

D'Aguilar, poétique repère au milieu des buis, à Montségur, dernier refuge de l'église cathare au XIII^e siècle, en passant par Quéribus, donjon né du rocher : vous traverserez des paysages variés.

Dans les Corbières sauvages, terre sèche et rocailleuse, les vignes vert tendre au printemps, flamboyantes à l'automne, se dessinent en paliers sur le bleu des montagnes. De là, vous cheminerez, par des gorges surprenantes, jusqu'aux forêts profondes et calmes de l'Ariège, plus secrètes et recueillies. Le soleil et le vent qui fait défiler les nuages s'unissent pour faire de ces paysages entre terre et ciel des lieux changeants et magiques, écrivains parfaits pour ces murs chargés d'histoire, et qui ont abrité un temps des bonhommes qui se voulaient "parfaits".

Vos pas vous porteront à la rencontre de ce pays âpre et contrasté, mais dont l'accueil généreux, jusque sur sa table, saura vous conquérir.

► Repères

Début du séjour : le dimanche à 9 h à Foix

Fin du séjour : le samedi vers 10 h à Foix

Hébergement : en gîte d'étape

Niveau 3 : 400 à 700 m de dénivelé positif et 5 à 6 heures de marche par jour

Portage : affaires pour la journée

Encadrement : accompagnateur en montagne diplômé spécialiste de l'histoire cathare

Groupe : 4 à 12 personnes

Prix 715 €

Supplément chambre de 2 : 110 €

Dates : d'avril à octobre

Le programme jour par jour

Jour 1 : Rendez-vous à Foix. Transfert à Tuchan. Premier contact avec les Corbières sauvages et lumineuses. Visite du plus oriental des promontoires, au pied du Mont Tauch : le méconnu château d'Aguilar. Nuit à Tuchan.

4 heures de marche et 0h45 de visite, + 500 m ; - 400 m de dénivelé.

Jour 2 : randonnée entre vignobles du Fitou et gorges calcaires couvertes de garrigue odorante. Visite du château de Quéribus "véritable donjon des Pyrénées". Descente sur le village de Cucugnan, où vous attend le sermon de son homme d'église. Nuit à Duilhac-sous-Peyrepertuse.

6 heures de marche et 1h de visite, + 600 m ; - 800 m de dénivelé.

Jour 3 : visite du château de Peyrepertuse, spectaculaire vaisseau échoué en plein ciel. Par d'anciens chemins autrefois empruntés par bergers et colporteurs, superbe randonnée jusqu'aux profondes gorges de Galamus. Nuit à Labastide-de-Camps, dans un hameau du XV^e siècle.

5 heures de marche et 1h30 de visite, +600 m ; - 600 m de dénivelé.

Jour 4 : les prairies bordées de sapins alternent avec les profondes hêtraies, sous l'œil bienveillant du maître local : le Pech de Bugarach (1230 m). Belle traversée de pâturages verdoyants avant de plonger dans le maquis, auquel succèdera les belles sapinières de l'Aude. Nous découvrons alors, au milieu des vautours, l'élégante forteresse du château de Puilaurens juchée sur son piton imprenable. Transfert vers le village de Puivert, au cœur du pays du Quercorb ancienne "terre privilège". Nuit à Puivert.

5 heures 30 de marche (et 1h de visite), +650 m ; - 600 m de dénivelé

Jour 5 : visite du musée du Quercorb ou du château de Puivert selon la période. Petit transfert sur le plateau de Sault. Randonnée en balcon sur les crêtes de Langarail et les immenses sapinières de Comus, signe du climat montagnard désormais tout proche. Nuit à 1200 m d'altitude dans le petit village de montagne de Comus, en pays d'Aillou.

5 à 6 heures de marche, + 450 m ; - 250 m de dénivelé.

Jour 6 : descente par les gorges de la Frau, puis nous rejoindrons Montségur par le col du Liam. Ascension du pog et visite du château, citadelle imprenable et dernier refuge de l'église cathare. Nuit à Montségur.

5 heures de marche et 1h30 de visite, + 700 m ; - 1000 m de dénivelé

Jour 7 : petit transfert à Foix après le petit-déjeuner.

► Nota bene

La durée est donnée à titre indicatif et correspond aux heures effectives de marche (hors pauses).

L'accompagnateur peut décider de modifier les parcours décrits plus haut (cas de force majeure, conditions météo, nombre et/ou niveau des participants, etc.). Dans tous les cas, ayez confiance car ces éventuelles modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité ou votre confort.

Accès

Rendez-vous : le dimanche à 9H en gare SNCF de Foix (09). En cas de problème ou retard, appelez le numéro d'urgence fourni dans les documents de voyage.

Fin du séjour : le samedi vers 10H en gare SNCF de Foix (09).

Arriver sur place:

- En train : gare d'accueil Foix (09). Horaires et tarifs : Tél. 36 35 ou <http://www.voyages-sncf.com>
- Par la route : depuis Toulouse, suivre l'autoroute A61 direction Carcassonne puis après 25 Km environ, prendre l'A66 en direction de Andorre/Pamiers/Foix. Rejoindre alors la gare SNCF de Foix.
- Par la route : depuis Montpellier, suivre l'autoroute A9 jusqu'à Narbonne, prendre ensuite l'autoroute A61 direction Toulouse, suivre ensuite l'A66 en direction de Andorre/Pamiers/Foix. Rejoindre alors la gare SNCF de Foix.

▷ Covoiturage

Le cas échéant, veuillez nous indiquer à l'inscription votre souhait de covoiturer ou bien d'être covoituré pour rejoindre le lieu de rendez-vous. Nous vous mettrons en contact par email avec les autres participants intéressés.

Parkings :

- non gardé à la gare SNCF
- plusieurs parkings en centre-ville

Il est prudent de se renseigner pour savoir si des manifestations (fêtes, marchés...) seront organisées sur votre lieu de stationnement.

Arriver la veille :

Réservation à l'avance par vos soins.

À Foix, hôtel Lons (500 m de la gare SNCF), Tél. 05 34 09 28 00.

Hébergement

6 nuits en gîte d'étape.

Les pique-niques du midi seront préparés par nos hôtes du jour. 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.

Niveau 3

En moyenne chaque jour : 600 m de dénivelé positif et 5 heures de marche effectives. Terrain : alternance de bons sentiers (parfois caillouteux) et de pistes et chemins plus larges.

Dénivelé positif maximum : + 700 m
Dénivelé total en montée : + 3 500 m

Dénivelé total en descente : - 3 650 m
Altitude mini / maxi de passage : 150 m / 1 210 m

Portage & Transport 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 (cf. nos conseils sur l'équipement).

Transferts

- Jour 1 de Foix à Vingrau (2 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 Puivert (45 min)
- Jour 5 de Puivert au plateau de Sault (25 min)
- Jour 7 de Montségur à Foix (30 min)

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.

Groupe

4 à 12 personnes.

Dans un souci de convivialité et de sécurité, nous limitons les groupes à 12 participants. Toutefois, le groupe peut exceptionnellement monter à 13 personnes dans le cas où la dernière inscription serait le fait de 2 personnes. Les prestations, les conditions et le prix du séjour resteront dans tous les cas identiques.

La vie de groupe demande parfois de la tolérance, de la patience, un peu de discipline et beaucoup d'humour ! Pensez-y avant de partir en vacances, cela vous aidera à "lâcher prise" et à profiter au mieux de tous les instants. Si vous habitez une région à la gastronomie réputée (ou non), pourquoi ne pas apporter un échantillon de votre terroir à déguster ensemble !

Encadrement

Par un accompagnateur en montagne diplômé (brevet d'Etat) spécialiste de la culture locale.

Tous nos accompagnateurs sont des professionnels passionnés, natifs ou résidant depuis longtemps dans les Pyrénées. Ils sauront vous faire partager ou rencontrer une culture, une histoire, un berger ou un vigneron... un pays. Au détour d'un chemin (ou parfois hors sentier), ils vous feront découvrir l'isard ou le vautour, l'oursin, le cèpe ou la girofle à déguster, la grotte cachée à visiter...

Dates et prix

16/04 au 22/04/17
23/04 au 29/04/17
30/04 au 06/05/17
07/05 au 13/05/17
21/05 au 27/05/17
04/06 au 10/06/17
02/07 au 08/07/17

30/07 au 05/08/17
06/08 au 12/08/17
03/09 au 09/09/17
17/09 au 23/09/17
08/10 au 14/10/17
29/10 au 04/11/17

Prix : 715 € / pers.

Supplément chambre de 2 : 110 € par personne

Le prix comprend :

- Frais d'organisation
- Hébergement en pension complète
- Transport des bagages
- Transferts prévus au programme
- Encadrement par un accompagnateur (B.E.)
- Visites : châteaux d'Aguilar, Quéribus, Peyrepertuse, Puilaurens et Montségur, musée du Quercorb à Puivert

Le prix ne comprend pas :

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

Équipement à prévoir

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 couchage en dortoir (pour les circuits avec nuits en gîte ou refuge)

- Drap de sac ou drap cousu type "sac à viande" (couvertures fournies)
- Nécessaire de toilette, serviette
- Bouchons d'oreille
- Lampe de poche ou frontale

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.)

Le pique-nique

- Gobelet ou quart
- 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 décollent 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)
- Maillot de bain (baignade sous votre responsabilité)
- 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

Bibliographie

- *Traversée cathare* de Laurent Quivogne. <http://www.editionsparticulieres.com>. Récit de voyage écrit suite à un séjour de randonnée avec notre organisation.
- *Les citadelles du vertige* de Michel Roquebert
- *Le vrai visage du catharisme* de Anne Brenon
- *Dictionnaire des Pyrénées* de André Levy
- *Les Pyrénées* de Claude Dendaletche
- *La grande flore illustrée des Pyrénées* de Marcel Saule

Conditions d'annulation

En cas d'annulation de votre part à plus de 30 jours du départ, Randonades rembourse l'intégralité du prix du séjour sous déduction de frais de dossier forfaitaires de 50 € par personne. À partir de 30 jours avant le départ, des frais d'annulation seront appliqués et calculés selon le barème suivant (par personne) en fonction de la date d'annulation :

- de 30 à 22 jours : 25% du prix du séjour
- de 21 à 15 jours : 50% du prix du séjour
- de 14 à 8 jours : 75% du prix du séjour

- de 7 à 2 jours : 90% du prix du séjour
 - moins de 2 jours : 100% du prix du séjour
- En cas de souscription à une assurance annulation, les frais d'annulation vous seront remboursés. Les primes d'assurance ne sont pas remboursables.

L'abandon de votre part au cours de la randonnée ne donne droit à aucun remboursement.

Assurances

À l'inscription, vous pouvez souscrire à une ou plusieurs assurances (assistance / rapatriement, annulation, interruption de séjour, bagages) qui s'ajoutent au prix du séjour ; conditions générales des contrats consultables sur : <http://www.randonades.com/sejour-randonnee/comment-sinscrire>

L'assurance annulation

Comprend le remboursement des sommes retenues en cas d'annulation de voyage justifiée avant le départ.

L'assurance assistance / rapatriement

Comprend l'assistance aux personnes en cas de maladie ou d'accident pendant le séjour.

L'assurance interruption de séjour

Comprend le remboursement des prestations non consommées en cas d'abandon justifié pendant le séjour.

L'assurance bagages (jusqu'à 1525€)

Comprend le remboursement en cas de vol, détérioration ou perte de vos bagages pendant le séjour.

Responsabilité

Les renseignements indiqués sur nos fiches techniques sont donnés à titre indicatif et ne peuvent engager notre responsabilité. Chaque participant doit se conformer aux règles de prudence et de sécurité données par l'accompagnateur. Randonades se réserve le droit d'exclure à tout moment une personne dont le comportement compromet la sécurité ou le bien-être du groupe ainsi que de modifier, si les circonstances l'exigent, les itinéraires ou certaines prestations du programme, directement ou par l'intermédiaire de l'accompagnateur qui reste seul juge sur le terrain. Aucune indemnité ne saurait être due.

- Pour être contacté pendant votre séjour, faites appeler le 04.68.96.16.03, nous transmettrons les coordonnées de votre hébergement du jour.

RANDONADES – 30, allée Arago – F-66500 PRADES – Tél. (33) 04 68 96 16 03 – Fax (33) 04 68 05 29 44
randonades@wanadoo.fr – www.randonades.com
n° Siret 450 612 668 00027 – Agence de voyages Licence LI06609001- IM066100022
Assurance RC : MMA BP27 69921 OULLINS – Garantie financière : Groupama caution

