



Fiche Technique

Traversée en pays Cathare

Des vignobles des Corbières aux mystérieuses forêts ariégeoises, vous cheminerez sur des itinéraires propices à la rêverie. Chemins chargés d'histoire, véritables liens entre Méditerranée et Pyrénées, jalonnés par les "Citadelles du vertige" : Aguilar, Padern, Quéribus, Peyreperouse, Puilaurens, Puivert, Montségur... Et c'est l'esprit libre que vous randonnerez en profitant d'un transfert pour Quillan en fin de séjour.

PROGRAMME

Jour 1 : Vingrau - Tuchan

Rendez-vous à 10H à la gare SNCF de Quillan. Transfert au village de Vingrau.

Important : Prévoyez votre pique-nique avant la prise en charge à 10H à Quillan.

Premier contact avec les Corbières "lumières & authenticité". Du pittoresque village de Vingrau, montée au château d'Aguilar puis descente sur le village de Tuchan, renommé pour ses vins.

HEURES DE MARCHÉ : 4h30 + 30 mn de visite

DÉNIVELÉ + : 350 m

DÉNIVELÉ - : 350 m

ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages

Jour 2 : Tuchan - Cucugnan

Entre vignobles, gorges et garrigue, découverte du château de Padern.

Montée au château de Quéribus et descente au village de Cucugnan, célèbre pour son curé.

Transfert à Duilhac.

HEURES DE MARCHÉ : 5h40 + 1h00 de visite

DÉNIVELÉ + : 650 m

DÉNIVELÉ - : 500 m

ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages

Jour 3 : Duilhac - Gorges de Galamus

Montée au château de Peyrepertuse: "la Carcassonne céleste".

Superbe itinéraire vers les gorges de Galamus. Transfert à Labastide.

Nuit dans un hameau du XV^{ème} siècle à Labastide.

HEURES DE MARCHÉ : 5h30 + 1h00 de visite

DÉNIVELÉ + : 600 m

DÉNIVELÉ - : 550 m

ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages

Jour 4 : Labastide - Château de Puilaurens

Sur les contreforts du pic de Bugarach et par la vallée de la Boulzane, randonnée à Puylaurens "Château du Fenouillèdes".

Transfert et nuit à Quillan.

HEURES DE MARCHÉ : 5h30 + 1h00 de visite

DÉNIVELÉ + : 600 m

DÉNIVELÉ - : 630 m

ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages

Jour 5 : Quillan - Puivert.

Agréable montée vers le pays du Quercorb ancienne "terre privilège" et son château des troubadours, à Puivert.

HEURES DE MARCHÉ : 5h00 + 1h00 de visite

DÉNIVELÉ + : 530 m

DÉNIVELÉ - : 350 m

ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages

Jour 6 : Bélesta - Montségur

Transfert à Bélesta. Randonnée de Bélesta à Montségur par la croix de Morenci, superbe balcon sur l'imprenable pog.

Montée au château de Montségur, puis descente sur le village.

Nuit à Montségur ou Quillan.

HEURES DE MARCHÉ : 5h00 + 1h00 de visite

DÉNIVELÉ + : 850 m

DÉNIVELÉ - : 400 m

ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages

Jour 7 : fin du séjour

Transfert après le petit-déjeuner.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Rendez-vous le jour 1 à 10h en gare de Quillan.
Transfert en navette/taxi jusqu'au village de Vingrau.

ACCES :

En train :

Gare d'accueil Quillan (11). Horaires et tarifs : Tél. 36 35 ou <http://www.voyages-sncf.com/>

En voiture :

Depuis Toulouse : suivre l'autoroute A61 direction Carcassonne/Montpellier et à proximité de Villefranche de Lauragais, prendre l'autoroute A66 direction Andorre/Pamiers/Foix. Continuer sur la N20, passer Foix. Peu après la sortie du tunnel, prendre la D117 direction Lavelanet/Quillan, la suivre jusqu'à Quillan. Carte Michelin Local 1/150 000e n°344

Depuis Montpellier : suivre l'autoroute A9 jusqu'à Narbonne, prendre ensuite l'autoroute A61 direction Toulouse. Sortir à Carcassonne Ouest et prendre la D 118 jusqu'à Quillan via Limoux. Carte Michelin Local 1/150 000e n°344

Parkings :

Gratuit à la gare SNCF de Quillan. - Gardé à Quillan (environ 30€ la semaine payable sur place, nous consulter)

Veuillez vous renseigner auprès de l'office du tourisme pour savoir si des manifestations (fêtes, marchés...) seront organisées sur votre lieu de stationnement.

DISPERSION

Fin du séjour le jour 7 vers 10h en gare SNCF de Quillan.

NIVEAU

NIVEAU MOYEN :

Dénivelés : une moyenne de 600 m de dénivelés positif par jour

Temps de marche : 5h en moyenne par jour

Terrain : sentiers parfois caillouteux, pistes, chemins.

Altitude minimale et maximale : 150 m / 1 210m

HEBERGEMENT

En chambre de 1, 2 ou 3 personnes en hôtel et en auberge.

Nuit en hôtel, auberge et chambre d'hôtes :

En chambres privatives, ici c'est le confort qui prime.

Le plus souvent, vous profiterez d'une douche et de sanitaires individuels présents dans votre chambre.

Ces hébergements indépendants et familiaux sont gérés par des personnes accueillantes et passionnées par leur métier.

Le linge de toilette est fourni.

Séjour en demi-pension (dîner + petit-déjeuner).

Les boissons et les repas de midi ne sont pas compris.

Selon les parcours, vous pourrez soit déjeuner le long du chemin, soit vous ravitailler dans la journée ou le soir à l'étape, soit commander des pique-niques auprès de vos hôtes.

Les repas du soir sont la plupart du temps composés du menu du jour (pas de choix de menu).

Les chiens ne sont pas acceptés.

Les coordonnées des hébergements vous seront fournies avec votre dossier de voyage.

TRANSFERTS INTERNES

- Jour 1 de Quillan à Vingrau (1 h 10)
- Jour 2 de Cucugnan à Duilhac-sous-Peyrepertuse (10 min)
- Jour 3 des gorges de Galamus à Labastide-de-Camps (15 min)
- Jour 4 du château de Puilaurens à Quillan (25 min)
- Jour 6 de Puivert à Bélesta (15 min)
- Jour 7 de Montségur à Quillan (1 h)

Les temps de trajet sont donnés à titre indicatif, ils restent dépendants d'événements incontrôlables et imprévisibles (conditions météo, de circulation, etc.).

Les transferts routiers sont assurés par des taxis ou des transporteurs privés

PORTAGE DES BAGAGES

Portage des affaires personnelles pour la journée de marche.

Les bagages sont transportés par véhicule entre les étapes.

Prévoir un bagage suiveur facilement maniable de 10 kg maximum. Pour organiser au mieux la logistique nous vous prions d'indiquer sur vos bagages (étiquettes fournies) le nom de la personne responsable du groupe (qui a réservé la randonnée).

GROUPE

contenugroupe

ENCADREMENT

contenuencadrement

MATERIEL FOURNI

contenumaterielfourn

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Le bagage suiveur :

Pour les affaires qui suivent entre les hébergements, prévoir un seul bagage suiveur (sac souple de 10 kg maximum) par personne en évitant les valises rigides autant que possible.

Le sac à dos :

Pour les affaires de la journée (+/- 30 litres).

- Fond de sac (vêtement de pluie, vêtement chaud, lunettes de soleil, crème solaire, trousse à pharmacie, nécessaire de pique-nique)
- Pique-nique du jour et de l'eau en quantité suffisante
- Affaires personnelles (papiers d'identité, carte européenne d'assurance maladie pour les circuits en Espagne et en Andorre, guide faune et flore, appareil photo, etc.)
- Pour les circuits liberté, dossier de voyage avec cartes, topoguide, boussole, téléphone portable (batterie chargée), coordonnées des hébergement, numéro d'urgence.

Le pique-nique :

- Gobelet
- Une boîte hermétique en plastique (environ 0,8 l)
- Couverts légers (fourchette, couteau pliant)
- Gourde (1,5 l minimum) ou poche à eau selon votre préférence

Les chaussures :

C'est l'un des éléments les plus importants. Elles doivent être avant tout confortables, imperméables et respirantes. Un bon maintien de la cheville est indispensable. Si vous devez acheter une nouvelle paire, nous vous conseillons d'essayer vos chaussures avant de commencer votre séjour. Ne prenez pas une pointure trop petite, car vos pieds auront tendance à gonfler pendant la marche. Prévoir des chaussures à tiges hautes, avec une semelle de type Vibram avec une bonne accroche. Attention à vos chaussures restées trop longtemps dans un placard, au bout d'un certain temps les semelles se décolent et les coutures peuvent se déchirer.

Les vêtements et équipement spécifiques pour la randonnée :

- Veste coupe-vent imperméable (type goretex) ou cape de pluie
- Vêtement chaud (veste polaire ou pull)
- Pantalon pour la marche, short, tee-shirt (privilégiez des matières respirantes)
- Protection solaire (lunettes, chapeau ou casquette, crème, stick à lèvres)
- Gants fins et bonnet
- Mini-pharmacie : médicaments personnels, compeed pour les ampoules, élastoplaste, gaze, désinfectant, antalgique, biafine, arnica (crème ou granules), une couverture de survie...

Et pourquoi pas :

- Bâtons de marche télescopiques qui favorisent la stabilité et soulagent les articulations
- Guêtres ou "stop-tout" très efficaces par temps de pluie ou simplement dans l'herbe humide

LE PRIX COMPREND

- Frais d'inscription et d'organisation
- Hébergement en demi-pension
- Transport des bagages
- Transferts prévus au programme
- Dossier de voyage avec cartes, topoguide, traces GPS

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Acheminement jusqu'aux lieux de rendez-vous et séparation
- Pique-niques
- Boissons pendant et en dehors des repas
- Visites
- Assurances
- Tout ce qui n'est pas mentionné dans "le prix comprend"