de transfert à l'accueil.

Pour la salle du Prince Noir, située dans les niveaux inférieurs du bâtiment et inaccessible aux PMR, une visite virtuelle immersive est proposée sur écran au premier sous-sol, vous permettant d'en découvrir tous les trésors.

### Se déplacer facilement

Les places et promenades du centre historique ont été aménagées pour faciliter la circulation en fauteuil roulant, avec des cheminements adaptés et des espaces de repos.

Tous les bus urbains et navettes du réseau sont équipés pour accueillir les personnes à mobilité réduite dans les meilleures conditions.

#### ENG

Montauban offers accessible tourism with adapted heritage sites, transport, and certified partners. Personalized assistance available for all visitors' needs.

#### ESP

Montauban ofrece turismo accesible con sitios patrimoniales adaptados, transporte y socios certificados. Asistencia personalizada disponible para todos los visitantes.

### Besoin de conseils personnalisés ?

Notre équipe est à votre écoute pour vous aider à organiser votre visite.

Vous pouvez également consulter notre page dédiée à l'accessibilité sur [www.montauban-tourisme.fr](http://www.montauban-tourisme.fr) sur laquelle vous trouverez :

- La carte des places de stationnement PMR à proximité du centre historique
- La localisation des toilettes publiques adaptées
- La liste des établissements labellisés ayant mis en place des équipements adaptés à vos besoins spécifiques.



# Le musée INGRES BOURDELLE

Un écrin d'exception au cœur de Montauban

## deux maîtres DANS UN LIEU UNIQUE

Jean-Auguste-Dominique Ingres, virtuose du néoclassicisme, et Émile-Antoine Bourdelle, sculpteur visionnaire : leurs œuvres dialoguent ici dans une harmonie parfaite. Le musée, seul au monde entièrement consacré à Ingres, abrite une collection exceptionnelle de 4 500 dessins, 44 peintures et même son violon ! Côté Bourdelle, sculptures et portraits révèlent toute la puissance de son art.

## une visite SUR MESURE, À VOTRE RYTHME



Grâce à l'application mobile, créez votre propre parcours selon vos envies. Collections permanentes, expositions temporaires, ateliers pour tous, salon de thé et boutique : chacun compose sa visite idéale. Wifi gratuite et disponible dans l'enceinte du bâtiment.

### À NE PAS RATER !

Entrée au musée gratuite tous les premiers dimanches du mois !

### MUSÉE INGRES BOURDELLE

19 rue de l'Hôtel de Ville,  
82000 Montauban  
Tél. : 05 63 22 12 91

Ouvert toute l'année du  
mardi au dimanche  
Horaires et tarifs sur  
[museeingresbourdelle.com](http://museeingresbourdelle.com)

## programme 2026

### INGRES ET LA MODE

Du 3 juillet au 8 novembre 2026

À travers une sélection exceptionnelle de plus de 200 pièces, peintures, dessins, textiles, accessoires et documents d'époque, le parcours met en lumière l'attention singulière du maître pour la représentation des étoffes, des drapés et des vêtements, révélant comment la mode façonne le regard et la composition artistique.



### FRANÇOISE PÉTROVITCH

Du 3 juillet 2026 à mai 2027

La plasticienne déploie une installation représentant des créatures hybrides et anthropomorphiques.



Ce bestiaire qui ponctue l'œuvre de la plasticienne sera mis en dialogue avec le répertoire médiéval animant de nombreuses pièces, chapiteaux, clés de voûtes, présentés depuis le XIXe siècle dans la salle du Prince Noir.

### ENG

Discover Montauban's riverside palace showcasing Ingres' drawings and Bourdelle's sculptures. Explore medieval vaults meeting contemporary art in this inspiring cultural treasure trove.

### ESP

Descubre el palacio ribereño de Montauban con dibujos de Ingres y esculturas de Bourdelle. Explora bóvedas medievales fusionadas con arte contemporáneo en este tesoro cultural inspirador.



# Interview DE FLORENCE VIGUIER-DUTHEIL



À la tête du musée Ingres Bourdelle depuis 2003, Florence Viguiier-Dutheil nous dévoile ses coups de cœur et ses choix les plus délicats. Rencontre avec une directrice qui a transformé ce joyau montalbanais en lieu vivant où l'art parle aux émotions.

EXPOSITION TEMPORAIRE ?

ou

COLLECTION PERMANENTE ?

"Les deux vont ensemble ! Les collections permanentes font notre identité unique, mais les expositions temporaires montrent notre dynamisme et renouvellent l'intérêt des visiteurs."

MADAME GONSE ?

ou

LA JOCONDE ?

"Madame Gonse, évidemment ! On la surnomme d'ailleurs « la Joconde de Montauban ». C'est notre icône à nous."

INTELLIGENCE ARTIFICIELLE ?

ou

INTELLIGENCE COLLECTIVE ?

"Intelligence collective, sans hésitation ! J'ai vécu cette expérience lors de la rénovation du musée : voir entreprises, agents, élus travailler ensemble vers un seul but, c'est transformateur."

GUIDE AUDIO ?

ou

GUIDE CONFERENCIER

"Personnellement, le guide audio pour sa liberté. Mais je suis ravie qu'on propose les deux ! Certains préfèrent le contact humain et la vivacité d'un guide, et c'est tout aussi merveilleux."

LA SALLE DU PRINCE NOIR ?

ou

LA CHAPELLE ?

"La salle du Prince Noir ! C'est toujours un choc pour les visiteurs. On y accueille des artistes contemporains qui dialoguent avec cet espace majestueux. L'effet est saisissant."

LE VIOLON D'INGRES ?

ou

MADELEINE DE PROUST

"Le violon d'Ingres ! Nous avons la chance de le conserver. Cette belle expression évoque la passion qu'on cultive à côté de son métier principal. Dommage qu'elle soit moins utilisée aujourd'hui."

Le film

"LA NUIT AU MUSÉE" ?

ou

Avec Ben Stiller

"DA VINCI CODE" ?

Avec Tom Hanks

"Je suis heureuse lorsque les musées ouvrent leur porte à des sujets comiques populaires mais je préfère suivre les méandres de Tom Hanks dans le Da Vinci Code."

INGRES ?

ou

BOURDELLE

"Impossible de choisir ! Tous deux enfants du pays, ils méritaient un lieu commun qui porte leurs deux noms. L'un ne va pas sans l'autre, et notre ville a l'immense chance d'avoir deux artistes de cette envergure."

# L'accent d'ici célébré l'art

Montauban se découvre comme un musée à ciel ouvert. Sculptures monumentales et fresques de street art animent les rues, tandis que galeries et musées ouvrent leurs portes aux curieux. Restez à l'affût : l'art surgit partout, dedans comme dehors !

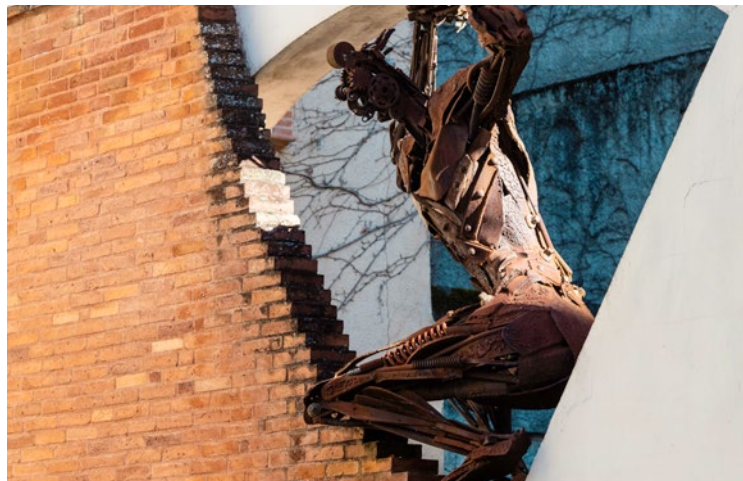
La brochure dédiée au street art vous attend au CIAP et à l'Office de Tourisme.



## La Maison DU CRIEUR

2, rue Gillaque

Au-delà de son rendez-vous hebdomadaire du samedi matin à 11h44, la Maison du Crieur accueille tous les curieux : expositions, rencontres, lieux de parole... On pousse la porte, on découvre, on échange. La culture vivante, à portée de voix ! Ouvert du mardi au samedi, de 11h à 18h



## L'Ancien COLLÈGE

25, allée de l'Empereur

Porte d'entrée au nord du centre-ville, ce bâtiment remarquable abrite régulièrement des expositions de peintures, photographies, gravures et sculptures... Montez au 1er étage pour découvrir l'exposition permanente du CIAP et l'histoire de Montauban au travers d'objets.

Ouvert du mardi au samedi, de 10h à 12h et de 13h30 à 18h.



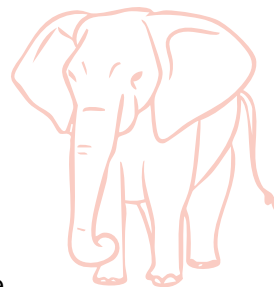
# L'accent d'ici au fil des musées



## Le muséum d'Histoire Naturelle

05 63 22 13 85  
2, place Antoine Bourdelle

« Oh, mais... comment a-t-il fait pour passer la porte ?! » Voilà sans doute votre première réaction lorsque vous tomberez nez à nez avec le majestueux éléphant qui accueille chacun des visiteurs. Préparez-vous à un voyage étonnant entre animaux fascinants, fossiles mystérieux et trésors d'une beauté exceptionnelle...



## Le musée des Jouets

05 63 20 27 06  
770, boulevard Blaise Doumerc, 82000 Montauban

« Oh mais c'est vrai que je jouais à ça quand j'étais petit(e) ! » est la phrase que vous ne manquerez pas de proclamer dès vos premiers pas dans ce temple des souvenirs. Des bénévoles passionnés vous révéleront de délicieuses anecdotes, mêlant grande Histoire et univers du jouet. Préparez – vous à un moment d'émotion et de nostalgie, dans ce monde fantastique de jouets.



## Le musée de la résistance et du combattant

05 63 66 03 11  
3, bld Edouard Herriot

« On ne peut pas imaginer ce qu'ils ont vécu... ». Une phrase qui résonnera en vous au fil de la visite. Ici, l'Histoire se raconte avec humanité : objets, témoignages et parcours de vie nous rappellent le courage de ceux qui se sont battus pour la liberté.



# La Mémo, DES MONDES À PARCOURIR !

Ouverte à tous, même aux plus pressés, la Mémo, ouvrage architectural imaginé par le Cabinet Colboc et Franzen, vous accueille depuis 2013 le temps d'un été, d'un emprunt, d'un instant. Espace de convivialité, de détente et de travail, la médiathèque offre un accès libre à ses collections, au Labo de Gaming, au café des cultures... Ordinateurs et wifi sont aussi disponibles gratuitement sur simple demande.

Avec plus de 90 000 documents à destination des petits et des grands, des chercheurs et des rêveurs, la Mémo vous propose tout au long de l'année, avec votre carte d'abonné, les principaux titres de la presse nationale en accès illimité via Cafeyn, des ressources numériques en ligne, des prêts d'instruments de musique, de liseuses, de boîtes à histoires jeunesse, de platines vinyles, de lecteurs DVD, et une attention soutenue à l'accessibilité : livres lus, livres en gros caractères, lecteurs Victor, collection Facile à Lire.

Partenaire des grandes manifestations du territoire (Le festival Lettres d'automne, les Jolis mots de mai, le Marathon des mots, les Nuits de la lecture...), la Mémo vous propose aussi un programme inspiré et inspirant d'actions culturelles : spectacle vivant, café-philosophie, expositions temporaires, ateliers numériques & d'éducation aux médias, lectures jeunesse. Retrouvez notre M en ligne pour vous inscrire et profiter de ces moments pluriels !

2, rue Jean Carmet – 82000 Montauban  
**+33(0)5 63 91 88 00**  
memo@ville-montauban.fr  
www.mediatheque-montauban.com  
**Ouverte mardi & vendredi – 12h-18h ;  
mercredi et samedi 10h-18h ; jeudi 12h-19h**  
**Fermeture du 3 au 22 août 2026**



## ENG

Come and discover the MEMO, a friendly space where you can enjoy the many collections, spend an inspiring cultural moment or simply read comfortably.

« Une bibliothèque c'est  
le carrefour de tous les  
rêves de l'humanité »  
Julien Green [Journal]



## MÀP L'EXPO À DÉCOUVRIR

Du 16 avril au 18 juillet 2026, la Mémo a le plaisir de vous présenter sa nouvelle exposition : MÀP – Mondes à parcourir. Expérience immersive transformant le visiteur en explorateur et la carte en véritable porte vers l'inconnu, l'exposition MÀP – Mondes à parcourir vous invite à un voyage fascinant à travers nos représentations du monde, mêlant réalité et imagination, science et fiction.

Chaque espace devient un territoire à explorer, un récit à découvrir, révélant paysages, reliefs, cultures et curiosités. De la topographie scientifique aux cartes artistiques, l'exposition met en lumière la diversité des façons dont l'humain comprend et raconte le monde. Observez, parcourez et laissez-vous surprendre par les secrets que chaque tracé recèle. Venez visiter l'expo les mardis, jeudis et vendredis de 15h à 18h, et les mercredis et samedis de 11h à 18h.

## ESP

Ven a descubrir la MEMO, un espacio agradable donde podrás disfrutar de las numerosas colecciones, pasar un momento cultural & inspirador o simplemente leer cómodamente.

—  
16 AVRIL  
18 JUILLET  
2026  
—

**mémo**  
Médiathèque Montauban



L'EXPOSITION

# MAP

MONDES A PARCOURIR

*voyages en  
cartographie*

ART + SCIENCE + LITTÉRATURE

TOUT PUBLIC | GRATUIT



MÉMO MÉDIATHÈQUE 2 RUE JEAN CARMET 82000 MONTAUBAN  
05 63 91 88 00 [WWW.MEDIATHEQUE-MONTAUBAN.COM](http://WWW.MEDIATHEQUE-MONTAUBAN.COM)



# Vibrer au rythme des saisons



Mapping réalisé par Ad Lib Créations

**ENG**

Be swept away by the vibrant events that fill our destination with life all year round.

**ESP**

Déjense llevar por los eventos vibrantes que dan vida a nuestro destino durante todo el año.

DU 13 AU 21 MARS

## Journées Olympe de Gouges

Cet événement célèbre l'héritage de la citoyenne montalbanaise à travers des rendez-vous explorant l'engagement des femmes aujourd'hui.



DU 18 AU 19 AVRIL

## Montauban Vintage Festival

Ambiance rétro au cœur du quartier Villebourbon : véhicules anciens, concerts rockabilly, défilé de pin-ups et de dandys, village vintage et majorettes.

3 JUIN

## Des Rimes Urbaines

Un événement où l'art et le sport se rencontrent pour célébrer la créativité des cultures urbaines.



DU 1ER AU 14 JUIN

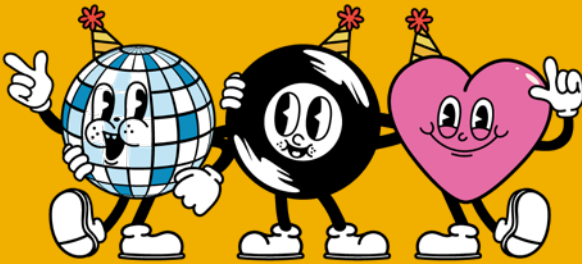
## Festival de la sculpture

Retrouvez des artistes de renom et des passionnés d'art du monde entier venus célébrer à Montauban la sculpture sous toutes ses formes.

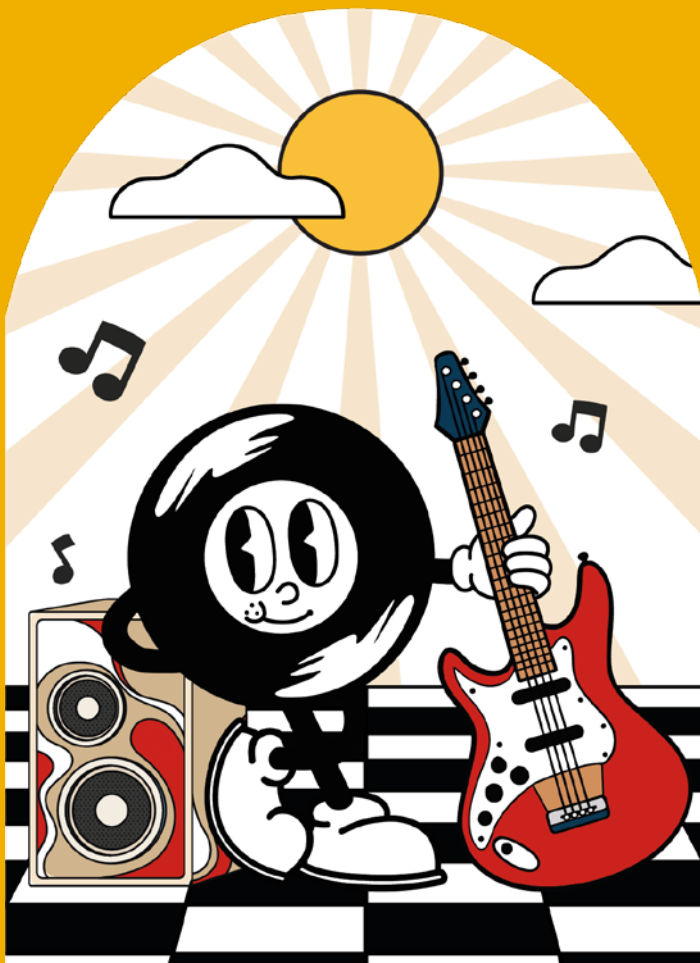
# MONTAUBAN en scènes

25 AU 28 JUIN 2026

*Par ici, on sait faire la bringue !*



Avec chaque année une programmation éclectique qui traverse les genres, c'est le rendez-vous incontournable de l'été à Montauban. Au cœur du Jardin des Plantes, l'ambiance atteint son paroxysme à la nuit tombée, lorsque le public et artistes ne font plus qu'un sous le ciel étoilé. Nouveauté cette année : une seconde scène pour prolonger la fête et faire vibrer les festivaliers en continu jusqu'au bout de la nuit !



ENG

Summer in Montauban brings music, lights and art to the streets.

Relax on a café terrace or by the riverside beach... A place you'll choose to visit, not discover by chance !



## LA FÊTE DU TARN

3 AU 5 JUILLET 2026

En bordure du Tarn, Bressols célèbre l'art de vivre du Grand Montauban dans une ambiance authentique. Fête foraine, feu d'artifice, animations musicales, barbecue

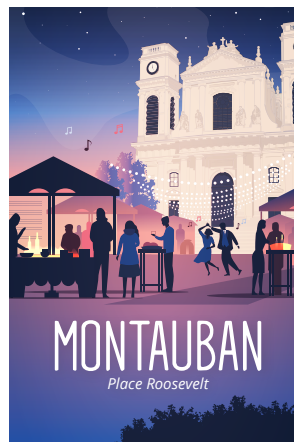
gérant et balades sur l'eau : un programme riche et varié pour tous les âges.

## COS ROCK'N BIKE

24 AU 26 JUILLET 2026

Fin juillet à Cos (Lamothe-Capdeville), les berges de l'Aveyron vibrent au rythme des moteurs et du rock.

Trois jours de fête célébrant l'esprit de liberté des passionnés de motos et de musique. Accès gratuit, camping inclus.



## MARCHÉS NOCTURNES & GOURMANDS

Les jeudis soirs sur la place Roosevelt, composez votre menu auprès de producteurs locaux, découvrez des produits artisanaux et profitez des animations musicales dans une ambiance conviviale !



## CINÉMA EN PLEIN AIR AU JARDIN DES PLANTES

Installez-vous confortablement pour une soirée cinéma sous les étoiles. Détente et évasion garanties !

## FESTIVAL DES LUCIOLES

À la nuit tombée, le centre-ville de Montauban s'illumine dans une ambiance féérique !



# L'été dans le GRAND MONTAUBAN

Venez piocher dans nos bons plans pour une saison estivale qui sent bon les plaisirs simples et la déconnexion.



## UNE DOUCEUR GLACÉE

- Trente parfums pour mille émotions à l'Épicerie Fine le 15
- Quand l'art pâtissier rencontre la glace chez Pâtisserie Alexandres
- Des glaces aux saveurs du Sud Ouest aux Glaces Occitanes



## UNE PAUSE FRAÎCHEUR POUR SE DÉTENDRE

- À l'ombre des séquoias géants du Jardin des Plantes
- Dans l'univers feng-shui du Jardin Laroque
- Au fil de l'eau avec la Compagnie Fluviale du Midi
- Au grès des oeuvres par 20 degrés au Musée Ingres Bourdelle
- Parmi les rayons de la MÉMO
- Près du miroir d'eau de la place Nationale
- Au cœur des collections du Muséum d'Histoire Naturelle Victor Brun
- Sur les traces du patrimoine montalbanais au CIAP



## UN PLOUF RAFRAÎCHISSANT

- Au complexe aquatique Ingréo
- Dans les eaux calmes de l'Aveyron à la Plage d'Ardus
- À la base d'aventure du Wam Park



## UNE HALTE LÉGÈRE AUX GUINGUETTES



### → À MONTAUBAN :

- Les pieds dans le sable aux Cabanes du Port
- Le petit air frais d'un Été à la Campagne
- Les soirées au bord du Tarn chez Sotto Guinguette

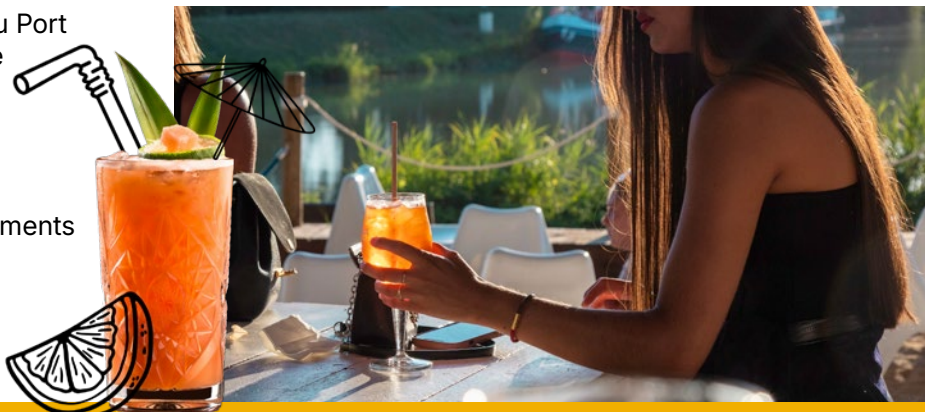
### → À LAMOTHE CAPDEVILLE :

- Le décor carte postale chez Les Garnements

### → À LACOURT SAINT PIERRE :

- La parenthèse bucolique Chez Gabriel

*Boudu que calou aujourd'hui !*



ESP

El verano en Montauban trae música, luces y arte a las calles. Relájate en una terraza de café o junto a la playa del río... Un lugar que elegirás visitar, no descubrirlo por casualidad !

DU 11 AU 13 SEPTEMBRE

## La fête des 400 coups

En septembre, la ville de Montauban vous invite à remonter le temps jusqu'en 1621 avec la fête des 400 coups. Entre histoire et divertissement, venez profiter de cet événement emblématique mêlant spectacles en costumes, déambulations, concerts, cavaliers et fauconniers, sans oublier la traditionnelle fête foraine.

### Le saviez-vous ?

En 1621, Louis XIII assiège Montauban et ordonne 400 coups de canon pour faire plier la ville (les impacts marquent encore le clocher de Saint-Jacques). Mais les Montalbanais résistent et font la fête ! C'est l'origine de l'expression "faire les 400 coups" !



DU 19 AU 20 SEPTEMBRE

## Les journées Européennes du Patrimoine

Sous le thème « Patrimoine en danger », ces journées invitent à découvrir et protéger les trésors architecturaux et culturels qui font l'âme de notre territoire.

Visites guidées, animations, découvertes insolites : le Grand Montauban dévoile ses joyaux patrimoniaux, certains menacés, tous précieux.

Programme complet des visites guidées disponible au CIAP et à l'Office de Tourisme du Grand Montauban. Réservations fortement conseillées !



DU 24 AU 26 SEPTEMBRE

## La Fabrique de Jazz

Un festival de jazz qui célèbre les standards légendaires tout en accueillant de nouveaux talents, avec concerts, expositions, déambulations et conférences.



LE 6 SEPTEMBRE

## La fête des vendanges

Une fête familiale autour du raisin : vendanges, pressage, marchés de producteurs, initiations œnologiques et animations conviviales pour petits et grands !



DU 1 AU 11 OCTOBRE

## Le festival Passions Baroques

Ce festival baroque présente artistes confirmés et jeunes talents via des concerts, des ateliers et des expositions dans les lieux patrimoniaux de Montauban.



DU 16 AU 29 NOVEMBRE

## Le festival littéraire Lettres d'Automne

Laissez-vous emporter par les rencontres d'auteurs, spectacles et expositions, tandis que des citations calligraphiées habillent les vitrines de la ville. Un événement littéraire porté chaque année par des invités d'honneur prestigieux dont Marie-Hélène Lafon en 2025.



DU 6 AU 7 NOVEMBRE

## Les journées Manuel Azaña

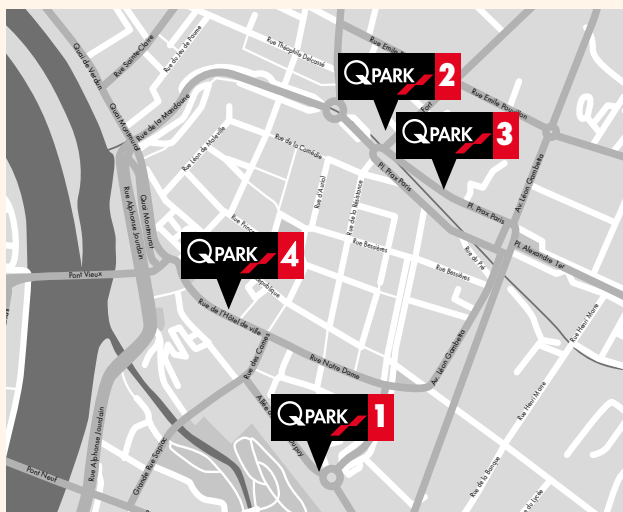
En hommage à l'ancien président de la République espagnole, dont la tombe à Montauban est un lieu de pèlerinage. Conférences, visites et expositions nous invitent à réfléchir à l'histoire politique européenne.





## 4 parkings pour mieux profiter de **Montauban**

- | Environ 660 places idéalement situées.  
(Parkings Occitan aérien et Saint-Jean réservés aux abonnés)
- | Des formules de stationnement adaptées à vos besoins.  
(Forfaits, abonnements, réservation en ligne...)
- | De nombreux services pour votre confort.
- | 2H de gratuité les samedis de 14h à 17h.  
(Entrée dans le parking après 14h et sortie avant 17h)



### NOS PARKINGS À MONTAUBAN

- 1 | PARKING CONSUL DUPUY**  
Allée du Consul Dupuy
- 2 | PARKING GRIFFOUL**  
Esplanade des Fontaines
- 3 | PARKING OCCITAN - AÉRIEN**  
Place Prax-Paris (Réservé abonnés)
- 4 | PARKING SAINT-JEAN**  
Rue Saint Jean Villeneuve (Réservé abonnés)

# Noël ET LES FÊTES DE FIN D'ANNÉE



Chaque hiver, Montauban se pare de mille lumières scintillantes pour célébrer la magie de Noël. La majestueuse cathédrale Notre-Dame s'anime d'un spectacle de mapping féerique, tandis qu'une patinoire invite petits et grands à glisser dans une ambiance festive.

Flânez dans le marché de Noël aux parfums de vin chaud et de pain d'épices, laissez-vous bercer par les mélodies des concerts de Noël, et partagez un moment magique avec le Père Noël.

Venez vivre l'esprit des fêtes à Montauban : un rendez-vous chaleureux et enchanteur qui réchauffe les cœurs !



Mapping réalisé par Ad Lib Créations

# Explorer & s'amuser





# Weekend à Montauban

## 1€ POUR 100% DE PLAISIR

Entre marché gourmand, culture accessible et échappée nature, la plus rose des villes roses redéfinit l'art du weekend réussi !

Votre excursion pas à pas...

### UN ÉVEIL GOURMAND

Chaque samedi matin, rendez-vous sur l'un des plus grands marchés aux producteurs de la région : étal colorés, fromages fermiers, produits artisanaux... C'est le moment de faire le plein de saveurs authentiques !

2

### 11H44, DEVANT LA MAISON DU CRIEUR

À cette heure bien précise (clin d'œil à la fondation de la ville en 1144), la crieuse surgit avec sa mystérieuse malle ! Anecdotes croustillantes sur le patrimoine et détails sur les prochains événements, rien ne lui échappe !



### UN DÉJEUNER BIEN MÉRITÉ

Selon la météo, orientez vous vers le Jardin des Plantes pour un pique-nique avec les trouvailles du marché ou installez-vous autour de l'une de nos bonnes tables locales (voir page 45)



UN VOYAGE  
POUR 1€  
SEULEMENT



Grâce à l'offre "Premier weekend à 1€" de la SNCF, rejoignez Montauban depuis toute l'Occitanie pour un euro symbolique. Un weekend spontané n'a jamais été aussi accessible !

1

4



SAMEDI

### ENG

With gourmet markets, accessible culture and nature escapes, Montauban reinvents the art of the perfect weekend. Follow our step-by-step guide !

### ESP

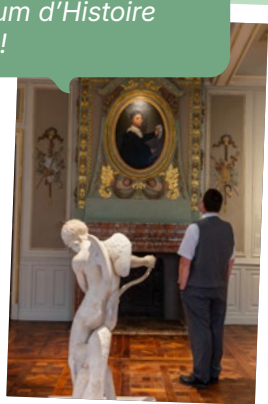
Entre mercados gourmet, cultura y naturaleza, Montauban reinventa el fin de semana perfecto. Descubre la ciudad paso a paso.

## EXPLOREZ LES MUSÉES

Amateurs d'art, passionnés d'Histoire, curieux de nature ou nostalgiques de l'enfance : les musées de Montauban offrent un large éventail de découvertes.

1

**BON PLAN :** Votre weekend à 1€ tombe pile le 1er dimanche du mois ? Profitez de l'entrée gratuite au musée Ingres Bourdelle et au muséum d'Histoire Naturelle !



## UNE FIN DE SÉJOUR EN NATURE

À pied ou à vélo, découvrez Port Canal, cet îlot fraîcheur à deux pas de la ville, parfait pour clôturer votre séjour en douceur, ressourcé et apaisé.

2



DIMANCHE

5

## UNE BALADE PATRIMONIALE URBAINE

Seul ou en compagnie d'un guide, découvrez les lieux incontournables de la ville : la place Nationale, le Pont Vieux, l'église Saint-Jacques. Autant d'étapes emblématiques qui composent une promenade digestive aussi culturelle qu'agréable.



# L'accent d'ici, en balade

Au fil des vallons verdoyants, des sentiers ombragés et des plaines agricoles, prendre un bon bol d'air frais n'a jamais été aussi accessible !

Le circuit des pigeonniers au départ d'Escatalens vous fera tourner autour du village pour observer les 16 pigeonniers qui jalonnent le paysage.



Le chemin des Crêtes de Corbarieu (PR1) vous amène à la découverte de la faune et de la flore des coteaux à travers une galerie de portraits.

La plage d'Arthus à Lamothe Capdeville est le lieu idéal pour un pique nique les pieds dans le sable au bord de l'Aveyron.

## POUR VOUS ORIENTER :

- Topo Guide des promenades et randonnées dans le Grand Montauban (5€)
- Topo Guide Tarn-et-Garonne... à pied (16,40€)
- Focus Montauban - Les Berges du Tarn (gratuit)

\*L'ensemble de ces documents est disponible à l'accueil de l'Office de Tourisme

*à Port Canal*  
**AMBIANCE 100% VACANCES**

Disponible sur place :

Activités de loisirs (kayak)    Permis bateau    Spot de pêche  
Guinguette    Aire de pique nique

## L'ENAM : ÉCOLE DE NAVIGATION

Votre adresse pour passer un permis bateau option côtière (mer), eaux intérieures, radio, hauturier et grande plaisance tout au long de l'année depuis Port Canal.

125, rue des Oules, 82000 Montauban

+33 (0)6 27 49 49 73

info@enam.fr

Ouvert toute l'année sur rendez-vous.



## ENG

Explore trails around Montauban through shaded forests and rolling farmland. Stop at Port Canal, a green haven at the town's edge.

## ESP

Explora los senderos alrededor de Montauban entre bosques sombreados y campos ondulantes. Detente en Port Canal, un refugio verde junto a la ciudad.

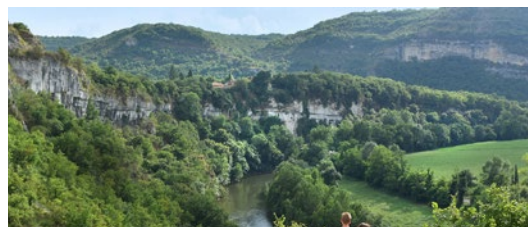
# Prêt à pédaler ?

VERS MONTLUÇON ↑



## LA VAGABONDE

500 km de paysages variés au départ de Montluçon dans l'Allier, jusqu'à Montech, en passant par la Creuse, la Corrèze et le Lot. Entre deux coups de pédales, vous découvrirez une nature belle et paisible mais aussi du joli patrimoine : Cahors, Rocamadour... et bien sûr Montauban !



## LA VÉLOROUTE - VALLÉE ET GORGES DE L'AVEYRON

85 km de routes tranquilles (promis, pas d'embouteillage de tracteurs) pour filer de la plaine montalbanaise jusqu'aux gorges sauvages.

Au menu : villages médiévaux, châteaux perchés, petites routes ombragées... et un Tarn-et-Garonne qui se la joue carte postale.

*Lafrançaise*

VERS BRUNIQUEL →



*Montauban*



## LA VOIE DU TARN

Un parcours tranquille et sécurisé, avec 10 km de piste cyclable entre Bressols et Nohic.

Vous traverserez les coteaux du Tarn, respirerez l'air pur... et finirez par toucher la Haute-Garonne sans effort.

*Bressols*

VERS NOHIC →



*Montech*

## LA VÉLO VOIE VERTE DU CANAL DE MONTECH

Un parcours paisible de 11km au fil des écluses et des maisons éclusières. Suivez les anciens chemins de halage du canal de Montech, sécurisés et (presque) tout plats. Depuis 2017, c'est une vraie Vélo Voie Verte, qui vous connecte au Canal des Deux Mers... pour les aventuriers qui veulent voir loin.



Liste des établissements labélisés



### ENG

Montauban is a cycling hub with scenic routes. Rent a bike and explore the region's heritage, culture, and natural beauty.

### ESP

Montauban, centro ciclista con rutas panorámicas. Alquila una bici y descubre el patrimonio, cultura y naturaleza de la región.

# Montauban, Terre de sports



## ENG

Montauban vibrates with year-round sporting events. Join as an athlete or a spectator to experience the city's dynamic sporting culture and heritage !

## ESP

Montauban vibra con eventos deportivos anuales. Únete como atleta o espectador y vive la cultura deportiva y patrimonial de la ciudad.

## MARATHON 28 et 29 Mars

6 courses au programme : 10 km, semi-marathon, marathon, relais, marche et course enfants.

## LA COURSE DU MUGUET 1er Mai

Ouvert aux adultes et aux enfants, l'événement se décline en deux courses (6 km et 12 km).

## EKIDEN 30 Mai

Les 42 km de ce marathon se courent sous forme d'un relais de 6 équipiers.

## LADIES GOLF OPEN 3 au 7 Juin

L'élite du golf féminin se donne rendez-vous sur le magnifique parcours du Golf de Montauban l'Estang.

## OPEN INTERNATIONAL TENNIS 22 au 28 Juin

Cette 32e édition promet des matchs professionnels électrisants pour tous les passionnés de tennis !

## TRIATHLON 4 et 5 Juillet

Préparez-vous à nager, pédaler et courir au cœur d'une ville au patrimoine exceptionnel !

## LA FÊTE DES SPORTS 5 et 6 Septembre

Temps fort de la vie sportive locale qui réunit plus de 80 clubs et associations sur le cours Foucault.

En vacances ou en déplacement, pas d'excuse pour ranger vos équipements sportifs !  
La ville vous offre tous les moyens de rester actif et de profiter pleinement de votre séjour.  
**Prêt à transpirer sous le soleil montalbanais ?**

1

## Complexe Aquatique Ingréo



Toboggan, pentagliss pour l'adrénaline, bassins sportifs pour les longueurs, mais aussi **l'espace bien-être** avec sauna, hammam, jacuzzi et musculation. Sport et détente réunis sous un même toit !

2

## Le Palais des Sports Jacques Chirac



**10 000 m<sup>2</sup>** dédiés à tous les sports : gymnastique, sports de duel, sports collectifs et bien-être. À l'extérieur, deux **stations de work out**, des terrains de padel et un terrain de football en accès libre sur 3 hectares. Moderne, polyvalent et accessible : il correspond à tous les besoins !

3

## Le Complexe Sportif du Ramier



**16 hectares** de verdure au nord de la ville avec 5 terrains de football au stade Jean Verbeke, **11 courts de tennis** intérieurs et extérieurs, tir à l'arc, vélo trial et cynodrome. Le sport à l'état pur dans un cadre naturel authentique.

4

## Skate Park et Pumptrack

Sur l'emprise de la **Roseraie François Mitterrand**, ces spots en accès libre accueillent tous les riders : skate, vélo, roller, BMX, trottinette, draisienne... Quel que soit votre âge ou votre niveau, la glisse urbaine vous tend les bras !



5

## Golf de l'Estang

**55 hectares** et 18 trous au cœur des chênes centenaires : le plus long parcours de la région dessiné par Yves Bureau s'adapte à tous les niveaux. Tradition, technicité et authenticité sous le soleil du Sud-Ouest.



6

## Le Centre d'Excellence Sportive

Le **CES** accueille les sportifs de haut niveau dans un environnement dédié à la performance : terrains de rugby, salles de musculation dernier cri, espaces de récupération. Bonne nouvelle : ce centre est ouvert aux pratiques libres. Une occasion unique de s'entraîner dans les conditions des champions !



### ENG

Discover a city that pulses with the rhythm of sporting exploits and welcomes all passions !

### ESP

¡ Descubre una ciudad que vibra al ritmo de las hazañas deportivas y acoge todas las pasiones !

# L'accent d'ici c'est Sapiac

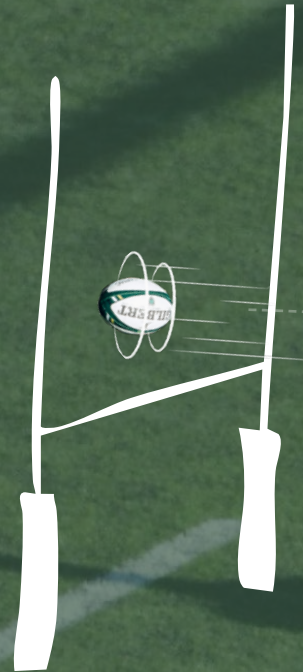
Vous voilà dans l'enceinte du stade de Sapiac, qui vibre depuis plus d'un siècle au rythme des exploits de l'US Montauban, le club phare du département.

## Quiz

Mais d'après vous, pourquoi ce lieu porte-t-il cet étonnant surnom de « cuvette » ?

- 1 La configuration du terrain, enfoncé dans le quartier de Sapiac par rapport au niveau environnant ?
- 2 L'ancienne piste cycliste qui entourait le terrain jusqu'à sa rénovation ?
- 3 Sa forme en creux qui amplifie le bruit des supporters et crée une ambiance intimidante pour les équipes adverses ?

Réponse : les trois sont bonnes !



### LES ESSENTIELS POUR SE FONDRE DANS L'AMBIANCE

- Réservez votre place pour être au plus près des joueurs sur [www.usmsapiac.fr](http://www.usmsapiac.fr)
- Équipez vous comme un vrai supporter dans la boutique ...

#### ...LA PLUS OFFICIELLE :

Boutique USM Sapiac



#### ... LA PLUS ORIGINALE :

Boutique Office de Tourisme



#### ENG

Step into Sapiac Stadium and feel the raw energy of Montauban's rugby tradition! Experience the intimidating "cuvette" atmosphere where sporting passion meets authentic French rugby culture.

#### ESP

¡Entre en el Estadio Sapiac y sienta la energía pura de la tradición del rugby de Montauban! Experimente la atmósfera intimidante de la "cubeta", donde la pasión deportiva se fusiona con la auténtica cultura del rugby francés.

# Un peu de lexique

Maintenant que vous êtes prêt à débarquer à Sapiac, voici votre antisèche pour décrypter le jargon du terrain et impressionner vos voisins de tribune. Promis, après ça, vous brillerez durant la troisième mi-temps !

## Le Caramel



Non, ce n'est pas une sucrerie offerte en fin de match. C'est un plaquage si violent et spectaculaire qu'il colle l'adversaire au sol comme... du caramel ! Quand vous entendez ce mot dans les tribunes, préparez-vous à voir des étoiles (dans les yeux du plaqué, surtout).

## La Mêlée



Le ballet des costauds ! Huit joueurs de chaque équipe se lient bras dessus bras dessous et poussent de toutes leurs forces pour récupérer le ballon. Vu de loin, on dirait un gros câlin collectif... mais avec beaucoup plus de sueur et de grognements !

# L'arbitre au Tescou !

**MAIS LE PLUS IMPORTANT :**



Quand les supporters de Sapiac contestent une décision arbitrale, ils rugissent à l'unisson cette célèbre menace montalbanaise qui fait trembler les arbitres depuis des décennies !

Le Tescou, ce petit ruisseau bordant le stade, symbolise l'invitation (peu subtile) faite à l'arbitre d'aller se rafraîchir les idées... et nettoyer ses lunettes défilantes !

C'est LE cri de ralliement légendaire de Sapiac.

## Le Drop

Le coup de pied acrobatique par excellence qui peut vite faire basculer vers la victoire ou le titre (cf : montée en Top 14 en 2025) ! Le joueur lâche le ballon, le laisse rebondir au sol et BAM, il le frappe en plein vol. Si ça passe entre les poteaux, c'est trois points et une standing ovation garantie. Classe et efficace !



# Nos partenaires

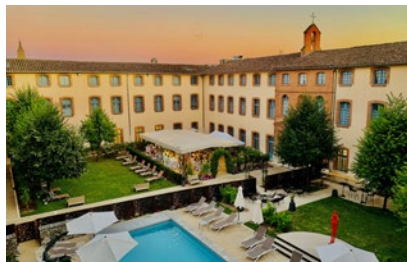






# Les HÉBERGEMENTS

## Hôtels



★★★★



### ABBAYE DES CAPUCINS SPA & RESORT - DALI HÔTEL

À deux pas du centre historique de Montauban, l'Abbaye des Capucins et l'hôtel Dali vous accueillent dans des cadres raffinés et élégants. Profitez du restaurant, du spa... pour un séjour détente et ressourçant.

6-8, quai de Verdun, 82000 Montauban  
+33 (0)5 63 22 00 00  
contact@capucins.fr



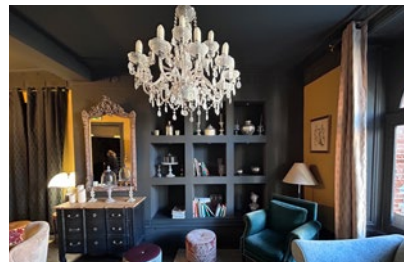
★★★★



### HÔTEL MERCURE

Entièrement rénové, cet hôtel du XVIII<sup>e</sup> siècle mêle charme et caractère au cœur de Montauban. Profitez d'un accueil chaleureux, d'une atmosphère raffinée et d'une cuisine de saison sous la majestueuse verrière du Bistro Bourdelle. Un écrin idéal pour votre séjour.

12, rue Notre Dame, 82000 Montauban  
+33 (0)5 63 66 43 66  
h2183@accor.com



★★★

### GEORGE HÔTEL (ANCIEN HÔTEL DU COMMERCE)

Cette maison du XVIII<sup>e</sup> siècle, au cœur du centre historique face à la cathédrale, vous accueille dans une atmosphère vintage et authentique. Hôtel de charme et de caractère, profitez aussi de la salle de réunion ou détendez-vous autour d'un thé dans le salon.

9, place F.Roosevelt  
82000 Montauban  
+33 (0)5 63 66 31 32  
info@hotel-commerce-montauban.com



★★★



## VILLAGE LES CHAUMES

Complexe regroupant trois hôtels et un restaurant italien Pia, adapté à tous les budgets. Les Ibis Styles, Ibis et Ibis Budget vous offrent le calme. Seul ou en famille, venez profiter de cet espace hors du commun avec un accès rapide aux axes Bordeaux-Toulouse et au centre-ville. Idéal pour vos séminaires, avec piscine, terrasse, salles de réunion, salle de sport, restaurant, accueil animal, espace vert, charge électrique...

50, rte de St Martial, 82000 Montauban  
**+33 (0)5 63 20 20 88**  
 h17696@accor.com



★★★

## SURE HÔTEL BY BEST WESTERN

À 2 minutes du péage sud, bienvenue dans un cadre contemporain au design industriel aux couleurs chaleureuses. Avec parking sécurisé, bornes de recharge et grande terrasse jardin, il allie confort moderne et accueil convivial. Le point de départ idéal pour explorer Montauban et le Tarn et Garonne.

175, imp. de Fontanilles, 82710 Bressols  
**+33 (0)5 32 66 10 60**  
 contact@surehotel-montauban-bressols.com



★★

## HÔTEL B&B

À 10 min du centre historique de Montauban et proche de la zone commerciale Albanord, Julie, Christian et leur équipe vous accueillent toute l'année dans une ambiance conviviale. Pour affaires, loisirs, profitez de chambres repensées (1 à 4 personnes, PMR), conçues pour votre bien-être.

205, rue Romy Schneider, 82000 Montauban  
**+33 (0)8 92 78 81 16**  
 bb\_4506@hotelbb.com

### Hébergements collectifs



★★



## KYRIAD DIRECT MONTAUBAN CENTRE

À quelques minutes à pied du centre-ville, cet hôtel vous propose des chambres spacieuses et lumineuses, climatisées, jusqu'à 4 personnes. Elles incluent salle de bain, WC séparé, wifi gratuit, écran plat, bureau et penderie, avec options familiales.

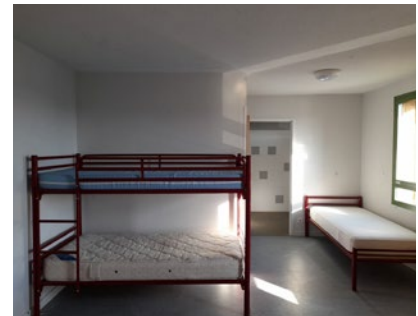
30, rue Léon Cladel, 82000 Montauban  
**+33 (0)5 63 93 13 00**  
 hotel@villenouvelle.fr



## CENTRE LOUIS ORMIÈRES

Dans un cadre verdoyant, ce lieu allie patrimoine et sérénité. Il propose location de salles, hébergements collectifs, possibilité de restauration sur place... idéal pour séminaires, formations, groupes...

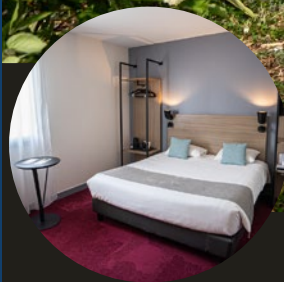
365, imp. Maurice Bayrou, 82000 Montauban  
**+33 (0)5 63 02 99 04**  
 contact@centre-louis-ormieres.fr



## MFR SUD AGROMAT

La MFR Sud Agromat vous accueille pour vos séminaires, réunions, ou fêtes de famille, soirées, mariages, activités pédagogiques, séjours de vacances, colonies... Située entre la vallée de la Garonne et le Canal du Midi, vous disposerez de 4000m<sup>2</sup> à la campagne, entièrement clôturés et sécurisés.

584, ch. de Jouan Petit, 82700 Escatalens  
**+33 (0)5 63 25 14 14**  
 location.escatalens@mfr.asso.fr  
**Capacité 92 personnes**



Ambiance chaleureuse, design contemporain et confort trois étoiles : toutes les conditions sont réunies pour un séjour agréable.

Récompensé par 3 prix de la meilleure satisfaction clients et engagé dans une démarche durable avec la labellisation Clef Verte, le SURE HOTEL by Best Western vous garantit une expérience de qualité.

L'établissement propose également un espace séminaires modulable idéal pour réunions, formations et événements professionnels.

Situé à seulement 2 minutes de l'échangeur autoroutier, l'hôtel offre un parking sécurisé, des bornes de recharge et un accès rapide aux principaux sites touristiques.

175 impasse de fontanilles - 82 710 BRESSOLS    05 32 66 10 60  
contact@surehotel-montauban-bressols.com

## Chambres d'hôtes

**JARDIN Ô GOLF**

Évadez-vous à la campagne, face au golf de Montauban l'Estang, dans des chambres d'hôtes colorées et lumineuses, inspirées de destinations lointaines. Profitez d'une vue apaisante sur le jardin, de magnifiques couchers de soleil sur le golf, d'une piscine rafraîchissante et d'une table d'hôtes sur réservation.

1745, route de l'Aveyron, 82000 Montauban  
**+33 (0)6 12 41 71 39**  
 isabellecrochet@orange.fr  
**Capacité 4 personnes**

**LE DOMAINE DE BELCAYRE**

À seulement 2 km du centre-ville de Montauban, profitez du calme et de la sérénité de la campagne. Quatre chambres d'hôtes, dont une suite, vous accueillent au premier étage de la demeure familiale, ainsi qu'un gîte pour deux, le Little Ben, niché au cœur du parc arboré.

1105, route du Fau, 82000 Montauban  
**+33 (0)6 84 23 43 80**  
 m.portier82@orange.fr  
**Capacité 12 personnes**



DESTINATION D'EXCELLENCE 2025

**MANOIR DE LA GRAVETTE**

Plus de 400 ans d'histoire dans cette propriété qui combine histoire, charme, quiétude et bienveillance. Ses suites entièrement rénovées et raffinées, sa piscine, son parc arboré en font une parenthèse enchantée à deux pas du centre historique et du golf de l'Estang.

1643, route de l'Aveyron, 82000 Montauban  
**+33 (0)7 85 13 37 47**  
 manoir.de.la.gravette@gmail.com  
**Capacité 10 personnes**

## Meublés de tourisme

**Ô DOMAINE DU ROUSSILLON**

Offrez-vous une escapade raffinée dans une propriété au charme authentique, où confort moderne et atmosphère chaleureuse se rencontrent. Entre jardins verdoyants, terrasses ensoleillées et espaces élégants, profitez de séjours ou d'événements privés et professionnels inoubliables.

215, ch. des Capelianos  
 82370 Saint-Nauphary  
**+33 (0)6 75 93 49 22**  
 contact@o-domaine.fr  
**Capacité 15 personnes**

**GÎTES DE COURTAU**

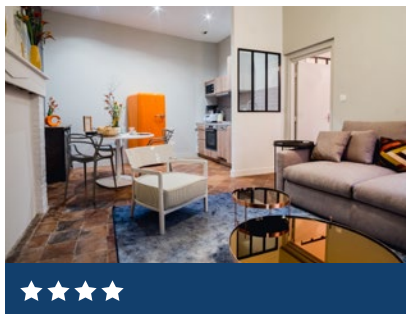
Le charme d'un ancien corps de ferme rénové, pour accueillir votre évasion à la campagne, au calme et face à la nature. Terrasses, grand espace et bois alentour offrent détente, jeux et découvertes. Idéal pour des vacances en famille ou entre amis, profitez d'un ou des deux gîtes, indépendants.

5135, route de Cos, 82130 Lamothe Capdeville  
**+33 (0)6 84 23 59 55**  
 gite.courtau@gmail.com  
**Capacités 4 et 4 personnes**

**MAISON ROUGE**

À l'image de Montauban, ville d'Art et d'Histoire, cette maison est un modèle d'aménagement et d'agréments pour les clients qui profiteront de ses espaces contemporains aux douces tonalités de blanc et de gris. Un rayon de soleil, les pieds dans l'eau, savourez la détente...

2, rue du Dr. Schweitzer, 82000 Montauban  
**+33 (0)6 62 26 19 25**  
 georgesmarthan@gmail.com  
**Capacité 6 personnes**



★★★★

## ROOM FIVE

Bienvenue dans ce havre cosy et raffiné, alliant confort et design contemporain haut de gamme. Entièrement rénové et pensé par un architecte d'intérieur, cet hébergement atypique vous accueille au coeur d'un hôtel particulier sur la place Nationale.

5, place Nationale, 1er étage, 82000 Montauban

+33 (0)6 13 96 73 15

roomfivemontauban@gmail.com

Capacité 4 personnes



★★★★

## GÎTE LACOSTE

Au calme, dans une impasse, face à la pleine de l'Aveyron, au coeur d'un jardin arboré et fleuri, profitez d'un appartement avec accès indépendant et 2 terrasses sans vis-à-vis, en rez-de-chaussée. À moins de 10 minutes du centre-ville et de la zone commerciale et industrielle Nord. Point de départ idéal pour visite de grands sites.

54, ch. Lacoste, 82000 Montauban

+33 (0)7 69 67 11 63

gitemontauban@gmail.com

Capacité 4 personnes



★★★

## LES GÎTES DE BAS PAYS

Profitez du Grand Gîte, spacieux, lumineux et fonctionnel, équipé pour accueillir jusqu'à 10 personnes, avec piscine privative. Idéalement situé au Nord de Montauban, à mi-chemin entre centre-ville historique et belle campagne. 2 autres hébergements pour 2 à 4 personnes.

1651, ch. de St-Pierre, 82000 Montauban

+33 (0)6 21 74 88 02

gitesbaspays@protonmail.com

Capacités 10, 2 et 4 personnes



★★★

## L'OSTALET

Votre maison de vacances au coeur de la campagne montalbanaise. Indépendante, elle allie authenticité et confort. Deux chambres accueillantes, un grand jardin arboré et une terrasse ensoleillée : le cadre parfait pour une escapade paisible à proximité des trésors du patrimoine.

1375, route de la Ville Dieu, 82710 Bressols

lostalet82@gmail.com

Capacité 4 personnes



## BALI ROOM

Bali Room de 20 m<sup>2</sup> entièrement immergée dans l'univers balinais, mêlant matières premières d'exception et décoration raffinée. Profitez d'un extérieur privatif de 40 m<sup>2</sup> avec sauna balnéo et une ambiance atypique, exotique et dépayssante, propice à la détente, au voyage. 3 autres hébergements pour 2 personnes.

42, avenue du 11<sup>ème</sup> Régiment d'Infanterie, 82000 Montauban

+33 (0)6 99 10 53 87

conciergerie.opportunity@gmail.com



## MAISON DE JEANNE

Cette maison des années 30, entièrement rénovée, est idéalement située dans un quartier calme et résidentiel de Montauban. Ici, découvrez le charme d'être proche de la ville avec tous les commerces accessibles à pied et la détente avec la piscine privative sur place.

1195, av. de Beausoleil, 82000 Montauban

+33 (0)6 62 26 19 25

georgesmarthan@gmail.com

Capacité 6 personnes



# Les RESTAURANTS



## ANTOINE RESTAURANT OMNIVORE

Une adresse cosy et chaleureuse, où l'amour de la gastronomie s'exprime à travers des assiettes bistranniques raffinées, mettant en valeur la richesse agricole locale. Une ambiance élégante et conviviale, idéale pour un repas en famille, entre amis ou d'affaires. *Service traiteur disponible.*

10, rue d'Auriol, 82000 Montauban  
**+33 (0)5 63 03 03 91**  
 omnivorereservation@gmail.com  
**Ouvert du mardi au samedi**



## BRASSERIE L'OCCITAN

Votre nouvelle brasserie contemporaine au cœur de Montauban, qui célèbre l'âme du Sud-Ouest dans un décor élégant et chaleureux. Cuisine raffinée, produits locaux, ambiance conviviale, une expérience gourmande entre authenticité, modernité et art de vivre à partager. *Salle de réunion disponible.*

14, place Prax Paris, 82000 Montauban  
**+33 (0)6 86 15 32 88**  
 occi.montauban@gmail.com  
**Ouvert du mercredi au dimanche**



## BUFFET L'ESTANQUET

Dans un décor vintage et une ambiance chaleureuse, ce restaurant convivial mêle buffet de cuisine française et carte soignée. Aux beaux jours, profitez de la terrasse nichée dans un jardin verdoyant, parfaite pour savourer un moment gourmand et détendu.

141, av. de Toulouse, 82000 Montauban  
**+33 (0)5 63 66 12 74**  
 restaurantlestanquet82@gmail.com  
**Ouvert du mardi au samedi**



## CIRCONSTANCES

Découvrez une cuisine créative et raisonnée, où chaque mois le menu se réinvente selon saisons et arrivages. Produits frais, saveurs authentiques et audace contemporaine vous invitent à un voyage gustatif unique au cœur de Montauban.

50, rue de la République, 82000 Montauban  
**+33 (0)5 64 72 32 05**  
 circonstances.montauban@gmail.com  
**Ouvert du mardi au samedi**



OUVERT LE LUNDI

## CHEZ CAMILLE

Entre bistrot et gastronomie, découvrez une cuisine 100 % maison : salades fraîches et authentiques, spécialités locales comme le parmentier de canard. Tout est fait ici, jusqu'à la chantilly des desserts ! L'été, profitez d'une terrasse ombragée et de l'atmosphère du coeur de ville.

7, rue des Carmes, 82000 Montauban  
**+33 (0)5 63 20 35 07**  
 chezcamille.restaurant@gmail.com  
**Ouvert lun, mar, jeu, ven, sam**



OUVERT LE LUNDI

## CHEZ LULU

Au cœur de Montauban, on y retrouve l'esprit des vraies cantines de quartier : une ambiance chaleureuse, des plats généreux faits maison avec des produits locaux, un décor rétro qui rappelle les repas d'autrefois... Un endroit où l'on partage autant que l'on savoure.

29, rue de la République, 82000 Montauban  
**+33 (0)5 63 64 86 69**  
 contact.lacantinedelulu@gmail.com  
**Ouvert du lundi au samedi**



OUVERT LE LUNDI

## DU NORD AU SUD

En plein centre-ville, vous serez accueillis chaleureusement pour savourer une cuisine maison de qualité, préparée avec attention à partir de produits frais, de saison et locaux. Aux beaux jours, profitez de la charmante terrasse nichée dans une jolie ruelle de briques.

38, rue de la République, 82000 Montauban  
**+33 (0)5 63 20 62 69**  
 p.vandewalle@laposte.net  
**Ouvert du lundi au samedi**



OUVERT LE LUNDI

## LE FORT BY LA PYRAMIDE

Dans un cadre historique, ce restaurant s'inscrit pleinement dans une démarche "fait maison". À l'honneur, des produits locaux et labellisés, soigneusement sélectionnés. Un lieu à découvrir autant pour sa cuisine authentique que pour son projet intergénérationnel et culturel, autour d'un bon repas. Service traiteur disponible.

5, rue du Fort, 82000 Montauban  
**+33 (0)6 64 82 43 70**  
 lapyramide82@gmail.com  
**Ouvert du lundi au vendredi**  
**Week-end sur réservation + 15 pers.**

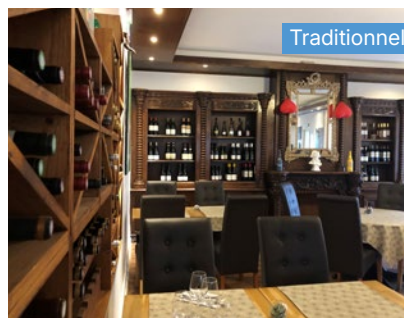


OUVERT LE LUNDI (été)

## LE SAMPA

Le lieu idéal pour se retrouver en famille ou entre amis, autour d'une cuisine gouteuse et conviviale. Prenez le temps de profiter d'une bonne bouteille de vin et d'une assiette de tapas en terrasse éphémère l'été. Leur devise : Du vin, des potes & des bons petits plats !

21-21bis, rue des Carmes, 82000 Montauban  
**+33 (0)5 63 20 36 46**  
 contact@lesampa.com  
**Ouvert du lundi au samedi (en été)**  
**Ouvert du mardi au samedi (en hiver)**



## LES TERRASSES DE L'EMPEREUR

Le chef Hervé Daumy met son savoir-faire, forgé de l'Élysée aux Relais & Châteaux, en passant par les cuisines de l'Abbaye des Capucins, au service d'une cuisine française raffinée et authentique. Dégustez des plats signature, qui subliment la tradition.

2, rue de la République, 1er étage, 82000 Montauban  
**+33 (0)5 63 20 41 59**  
 lempereur.82@orange.fr  
**Ouvert du mardi au samedi**



**LA BOUCHERIE  
RESTAURANT**

DEPUIS 1974



*Vous êtes servis !*



**RESTAURANT LA BOUCHERIE  
MONTAUBAN**

**OUVERT  
7J/7**

**MIDI ET  
SOIR**

**HTH  
TERRASSE**

**ESPACE ENFANT**

**GROUPES  
ESPACE PRIVATISÉ**

**ALBASUD  
1540 AV DE TOULOUSE - SORTIE 65**

**RÉSERVATION AU  
05 63 63 55 43**

**-10€\***  
**SUR L'ADDITION**

**DÈS 50€ D'ACHAT AVEC CE COUPON UNIQUEMENT**

\*Valable une fois, tous les jours midi et soir uniquement sur présentation de ce coupon dans le restaurant mentionné ci-contre jusqu'au 30/12/26. Offre non cumulable avec la carte de fidélité, d'autres offres, remises et réductions en cours.



# CANTAROSSA

CUISINE MÉDITERRANÉENNE



## Ambiance & Cocktails

Une ambiance chaleureuse animée par de bons cocktails et des moments à partager.



## Cuisine Méditerranéenne

Des plats frais, inspirés des saveurs du Sud, à partager en famille ou entre amis.



## Guinguette au bord du tarn Sotto

La guinguette estivale de Cantarossa. Ouverte tous les étés de 16h à 2h – 7j/7.

Réservation cantarossa:  
05 63 33 66 26



Réservation  
cantarossa en ligne



Restaurant ouvert 7/7 midi et soir, privatisations et repas de groupes possibles





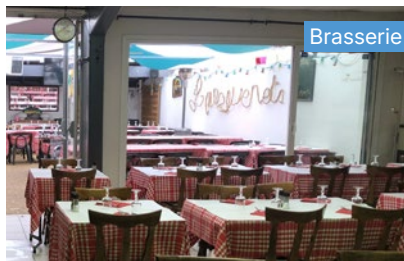
Traditionnel

OUVERT LE LUNDI ET LE DIMANCHE

## RESTAURANT LA BOUCHERIE

La Boucherie valorise le savoir-faire traditionnel des bouchers de formation. Elle garantit une maturation optimale des viandes et des techniques de découpe, pour valoriser les morceaux les plus nobles du boeuf !

1540, av. de Toulouse, 82000 Montauban  
**+33 (0)5 63 63 55 43**  
 montauban@la-boucherie.fr  
**Ouvert tous les jours**



Brasserie

OUVERT LE DIMANCHE

## LES LANSQUENETS

Monsieur Chalain et son équipe vous accueillent dans un cadre convivial depuis 1986. Venez apprécier la plupart des matchs de vos équipes favorites sur grands écrans autour d'une bonne cuisine traditionnelle ou d'une pizza. Les plus : pizzas à emporter, service traiteur et salle de réunion.

40, av. du 10ème Dragon, 82000 Montauban  
**+33 (0)5 63 93 36 00**  
 a.chalain@hotmail.fr  
**Ouvert du mercredi au dimanche**



Brasserie

## LES ARCADES

Installé dans une ancienne auberge, ce restaurant familial reflète l'univers artistique de la maison. Entre clichés de stars et affiches de cinéma, ou en terrasse sur la place Nationale, savourez une cuisine simple, généreuse et réconfortante, comme à la maison.

6, place Nationale, 82000 Montauban  
**+33 (0)5 63 63 16 37**  
 cafedesarcades82@gmail.com  
**Ouvert du mardi au samedi**



Brasserie

OUVERT LE LUNDI

## LE FLAMAND

Spécialiste de la bière belge, Le Flamand propose 8 pressions et plus de 80 références en bouteille, également disponibles à emporter. Concerts dès les beaux jours, retransmissions sportives en hiver et service de brasserie en continu de midi à minuit.

8, rue de la République, 82000 Montauban  
**+33 (0)5 63 66 12 20**  
 cafe.flamand2@wanadoo.fr  
**Ouvert du lundi au samedi**



Cave, bar à vin, tapas

## LE 224L

À deux pas de la Place Nationale, un lieu convivial où l'on déguste les meilleurs vins du Sud-Ouest autour d'une cuisine généreuse à partager. Ambiance élégante, accords parfaits et soirées animées : l'adresse idéale pour vivre le vin autrement.

11, rue d'Auriol, 82000 Montauban  
**+33 (0)7 70 11 91 44**  
 224litres@gmail.com  
**Ouvert du mardi au samedi**

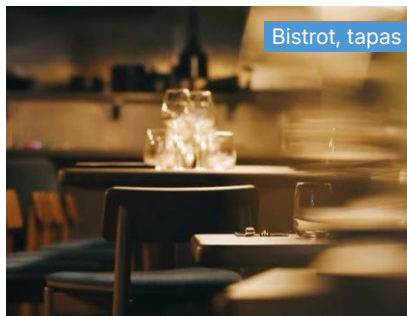


Traditionnel, tapas

## CAFÉ BOURBON CUISINE ET VIN

Au coeur de Villebourbon, dégustez une cuisine maison créative, qui évolue au fil des saisons, dans une ambiance rétro des années 50/60. Restaurant, bar à vin et petits plats à partager, c'est l'endroit idéal pour passer un moment convivial à petits prix.

20, place Lalaque, 82000 Montauban  
**+33 (0)5 63 31 53 60**  
 philippe.depeyre@orange.fr  
**Ouvert du mardi au samedi**



Bistrot, tapas

## LE PETIT ANTOINE

Entre cuisine de bistrot et plats à partager, le Petit Antoine est le prolongement naturel du restaurant. On y célèbre une cuisine généreuse, conviviale et inspirée, façonnée par les saisons et les produits du Terroir, pour des moments savoureux à partager.

12, rue d'Auriol, 82000 Montauban  
**+33 (0)5 63 66 35 32**  
 omnivorerestaurati@gmail.com  
**Ouvert du mardi au samedi**



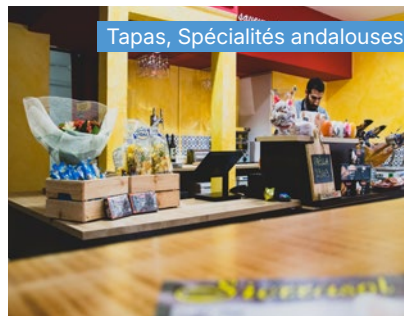
Bar, Tapas

OUVERT LE DIMANCHE

## O'TEMPLE BAR

Pub irlandais emblématique au cœur de Montauban, cette adresse vous promet des soirées chaleureuses dans une ambiance irish authentique, sous les arcades de la Place Nationale. Dégustez une belle sélection de bières, autour de burgers, fish and chips et assiettes à partager.

22, place Nationale, 82000 Montauban  
**+33 (0)5 63 66 17 02**  
 otemplebar@yahoo.com  
**Ouvert du mardi au dimanche**



Tapas, Spécialités andalouses

## SIERRASOL

En plein centre-ville de Montauban, ce restaurant-boutique vous transportera vers les saveurs gourmandes du sud de l'Espagne. Venez découvrir l'Andalousie à travers différents produits : charcuterie, fromages, plats typiques, vins.

36, rue de la République, 82000 Montauban  
**+33 (0)5 63 93 60 92**  
 contact@sierrasol.fr  
**Ouvert du mardi au samedi**



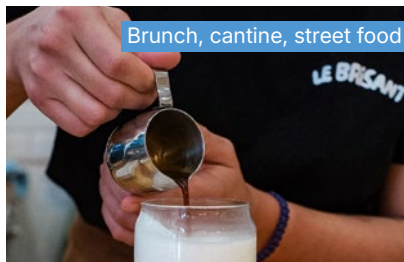
Restauration à la boulangerie, pâtisserie, boulangerie

OUVERT LE LUNDI

## LA FILLE DU BOULANGER

Découvrez de savoureuses spécialités boulangères, pâtisseries et salées. Laissez-vous tenter par une carte gourmande de brunchs, goûters et plats cuisinés traditionnels, à savourer sur place ou à emporter. Un véritable rendez-vous de saveurs pour tous les moments de la journée !

82000 Montauban :  
 495, avenue de Paris  
**+33 (0)5 63 91 34 24**  
 11 rue du 1er bataillon de choc  
**+33 (0)5 63 63 74 24**  
 110 rue François Mauriac  
**+33 (0)5 63 63 51 74**  
 manon.maisonpaga@gmail.com  
**Ouvert du lundi au samedi**



Brunch, cantine, street food

OUVERT LE LUNDI ET LE DIMANCHE

## LE BRISANT

Coffee shop familial où la passion du café et de la gastronomie se mêle à l'art de vivre. Inspirée par leurs voyages, une cuisine créative et conviviale sublime les produits locaux pour un moment de partage et d'émotion. Votre adresse brunch incontournable aux portes de la place Nationale.

19, rue d'Auriol, 82000 Montauban  
**+33 (0)6 85 21 86 97**  
 lebrisant@gmail.com  
**Ouvert tous les jours**



Salon de thé

## LE JARDIN DE PAULINE

Lovée dans le passage du Vieux Palais, Pauline a imaginé un lieu hors du temps, inspiré des salons de thé parisiens. On s'y retrouve pour une pause gourmande et réconfortante, entre assiettes salées aux saveurs fraîches, douceurs maison et vaisselle délicate. Un cocon où flotte le parfum d'un matcha onctueux ou d'un chai fumant.

25, rue de la République, Passage du Vieux Palais, 82000 Montauban  
**+33 (0)5 63 20 39 43**  
 lejardindepauline82@gmail.com  
**Ouvert du mardi au samedi**



+33 (0)5 63 66 22 07 - 777, av. Jean Moulin, 82000 Montauban


# Welcome back to the 50's



## TOMMY'S DINER MONTAUBAN

245 rue Romy Schneider - 82000 MONTAUBAN  
Derrière CGR Cinémas

**RÉSERVATION : 05 82 81 10 05**

 [tommys-diner.com](https://www.facebook.com/tommys-diner.com)



Spécialités méditerranéennes

OUVERT LE LUNDI ET LE DIMANCHE

## CANTAROSSA

L'Italie au bord du Tarn ! Pizzas et pastas maison dans une ambiance moderne, décontractée et chic. Produits frais, recettes méditerranéennes gorgées de soleil et convivialité font de chaque repas un moment unique à partager en famille ou entre amis.

855, av. de Toulouse, 82000 Montauban  
**+33 (0)5 63 33 66 26**  
 contact@cantarossa.com  
**Ouvert tous les jours**



Spécialités italiennes

OUVERT LE LUNDI ET LE DIMANCHE

## RESTAURANT DEL'ARTE

Un restaurant qui porte haut les couleurs de l'Italie. Une équipe efficace vous accueille dans un univers convivial et chaleureux où vous pourrez déguster leurs spécialités : pâte à pizza pétrie sur place, pastas venant d'Italie, antipasti, charcuterie, dolci et gelatis.

777, av. Jean Moulin, 82000 Montauban  
**+33 (0)5 63 66 22 07**  
 montauban@delarte.fr  
**Ouvert tous les jours**



Spécialités thaïlandaises et vietnamiennes

OUVERT LE DIMANCHE

## LE LOTUS IMPÉRIAL

À deux pas du centre ville, dégustez la fusion de la délicatesse des cuisines thaïlandaise et vietnamienne, avec l'élégance de la gastronomie européenne. Tout est frais, préparé sur place, au moment. Des saveurs traditionnelles revisitées avec une touche d'audace.

104, faubourg Lacapelle, 82000 Montauban  
**+33 (0)5 67 05 20 12**  
 lotusimperial82000@gmail.com  
**Ouvert du mardi au dimanche**



Cuisine américaine

OUVERT LE LUNDI ET LE DIMANCHE

## TOMMY'S DINER

Plongez dans l'ambiance vintage des années 50-60 ! Burgers, Tex-Mex, desserts gourmands et déco Rock'n'Roll pour une expérience 100 % USA. Idéal entre amis, en famille ou en amoureux. Juste à côté du cinéma ! Service traiteur disponible.

245, rue Romy Schneider, Zone futuropole, 82000 Montauban  
**+ (0)5 82 81 10 05**  
 commercial@tommys.fr  
**Ouvert tous les jours**



Livraison de petit déjeuner, plateaux repas et cocktail/buffet

OUVERT LE LUNDI

## CLASS'CROUTE

Le spécialiste de la cuisine saine et gourmande, sur place et en livraison, (petit déjeuner, pause déjeuner, plateau repas, cocktail, buffet). Un gage de qualité à la fois au niveau du goût et du prix. Le petit + : possibilité de commander le matin même avant 10h30 sur le site classcroute.com.

895, av. de l'Europe, 82000 Montauban  
**+33 (0)5 63 66 30 67**  
 montauban@classcroute.com  
**Ouvert du lundi au vendredi**



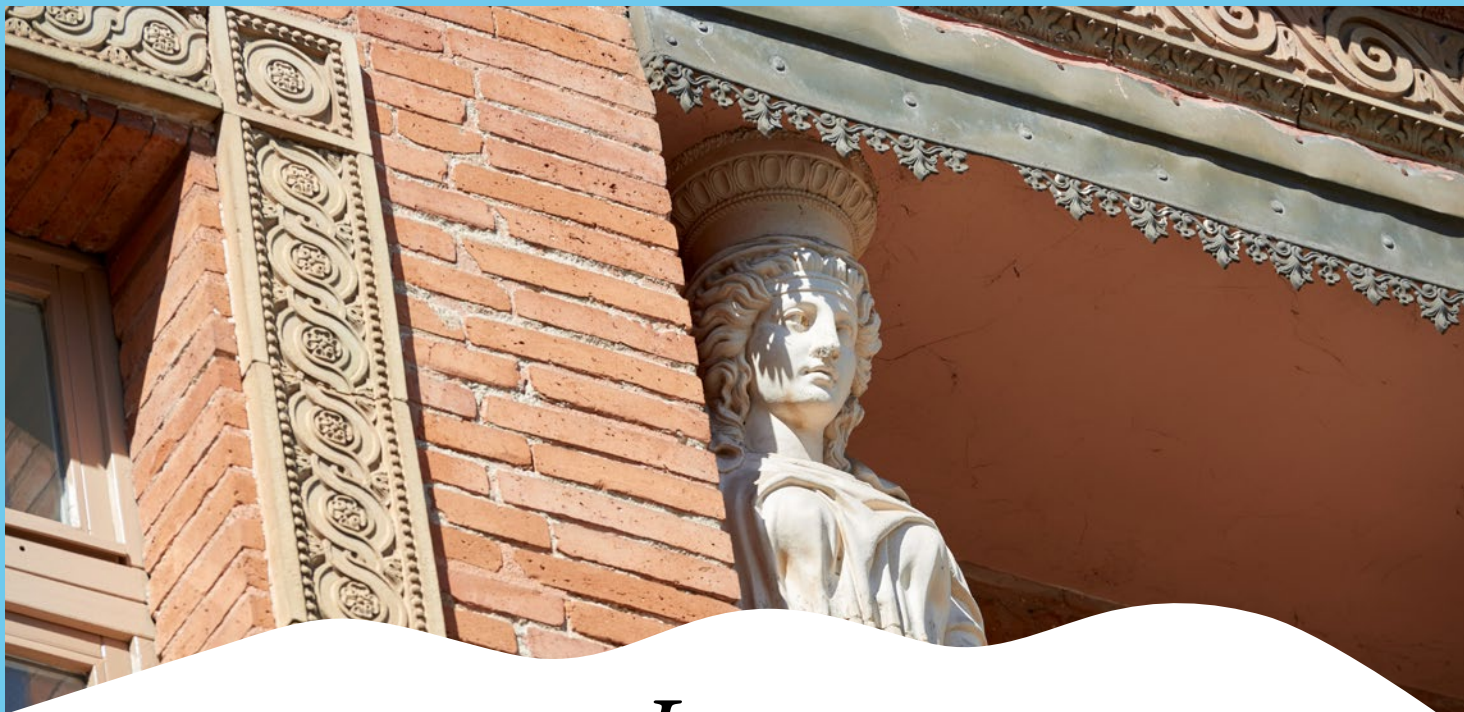
Restauration rapide

OUVERT LE LUNDI ET LE DIMANCHE

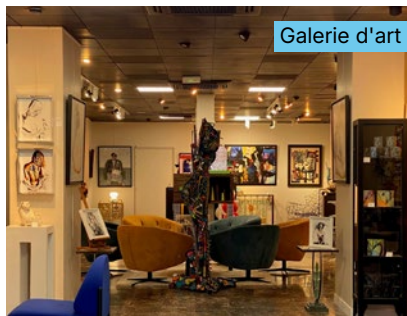
## MCDONALD'S SAPIAC

Icône du fast-food à l'américaine, McDonald's Sapiac vous accueille dans un cadre moderne et convivial. Burgers incontournables, douceurs sucrées et service rapide : une pause gourmande idéale pour petits et grands, alliant plaisir, confort et simplicité.

799, avenue Henri Dunant 82000 Montauban  
**+ (0)5 63 92 10 60**  
**Ouvert tous les jours**



# Les GALERIES D'ART

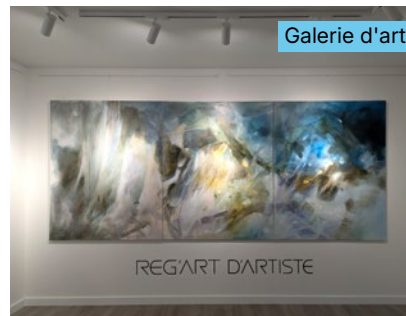
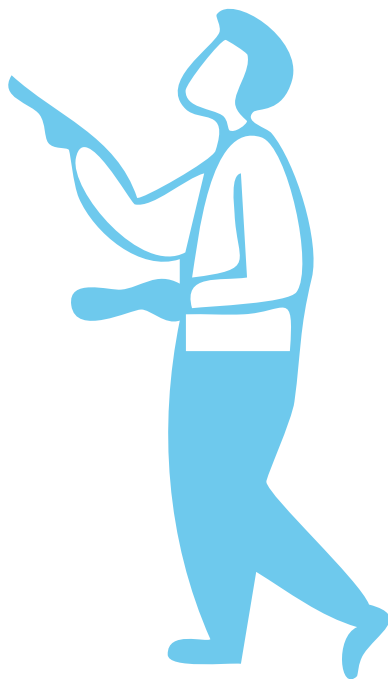


Galerie d'art

## GALERIE CORTADE'ART

Galerie d'art moderne et contemporain au cœur de la ville, elle vous dévoile les créations d'artistes renommés et de talents émergents. Un lieu incontournable pour les amateurs d'art avant-gardiste à la recherche d'émotions et de découvertes uniques.

32, rue Bessières, 82000 Montauban  
**+33 (0)6 59 30 19 65**  
bruno@cortade-art.com  
**Ouvert du mardi au samedi**



Galerie d'art

## REG'ART D'ARTISTE

Nichée à deux pas de la Place Nationale, cette nouvelle galerie fait vibrer couleurs, matières et émotions. Véritable écrin d'expression, elle accueille des expositions éphémères de peinture, photographie et sculpture, affirmant Montauban comme une ville d'art et d'histoire.

11, rue Fraïche, 82000 Montauban  
**+33 (0)6 20 74 70 34**  
morisbi82@gmail.com  
**Ouvert du mardi au samedi**



# FORTERESSE DE PENNE

grandeur nature

© Jacques Sierpinski

## FORTERESSE MÉDIÉVALE DU XIII<sup>ème</sup>-XIV<sup>ème</sup> siècles

### Évènements

Animations l'été - Nocturnes -  
Visites guidées

### Centre d'interprétation

Musée - Salle des maquettes -  
Film avec vues 3D - Sentier paysager

Site ouvert toute l'année - [www.chateaudepenne.com](http://www.chateaudepenne.com)  
à 1h de Toulouse et Cahors, 50 min d'Albi et 40 min de Montauban

Projet soutenu par





# Les LOISIRS



## AÉROCLUB MONTALBANAIS

Envie de prendre de la hauteur ? L'Aéroclub Montalbanais vous propose des vols découverte et d'initiation de 30 minutes, pour survoler Montauban, tout en apprenant les bases du pilotage. L'association forme également au pilotage d'avions et d'ULM.

300, rue Maurice Delpouys, 82000 Montauban  
**+33 (0)5 63 66 47 44**  
[contact@aeroclub-montalbanais.fr](mailto:contact@aeroclub-montalbanais.fr)  
**Ouvert tous les jours**



## ARENA MONTAUBAN

Le spot indoor incontournable pour loisirs et sport. En plus des 5 terrains de padel couverts, le nouveau mini-golf fluo 18 trous : immersif, coloré, sécurisé et accessible dès 3 ans. Fun garanti pour tous, petits et grands. Dès janvier, la Color Room pour libérer votre folie créative en peinture !

11, rue Karl Marx, 82000 Montauban  
**+33 (0)6 70 47 34 77**  
[contact@arenamontauban.fr](mailto:contact@arenamontauban.fr)  
**Ouvert tous les jours**



## BOUGER POUR S'EN SORTIR

La santé et la remobilisation par l'activité physique pour tous ! Intervention sur l'ensemble du territoire du Tarn-et-Garonne et/ ou dans l'enceinte de l'une des deux salles d'activités sportives, à Montauban et à Moissac (salle de + de 1000m²).

10, rue J.Gutenberg, 82000 Montauban  
**+33 (0)6 23 25 75 68**  
[association.bouger@gmail.com](mailto:association.bouger@gmail.com)  
**Ouvert du lundi au vendredi**



## CAP ULM 82

Avec Laurent, chaque vol est adapté à vos envies. Baptême de l'air ou initiation, choisissez parmi 3 appareils pour vivre une expérience unique et mémorable dans le ciel du Tarn-et-Garonne, en toute confiance et convivialité.

800, rue Maurice Delpouys, 82000 Montauban

+33 (0)6 22 59 33 15  
capulm82@hotmail.com

**Ouvert tous les jours. Sur réservation.**



## CLIMB'ZONE

Salle d'escalade ouverte 7j/7, sans réservation et accessible à tous. Zone de Bloc et de Voie avec mur de vitesse, à partir de 4 ans. Grimpez en autonomie et en toute sécurité avec les systèmes d'assurance jusqu'à 17 mètres de haut !

110, av. de Belgique, 82000 Montauban

+33 (0)5 63 02 59 22  
contact@climbzone.fr

**Ouvert tous les jours**



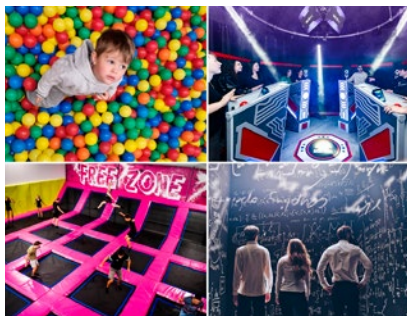
## INGRÉO

Profitez toute l'année des six bassins intérieurs et extérieurs, pour des baignades ludiques ou sportives. Toboggans et pentagliss en été raviront petits et grands, tandis que les nageurs apprécieront les longueurs dans un bassin fumant sous le soleil d'hiver. Ingréo, c'est aussi un espace détente avec sauna, hammam, jacuzzi et équipements de musculation.

Bld, Edouard Herriot, 82000 Montauban

+33 (0)5 63 20 03 48  
contact@ingreo.fr

**Ouvert tous les jours**



## COMPLEXE DE LOISIRS LE 199

Le 199 abrite TOHUBOHU, un parc de jeux pour enfants, UP'N JUMP, un trampoline parc, PRISON ISLAND, un jeu d'aventure et QUIZ BOX MONTAUBAN ALBASUD, un jeu TV grandeur nature, offrant de l'amusement pour tous les goûts et tous les âges.

199, av. du Danemark, Zone Albasud, 82000 Montauban

+33 (0)5 63 20 57 40  
www.le199.fr

**Détail par activité sur le site.**

**Ouvert tous les jours.**



## MUD ADVENTURE

Plongez dans l'aventure : boue, obstacles et défis physiques s'enchaînent sur 3 hectares de nature au cœur des vignes. Rires, adrénaline et souvenirs intenses vous attendent, en famille, entre amis ou en groupe, pour repousser vos limites, quel que soit votre niveau. Parcours accessible aux enfants dès 8 ans (taille minimum 1,20 m) ainsi qu'aux adultes.

1531, ch. de la Tauge, Domaine de Montels, 82350 Albi

+33 (0)6 07 81 76 23  
contact@mudadventure.fr



## PADEL TOLOSA MONTAUBAN

En quête d'une expérience sportive unique ? Le padel est un sport de raquettes qui se joue à 4, fun et accessible à tous. Débutant ou expérimenté, c'est l'endroit idéal pour perfectionner vos compétences, rencontrer d'autres passionnés et décompresser.

11, rue Karl Marx, 82000 Montauban

+33 (0)6 70 47 34 77  
padeltolosamontauban@gmail.com

**Ouvert tous les jours**



## BUREAU DES MONITEURS SHARK'AVENTURES

Vivez de fabuleuses EXPERIENCES en pleine nature dès 6 ans (individuel, famille, groupe...) : descente canoë, escalade, spéléo, tir à l'arc, vtt... Zone d'Activités Tarn-et-Garonne, Gorges de L'Aveyron, Montauban en fonction de l'activité...

**+33 (0)6 12 53 45 83**

contact@sharkaventures.com

**Ouvert tous les jours. Sur réservation.**



## WAM PARK MONTAUBAN BRESSOLS

À Bressols, venez profiter d'une base de loisirs avec des activités nouvelle génération ! Grand et petit téléski nautique, waterjump 13 pistes, watergames géant, point de restauration au bord de l'eau, espace de baignade surveillé, de 14h à 18h en juillet-août.

525, route de Montagné, 82710 Bressols

**+33 (0)5 31 61 35 60**

base-montauban@wampark.fr

**Entrée et accès baignade gratuits, piques niques interdits.**

**Activités dès 5 ans, enfants -10 ans accompagnés par un adulte.**

**Ouvert de mai à octobre**



## XPERIENCE GAME

Xperience Game est une structure d'animations mobiles qui crée des expériences ludiques et immersives pour enfants, ados et adultes, à domicile partout en Occitanie : Laser Game, Escape Game, Quiz, Bubble Foot, Mascotte, Arbres de Noël, spectacles et animations événementielles.

401, av. de Toulouse, MBE 157, 82000 Montauban

**+33 (0)6 50 83 14 41**

contact@xperiencegame.fr

**Ouvert tous les jours. Sur réservation.**



## YG ANIMATIONS

L'expert en événements ludiques ! Location de jeux gonflables, jeux de compétition, jeux en bois, stands gourmands, sonorisation, borne à photos... Déplacement possible dans tout le Tarn-et-Garonne.

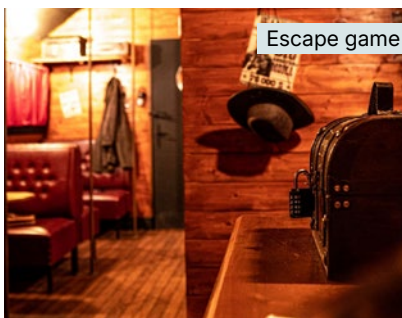
1681, ch. de la Tauge, 82000 Montauban

**+33 (0)5 63 63 69 90**

contact@yganimations.fr

Bureaux ouverts du lundi au vendredi.

**Activités sur réservation**



## ESCAPE TIME MONTAUBAN

Choisissez votre aventure et plongez dans un univers aux décors fabuleux, en famille ou entre amis. Parviendrez-vous à résoudre toutes les énigmes en moins de 60 minutes ? À vous de jouer.

56, rue de Pater, 82000 Montauban

40bis, rue Voltaire, 82000 Montauban

**+33 (0)6 37 79 78 03**

contact@escapetime-montauban.fr

**Ouvert tous les jours**



## MR-K ESCAPE GAME

Braquage, évasion ou désamorçage de bombe... plongez dans des scénarios palpitants, résolvez des énigmes et coopérez en équipe. Entre amis, en famille ou entre collègues, frissons, rires et adrénaline garantis ! Mais aussi des jeux de pistes, chasses au trésor et créations sur mesure.

39, rue Saint Jean, 82000 Montauban

**+33 (0)6 75 78 45 13**

contact@mrkescapegame.com

**Ouvert tous les jours**



Loisirs créatifs



Loisirs créatifs



Loisirs créatifs

## LES P'TITS BISCUITS

Découvrez l'unique café-céramique de Montauban et du département, véritable bulle artistique. Peignez vos créations tout en dégustant biscuits et boissons. Entre amis ou en famille, vivez un moment convivial et créatif, accessible à tous, novices comme passionnés d'art (enfants/adultes).

12, rue Porte du Moustier, 82000 Montauban

Infos et réservations :  
www.les-ptits-biscuits.com

**Ouvert du mercredi au samedi**

## MAISON POËTIS

Eveillez votre créativité dans ce lieu de vie, entre arts créatifs et tissage artisanal. Découvrez en boutique les objets créés par Morgane. Mais aussi, un merveilleux programme d'ateliers chaque mois : tissage, couture, art floral... accessibles à tous. Privatisez ce cocon, pour un anniversaire, EVJF ou team building !

12, rue de l'Hôtel de Ville, 82000 Montauban

+33 (0)6 86 32 13 09  
maisonpoetis@gmail.com

**Ouvert les mardis, mercredis, vendredis et samedis.**  
**Ateliers sur réservation.**

## MIRETTE ET CAPUCINE

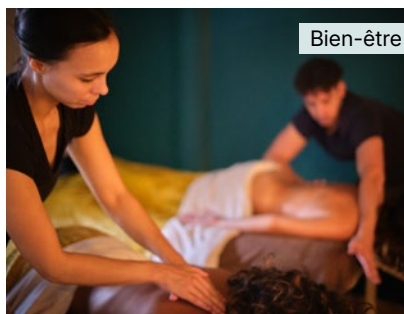
Dans un cocon empreint de calme et de poésie, la terre se façonne et se transforme. Sophie vous invite à créer, tourner, modeler... lors d'ateliers intimes et inspirants. Une parenthèse sensorielle pour ralentir, ressentir et laisser parler les mains. Retrouvez aussi les créations uniques Mirette & Capucine sur l'e-shop !

16, rue des Cèdres, 82000 Montauban  
+33 (0)6 86 74 67 34

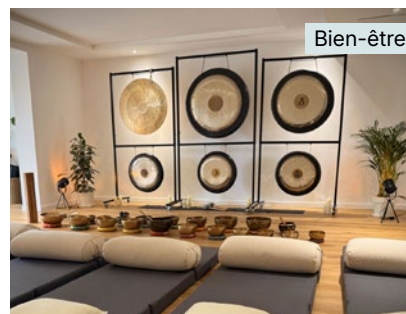
mirettecapucine@gmail.com  
**Ateliers sur réservation.**



Photobooth



Bien-être



Bien-être

## DUBU

Inspiré des tendances coréennes, ce photobooth stylé promet rires, poses et souvenirs inoubliables. Choisissez vos décors, accessoires, formats... et repartez avec vos plus beaux clichés dans une ambiance fun et ultra-tendance. Vivez une expérience unique entre amis, en couple ou en famille !

4, rue de la République, 82000 Montauban

+33 (0)6 45 90 13 02  
dubu.photobooth@gmail.com

**Ouvert tous les jours**

## SWEET ÔM MONTAUBAN

Votre cocon de bien-être et de développement personnel, lové en plein cœur de ville. Massages solo et duo, Yoga, Pilates, sauna sonore, ateliers bien-être et pratiques thérapeutiques à découvrir... Des disciplines proposées par Alizé, Clément et leur équipe aux petits soins pour vous accueillir.

3, rue de la République, 1er étage, 82000 Montauban  
Annexe : 12, rue Jean Monnet, 82000 Montauban

+33 (0)6 37 44 27 38  
sweetom.montauban@gmail.com  
**Séances individuelles sur rdv et ateliers sur inscription.**

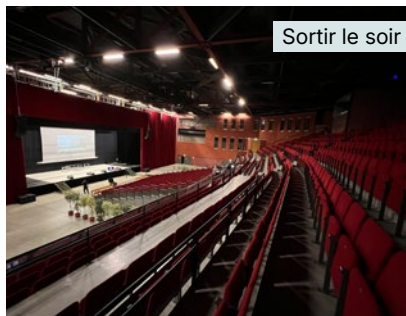
## KA STUDIO MONTAUBAN

Une expérience unique de bien-être et de relaxation dans votre région. Les vibrations sonores des Gongs et des bols tibétains s'unissent pour vous offrir un moment de détente absolue.

À découvrir aussi : des cours de Hatha Vinyasa et Yin Yoga le matin ou le soir.

991 route de Verlhac Tescou, 82000 Montauban

+33 (0)6 07 56 88 30  
kastudiomontauban@gmail.com  
**Ouvert du lundi au samedi. Sur réservation.**



Sortir le soir

## EURYTHMIE

Grande salle de spectacle de Montauban, c'est ici que viennent les plus grands artistes français dans le cadre de la programmation théâtrale de Montauban. C'est aussi le lieu des principaux salons de la Cité d'Ingres.

Rue Salvador Allende, 82000  
Montauban  
**+33 (0)5 63 91 03 61**

**Ouvert les soirs de représentation**



Sortir le soir

## THÉÂTRE OLYMPE DE GOUGES

Un théâtre tout en brique, une programmation où se mêlent théâtre, opéra, concerts, one man/woman show, un bistrot pour les entractes et l'impression de pénétrer dans un lieu chargé d'histoire... Nous vous conseillons de le visiter pendant les Journées Européennes du Patrimoine.

4, place Lefranc de Pompignan, 82000  
Montauban  
**+33 (0)5 63 21 02 40**

**Billetterie ouverte du lundi au vendredi. Ouvert les soirs de représentation.**



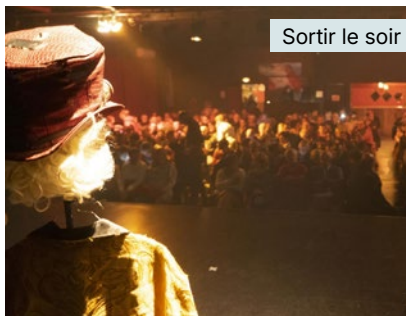
Sortir le soir

## LE RIO GRANDE

L'agitateur musical de Montauban. Une programmation riche et éclectique, des artistes internationaux et groupes locaux, une équipe accueillante et des tarifs abordables... Vivez la musique autrement, vivez l'expérience Rio Grande !

4, rue Salvador Allende, 82000  
Montauban  
**+33 (0)5 63 91 19 19**

rio.grande@rio-grande.fr  
**Ouvert les soirs de concert**



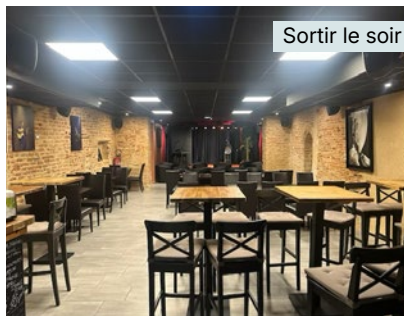
Sortir le soir

## L'ESPACE V.O

Dans une ambiance cabaret, venez partager rires, émotions et bonne humeur ! Avec sa programmation éclectique, le V.O vous propose des comédies, du théâtre, des seul(e)-en-scène, des concerts et de la danse. Profitez du bistrot pour vous restaurer avant la représentation.

1899, ch. de Paulet, 82000 Montauban  
**+33 (0)6 14 20 02 45**  
lespacevo@gmail.com

**Ouvert du lundi au samedi**



Sortir le soir

## LE VIOLON DINGUE

Dans votre café théâtre au coeur de Montauban, découvrez des pièces et vaudevilles humoristiques qui abordent avec légèreté la vie quotidienne, les relations conjugales et l'éducation des enfants. Profitez du spectacle tout en partageant un verre ou une planche apéritive.

3, rue d'Elie, 82000 Montauban  
**+33 (0)6 37 90 53 51**  
contact@leviolondingue.fr

**Ouvert du jeudi au dimanche**



Sortir le soir

## THÉÂTRE DE L'EMBELLIE

Avec ses 250 places assises, ce lieu convivial accueille sur scène des artistes originaux et amateurs, engagés dans une véritable démarche créative. Fidèle aux valeurs de l'éducation populaire, le théâtre propose une programmation variée, accessible à tous, favorisant la découverte, le partage et l'expression artistique.

828, av. de Bordeaux, 82000  
Montauban  
**+33 (0)5 63 91 96 20**  
embellie82@gmail.com

**Ouvert du 1er septembre au 31 juillet, du mardi au samedi**



Sortir le soir



Sortir le soir



## CGR MONTAUBAN

La référence pour vos sorties ciné en famille ou entre amis. Ce grand complexe vous accueille dans une dizaine de salles confortables, dont la salle ICE, pour une immersion totale. Le lieu idéal pour partager un vrai moment de cinéma.

245, rue André Jorigné, 82000 Montauban  
 +33 (0)5 63 22 10 60  
 cgr.montauban@cgrcinemas.fr  
 Ouvert tous les jours

## CGR LE PARIS

Cinéma du centre-ville, labellisé Art et Essai, Le Paris vous propose toute l'année des ciné-débats, des semaines thématiques, des festivals, des ciné-conférences ou encore des séances jeune public.

21, bd. Gustave Garrisson, 82000 Montauban  
 +33 (0)5 63 03 50 44  
 cgrparis.montauban@cgrcinemas.fr  
 Ouvert tous les jours

# Les PRODUCTEURS LOCAUX

*Retrouvez-les sur nos marchés !*

## JOURS DE MARCHÉ à Montauban

**MERCREDI MATIN**  
place Lalaque

**JEUDI MATIN**  
place Isadora Duncan

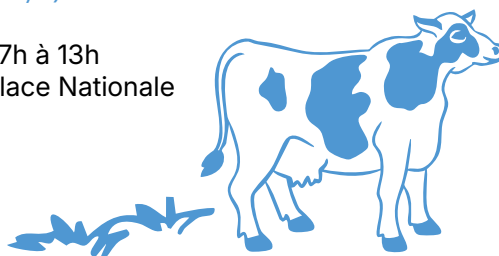
**SAMEDI MATIN**  
place Prax Paris

**BON PLAN** : La navette depuis le parking d'Eurythmie à 0,60€ A/R)

**DU MARDI AU DIMANCHE** de 7h à 13h  
sous les loges du Marché Couvert - place Nationale

## JOUR DE MARCHÉ à Bressols

**DIMANCHE MATIN**  
place du Centre commercial





## ALEXANDRES

Découvrez les pâtisseries, et chocolats élaborés avec soin par Jérôme Allamigeon, artisan passionné. Prenez du bon temps dans l'espace gourmand (salé et sucré).

Leurs spécialités ? La tarte Occitane aux belles pommes locales, mais surtout les Bonbons Flingueurs !

117, fbg Lacapelle, 82000 Montauban  
+33 (0)5 63 91 25 53

800, av. Henri Dunant, 82000 Montauban  
+33 (0)5 67 05 21 36

Ouvert du lundi au dimanche



## ALLIOT CHOCOLATIER PÂTISSIER

Artisan de renom, Jean-Yves ALLIOT chocolatier a remporté 5 tablettes d'or, une d'argent et 3 coups de coeur du jury au Mondial du chocolat de Paris, sans compter les AWARDS. Depuis le centre historique, franchissez le Tarn, cette adresse quartier Villebourbon en vaut le détour !

123, av. Aristide Briand, 82000 Montauban

+33 (0)5 63 63 23 48

chocolatalliot@orange.fr

Ouvert du mercredi au dimanche



## LES DÉLICES G.PÉCOU

Étape incontournable à Montauban, c'est une véritable bonbonnière qui fait chavirer les gourmands. Ici, la dragée est la star de la maison ! Au fil du temps, le chocolat a conquis sa place : truffes fondantes, créations au lait, noir ou blanc... Impossible de repartir sans goûter les célèbres Boulets de Montauban, un clin d'œil chocolaté à l'histoire de la ville.

10, rue de la République, 82000 Montauban

+33 (0)5 63 63 06 38

contact@les-delices.com

Ouvert du lundi au samedi



## MAURANES

Véritable institution à Montauban depuis 1965, cette maison familiale perpétue un savoir-faire artisanal en confectionnant pains, gâteaux et autres gourmandises sucrées et salées. Il lui tient à coeur de travailler avec les commerces et producteurs locaux, pour vous faire déguster des produits gourmands et authentiques. La spécialité ? La fameuse Mountalbane !

82, Grand-Rue Sapiac, 82000 Montauban  
+33 (0)5 63 63 08 87

contact@mauranes.fr

Autres adresses à découvrir sur [www.mauranes.fr](http://www.mauranes.fr)

Ouvert tous jours sauf le jeudi





## À LA BORDETTE

Croquez le terroir à pleine dent ! Oeufs frais, poulets fermiers, fruits et légumes d'été, Étienne cultive le goût, celui de la ferme et des saisons, à savourer sans modération. Mais aussi : pain, vin, bière, spiritueux, terrines, miel, viandes, fromages, pruneaux, spiruline, jus de fruits...locaux.

3673, route d'Auch, 82000 Montauban  
**+33 (0)5 63 20 72 14**  
 chezleproducteur82@gmail.com  
**Ouvert tous les jours**



## BRASSERIE ET DISTILLERIE IRON

Ici, la passion de la bière artisanale rencontre le savoir-faire des spiritueux. Entre tradition et innovation, dégustez bières, gins, pastis, absinthes et liqueurs uniques, mêlant épices, fruits et plantes exotiques pour un artisanat audacieux et inspiré.

4905, route de Saint Nauphary, 82000 Montauban  
**+33 (0)6 45 15 84 10**  
 brasserie.iron@gmail.com  
**Ouvert du lundi au vendredi**



## DOMAINE DE MONTELS

Au nord de Montauban, les vignes se rejoignent autour d'un domaine aussi accueillant que le vin est bon. Le domaine se visite et se réinvente. Un lieu d'échanges, qui vous accueille autour de concerts, rendez-vous gourmands et événements festifs toute l'année, comme la célèbre Vignes Run Color des vendanges.

1531, chemin de la Tauge, 82350 Albias  
**+33 (0)5 63 31 02 82**  
 domainedemontels@gmail.com  
**Ouvert du lundi au samedi**



## IN'SPIRU

Produit naturel, cultivé artisanalement, la spiruline a de nombreux bienfaits pour l'organisme. Le producteur, Éric, le commercialise sous différentes formes et textures. Une expérience qui se poursuit avec la visite possible des serres de production.

641, ch. du Quart, 82000 Montauban  
**+33 (0)6 63 57 32 91**  
 inspiru.contact@gmail.com  
**Ouvert du lundi au vendredi**



## LA FABRIC' DES PIBOULS

Sur les coteaux de Saint-Nauphary, Julie et Clément Poujade élèvent et transforment la production de leur élevage de porcs plein air sans intermédiaire, avec un savoir-faire artisanal. Sur le marché de Montauban du mercredi matin Place Lalaque et du samedi matin allée de l'Empereur devant le Crédit Agricole.

2192, route de St-Etienne de Tulmont, 82000 Montauban  
**+33 (0)6 74 76 48 68**  
 lafabricdespibouls@gmail.com  
**Ouvert tous les jours**



# Les BOUTIQUES PÉPITES



## CAFÉS ET THÉS NELLOU

Vos artisans torréfacteurs et maison de thé historique, en plein cœur de Montauban. Découvrez des cafés d'origine, issus du commerce équitable, torréfiés sur place, sous vos yeux, et plus de 160 variétés de thés signés Dammann Frères. Une adresse qui éveille tous les sens !

28, rue Bessières, 82000 Montauban  
+33 (0)5 63 20 26 70  
nellou82@yahoo.fr  
Ouvert du mardi au samedi



## DÉLICIES LAMARQUE

Dans un décor digne d'une carte postale d'antan, découvrez une sélection gourmande de produits artisanaux et de spécialités régionales, salées comme sucrées. Un véritable retour aux saveurs d'autrefois, pour le bonheur des petits comme des grands.

17, rue de la République, 82000 Montauban  
+33 (0)5 63 63 80 75  
Ouvert du mardi au samedi



## L'AFFINE BOUCHE

Dans la rue du Greffe, vous serez séduits par le charme et les effluves gourmandes de cette boutique au charme préservé. Un vaste choix de fromages, des conseils avisés, pour de délicieux moments de partage entre amis ou en famille. Retrouvez votre fromager à "L'Éloge des Fromages, Le Marché Couvert, place Nationale.

12, rue du Greffe, 82000 Montauban  
+33 (0)5 63 66 42 73  
laffinebouche@free.fr  
Ouvert du mardi au dimanche



## ARCHÉODÉCO

Une boutique d'art singulière, née de la passion de Philippe Troncy pour sa ville de cœur. Martine, pétillante et érudite, vous guide entre une statuette de Bourdelle, une figurine des Tontons Flingueurs ou d'autres trésors des grands musées nationaux.

5, place Nationale, 82000 Montauban  
**+33 (0)5 63 63 74 71**  
 contact@archeodeco.fr  
**Ouvert du mardi au dimanche**



## ÂME DE SORCIÈRE

Votre boutique au soupçon de magie. Dans ce cocon de sérénité à son image, Bénédicte vous conseille sur les objets qui accompagneront vos rituels bien-être : bijoux en pierres semi-précieuses, mandalas sacrés, attrapes-rêves, encens, plumes chamaniques, pierres, bougies...

15, rue d'Elie, 82000 Montauban  
**+33 (0)5 63 26 06 77**  
 benedicte.dargoubet@gmail.com  
**Ouvert du mardi au samedi**



## BELLE ÉPOQUE

Alliant savoir-faire et élégance, cette bijouterie-joaillerie crée, transforme et répare vos bijoux sur place. Spécialisée dans le diamant et le bijou ancien, elle propose des pièces uniques en or 18k et platine, mêlant tradition, passion et raffinement intemporel.

8, rue Notre Dame, 82000 Montauban  
**+33 (0)5 63 25 61 43**  
 contact@belle-epoque-montauban.fr  
**Ouvert du mardi au samedi**



## CRÉATELIER 82

Céramique, bois, ferronnerie, bijoux, illustrations, textile, univers enfant, savons, bougies... Retrouvez en boutique l'univers créatif d'une vingtaine de créateurs-rices et artisans investis dans une démarche de confection locale et éco-responsable. Marchés de créateurs et rencontres avec les artisans pour démonstrations et ateliers.

1, rue Princesse, 82000 Montauban  
**+33 (0)6 71 79 58 60**  
 createlier82@gmail.com  
**Ouvert du mardi au samedi**



## DANS MA CABANE

Bienvenue dans un univers enchanté, dédié aux enfants de 0 à 12 ans. Jouets, accessoires, décoration... Céline vous conseille pour sélectionner à chaque occasion, des cadeaux uniques et originaux, qui feront briller les yeux des enfants !

5, rue Jules Michelet, 82000 Montauban  
**+33 (0)5 63 03 29 81**  
 contact@dansmacabane.com  
**Ouvert du mardi au samedi**



## L'ATELIER CHEZ SOI

Un festival d'activités manuelles ! Décoration créative, jolie papeterie, loisirs créatifs et DIY, matériel, Beaux-Arts, maquettes et miniatures, jouets en carton, activités créatives pour enfants, casses-têtes, idées cadeaux originales... Envie d'offrir ou de créer ? Filez en boutique ou sur l'e-shop.

33, rue de la République, 82000 Montauban  
**+33 (0)9 54 38 04 98**  
 contact@atelierchezsoi.fr  
**Ouvert du mardi au samedi**



## MADONE

Madone est un concept store inspirant où l'élégance chic rencontre l'audace rock. Prêt-à-porter, accessoires, bijoux et déco française s'y mêlent pour offrir une expérience sensible, créative et accessible à toutes les femmes en quête de style et d'authenticité au quotidien.

33, rue Bessières, 82000 Montauban  
+33 (0)9 75 35 14 59  
madoneconceptstore@gmail.com  
**Ouvert du mardi au samedi**



## MAISON COUDERC

Institution depuis 1880. Derrière sa façade bleue se côtoient droguerie, parfumerie, herboristerie, décoration, ustensiles de cuisine, vannerie, sparterie, tapis, jeux, crierie et quincaillerie. Entre parfums d'antan et trouvailles tendance, flânez jusqu'à sa cour intérieure, véritable caverne aux merveilles.

43, rue de la Résistance, 82000 Montauban  
+33 (0)5 63 63 00 38  
**Ouvert du mardi au samedi**



## Ô SAVON

Un accueil chaleureux et le plein d'idées cadeaux ! Une boutique remplie de surprises, de senteurs et de douces odeurs : linge de maison, savons, parfums d'intérieur, produits soins et bien-être homme et femme... Un large choix et un conseil de qualité pour vos instants cocooning.

10, rue Michelet, 82000 Montauban  
+33 (0)5 63 91 51 26  
osavon@orange.fr  
**Ouvert du lundi au samedi**



## PIERRES ET SENTEURS

Un espace apaisant où les pierres, encens et énergies se rencontrent. Laissez-vous guider pour choisir les minéraux qui rééquilibrent, apaisent ou inspirent selon vos besoins, vos émotions ou votre signe. Un instant de calme, hors du temps.

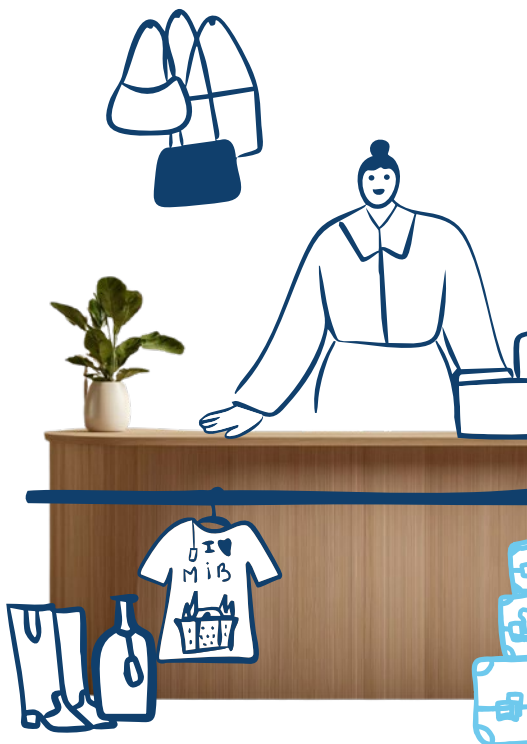
42, rue de la République, 82000 Montauban  
+33 (0)9 52 82 45 87  
chantalverpont@gmail.com  
**Ouvert du mardi au samedi**



## QUINCAILLERIE SAINT LOUIS

Quincaillerie et droguerie, l'équipe fabrique sous vos yeux cylindres, clés ou autres demandes spécifiques. Cette institution montalbanaise réchauffe votre intérieur et vous propose aussi luminaires, tissus d'ameublement, décoration, sur mesure. Un savoir-faire et une disponibilité sans faille.

11, place Prax Paris, 82000 Montauban  
+33 (0)5 63 63 11 56  
quincaillieriestlouis@wanadoo.fr  
**Ouvert du mardi au samedi**





# Les SERVICES



Espace de coworking  
et consigne bagages

## COQWORKING

Situé au coeur du centre historique de Montauban, dans un espace lumineux avec une vue directe sur la place du Coq, les bureaux sont aménagés avec soin pour que tous les co-workers se sentent comme à la maison. Le +, leur service de consigne bagages, sûr et abordable !

12, place du Coq, 82000 Montauban  
+33 (0)9 78 80 03 46  
contact@coqworking.fr  
Ouvert du lundi au vendredi



Bureau de change

## GODOT ET FILS

Bureau de change, achat/vente d'or et d'argent, lingots, pièces d'investissement, numismatique, rachat de bijoux. L'agence offre un accompagnement expert dans un espace sécurisé, avec salon dédié pour garantir discrétion et sérénité, au cœur de Montauban.

2, rue Fraîche, 82000 Montauban  
+33 (0)5 82 73 05 05  
montauban@godotetfils.com  
Ouvert du lundi au vendredi



# Séjours Groupes

## TOURISME D'AFFAIRES

Pour une visite guidée du patrimoine historique ou pour un événement professionnel sur-mesure, notre équipe conçoit votre expérience de A à Z !  
Contactez-nous pour obtenir plus de renseignements et découvrir le potentiel que propose notre destination.

### CONTACTEZ-NOUS

servicegroupe@ville-montauban.fr  
05 63 22 12 51

## Nos partenaires

Spécialisés dans les groupes et le tourisme d'affaires



### LA RUCHE - AMÉRIA

L'entreprise adaptée et spécialisée dans la location de salles pour vos événements, séminaires, cocktails et buffets, offrant également un service de cafétéria en self. Ces prestations s'adressent aussi bien aux professionnels qu'aux particuliers.

180, av. Marcel Unal, 82000 Montauban  
**+33 (0)5 63 21 61 65**  
contact@ameria-82.fr



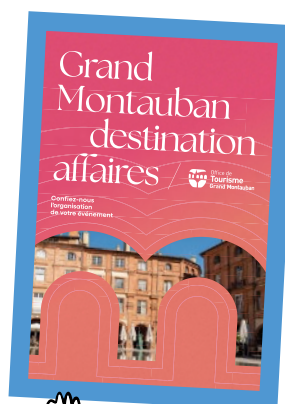
### DM TRAITEUR

L'atout succès de vos événements. Réputée pour son élégance et sa modernité culinaire, la maison DM Traiteur est le partenaire idéal pour l'organisation de vos événements privés et/ou professionnels.

257, rue Lagravette, 82000 Montauban  
**+33 (0)6 08 74 36 95**  
dmtraiteur@hotmail.fr

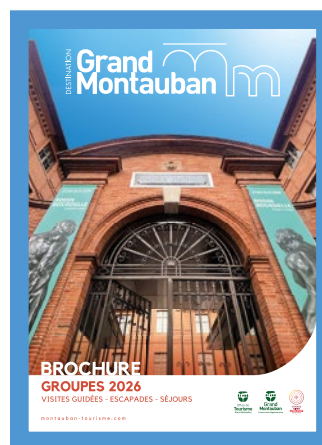
### BROCHURE

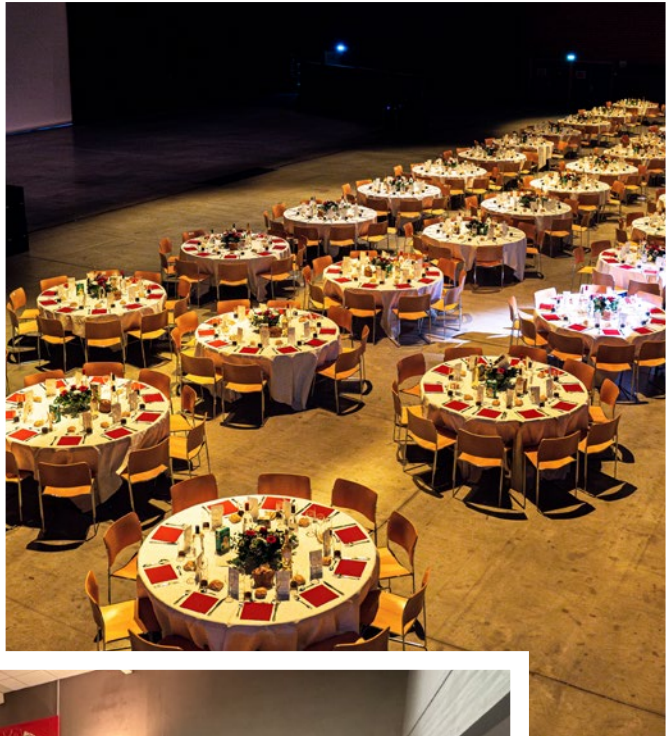
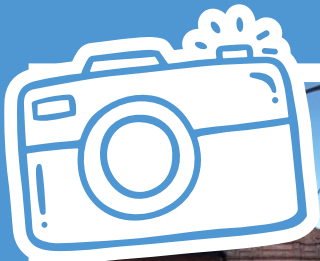
## Tourisme d'affaires



### BROCHURE

## Séjours groupes





# Pour ne plus se quitter





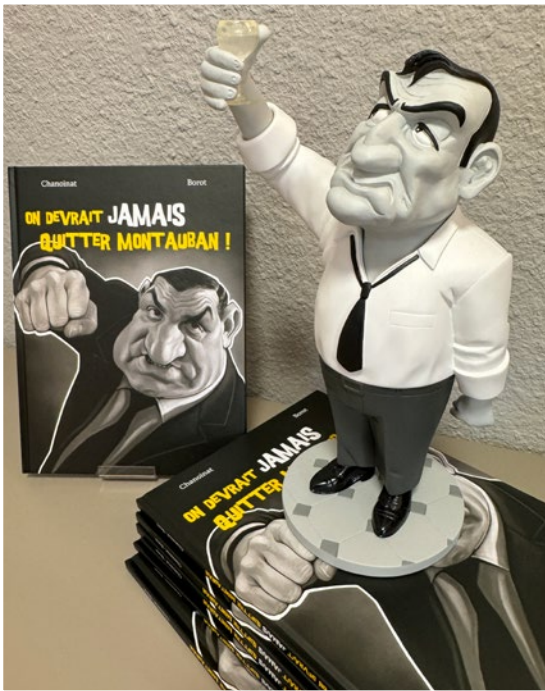
# Repartez avec L'accent d'ici

En choisissant un produit de la boutique de l'Office



# Nos coups de cœur

Et pour encore plus d'idées !



## Nos expressions LOCALES

« *Bringuer* »

**FAIRE LA FÊTE**

« *Être espanté* »

**ÊTRE IMPRESSIONNÉ,  
ÉPATÉ**

« *Quel cagnard !* »

**QUELLE CHALEUR !**

« *Miladiou !* »

**OH MON DIEU !**

# L'accent d'ici au fil des vies

Quel que soit votre âge, votre parcours ou vos envies, ici on prend le temps de vivre et de vous rencontrer.

## NOUVEAUX ARRIVANTS

Bienvenue dans le Grand Montauban ! Toute l'équipe est là pour vous permettre de faire le plein d'infos pratiques et d'idées de sorties !

**POUR ALLER PLUS LOIN :** rendez vous au service Vie des Quartiers à la mairie de Montauban.

## ÉTUDIANTS

L'Office de tourisme est aussi votre complice pour profiter pleinement de votre vie étudiante : bons plans sorties, animations, tarifs préférentiels... Suivez nous sur les réseaux sociaux pour ne rien rater !

**EN OCTOBRE :** le rallye des étudiants !  
L'occasion de découvrir son nouveau terrain de jeu et de faire de nouvelles connaissances !



## SÉNIORS ACTIFS

Billetterie de spectacles, visites guidées, programme culturel, journal de la ville, espace boutique... Rendez-vous à l'Office de Tourisme pour un accès simplifié à l'information et aux animations.

**EN SEPTEMBRE :** la rentrée des seniors !  
Le rendez-vous annuel des services publics et des associations qui accompagnent les seniors au quotidien.



### ENG

Whatever your age, background or desires, here we take time to live, share and truly meet you.

### ESP

Sea cual sea tu edad, trayectoria o deseos, aquí nos tomamos el tiempo de vivir, compartir y conocer de verdad.

# Par ici, UNE ÉQUIPE D'EXPERTS



## MATHIEU MONTOR

Directeur

*"Une équipe nuancier"*



## MARIE-PIERRE BERNAT

Régisseuse et référente taxe de séjour

*"Un suivi sans fard, au centime près"*



## STEVEN LAFFARGUE

Community Manager

*"Un mode selfie pigmenté"*



## JULIE LAFAGE

Responsable accueil, boutique et Qualité

*"Un accueil feu d'artifice"*



## LAURENE GREZES

Chargée des relations socio-professionnelles

*"Un partenariat ton sur ton"*



## CAROLINE HODOUIN

Chargée de la taxe de séjour et assistante service commercial

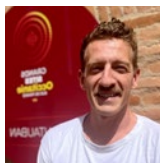
*"Une gestion administrative enluminée"*



## CATHERINE DUPREZ

Responsable service commercial

*"L'éclat du tourisme d'affaires"*



## OLIVIER SEILLAN

Webmaster

*"Un site internet rayonnant"*



## EMELINE FIGON

Chargée des éditions

*"Des visuels pétillants"*

## OFFICE DE TOURISME DU GRAND MONTAUBAN

4, rue du collège  
82000 Montauban

Téléphone : +33 (0)5 63 63 60 60

Email : [info@montauban-tourisme.com](mailto:info@montauban-tourisme.com)

Site web : [www.montauban-tourisme.com](http://www.montauban-tourisme.com)

## NEWSLETTER

Le rendez vous mensuel des actus, nouveautés et bons plans



Horaires

Toute l'année :

Du lundi au samedi : 9h30-13h / 14h-18h

Jours fériés (sauf 1er mai) :

De mai à septembre : 9h30-13h

Dimanches :

De juin à septembre : 9h30-13h

@montaubantourisme

Office de Tourisme du Grand Montauban

montaubantourisme

## Grand Montauban Magazine Touristique 2026

Rédaction : Office de Tourisme du Grand Montauban

Conception, illustrations, mise en page : Agence Frappe

Impression : TechniPrint Montauban



## Crédits photos

@montaubantourisme / @villemontauban / @ciapmontauban / @muséeingresbourdelle / @spani / @FrançoisePetrovitch / @cmeb82 / @JoelleFaure / @AuxieBoivin / @usmrugby / @PhilippeCollin / @FBProduction / @Adt82

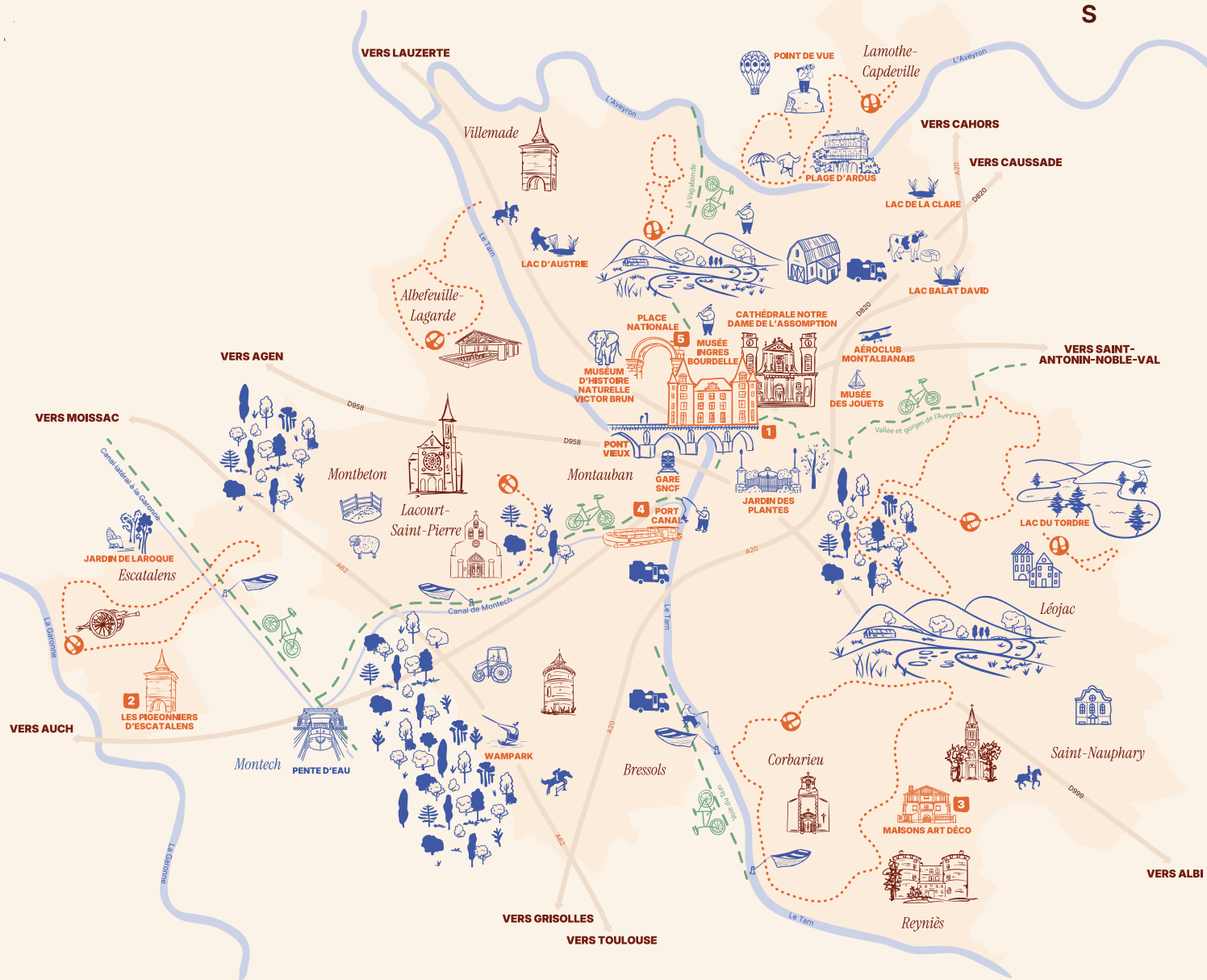
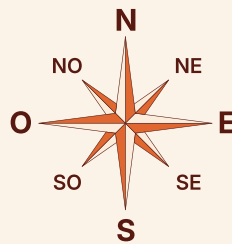
Les partenaires socioprofessionnels sont seuls responsables de leurs crédits photos.

Toutes les informations données dans ce support le sont à titre indicatif et sous réserve de modifications ou de radiations qui interviendraient après la parution de ce magazine.

La responsabilité de l'Office de Tourisme du Grand Montauban ne saurait être engagée pour toute modification.

# Carte Touristique

Du Grand Montauban



## À découvrir DANS LE GRAND MONTAUBAN

### Les incontournables

- 1 Le Musée Ingres Bourdelle
- 2 Les pigeonniers d'Escatalens
- 3 Les maisons Art Déco de Reyniès
- 4 Port Canal
- 5 La place Nationale

### Balades à vélo



### Randonnées



### Haltes nautiques



### Lacs / points d'eau



### Aires de Camping-Car



### Centres équestres



### Villes et patrimoine



### Gare SNCF

