



### Traversée du Pays cathare, les citadelles du vertige



*Des Corbières ensoleillées aux forêts profondes de l'Ariège, c'est un cheminement jalonné par les «Citadelles du Vertige» : Quéribus, Peyrepertuse, Puylaurens, Puivert, Montségur, Roquefixade.*

**7 jours - 6 nuits - 6 jours de marche**

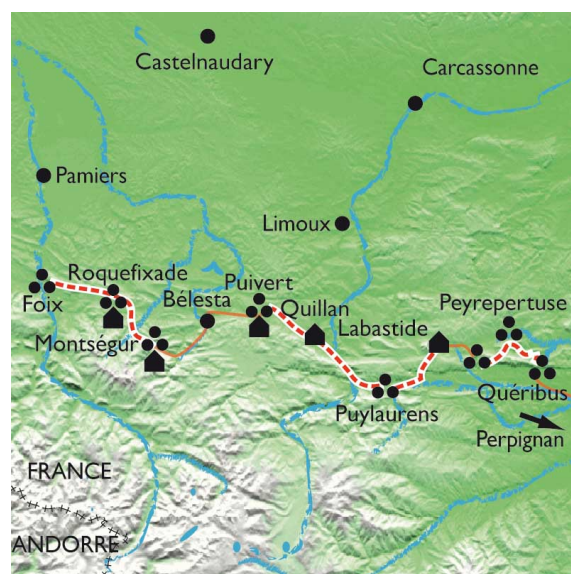
- Départ garanti à partir de 1
- Séjour itinérant
- Sans portage
- Liberté

Code voyage :  
**FP2PCAT**



### Les points forts

- Les plus prestigieux châteaux du Pays Cathare
- Départ des Corbières... arrivée splendide à Foix et son château



*Avant votre départ, pensez à vérifier la validité de la fiche technique sur notre site web.*

[http://www.labalaguere.com/randonnee\\_chateaux\\_cathares.html](http://www.labalaguere.com/randonnee_chateaux_cathares.html)

*À la découverte d'une histoire passionnante, en suivant les sentiers qu'empruntèrent les Parfaits, voilà plus de huit siècles, de château en château. Une véritable épopée en **Pays Cathare**, à la recherche de la protection de ces vertigineux nids d'aigles, placés sur des pitons inexpugnables, dominant des paysages spectaculaires issus d'un parcours extrêmement varié. Des **vignes du Rivesaltes** aux neiges du **Saint Barthélémy**, vous découvrirez une région pleine de charme et beauté où la randonnée est toujours plaisante et où l'accueil garde encore tout son sens.*

## ■ PROGRAMME

---

### EN GUISE DE PRÉSENTATION

Ce territoire est situé au Sud-Est du département de l'Aude, au sein des contreforts montagneux des Hautes Corbières, à 35 km de la Méditerranée et au pied du massif pyrénéen.

Le climat méditerranéen de ce pays de soleil et de vent, en caressant les reliefs, donne au paysage un aspect fort et tourmenté. Nature sauvage, crêtes calcaires, pentes couvertes de garrigue odorante, bosquets ombragés contrastent avec l'aspect plus ordonné du vignoble de la vallée.

Au Moyen Age, le massif des Hautes Corbières constituait avec ses forteresses, la "marche d'Espagne", frontière avec le royaume d'Aragon. Les vestiges des prestigieux châteaux : Aguilar, Quéribus, Padern et Peyrepertuse sont tous témoins de la fabuleuse épopée cathare.

De la préhistoire à nos jours, chaque village recèle des empreintes de la petite et de la grande histoire.

### JOUR 1

Rendez-vous à Quillan ou à Perpignan. Transfert au fier **château de Quéribus**. Randonnée à Rouffiac, au pied de Peyrepertuse.

**Temps de marche : 3h30. Dénivelé : + 300m / - 500m. Temps transfert : environs 1h.**

### JOUR 2

Montée à l'immense château de **Peyrepertuse**. À travers la garrigue, randonnée par de vieux chemins de bergers jusqu'aux profondes **gorges de Galamus** aux parois de calcaire blanc et leur ermitage perché. Transfert au joli hameau de **Labastide**, nuit dans un lieu insolite et remarquable pour son accueil.

**Temps de marche : 5h10. Dénivelé : + 550m / - 550m.**

### JOUR 3

Par les crêtes des **Corbières** à très larges panoramas vers l'élégant château de **Puylaurens**. Visite du château, puis transfert à **Quillan**.

**Temps de marche : 6h30. Dénivelé : + 700m / - 800m.**

### JOUR 4

Montée à Coudons, descente sur **Nebias**, traversée de la forêt magique et son **Labyrinthe Vert**, arrivée à **Puivert** par son château de troubadours.

**Temps de marche : 5h. Dénivelé : + 700m / - 100m.**

### JOUR 5

Transfert au village de **Montségur**. Montée et visite du **château**. Puis randonnée par la forêt de Mondini jusqu'à **Roquefixade** et son château perché baigné de soleil, perché sur une crête au panorama éblouissant.

Temps de marche : 6h. Dénivelé : + 650m / - 900m. Temps transfert : 30min.

## **JOUR 6**

Visite du château de **Roquefixade**. Superbe étape toute en crête face aux Pyrénées jusqu'au château et à la cité des comtes de Foix.

Temps de marche : 4h30. Dénivelé : + 400m / - 800m.

## **JOUR 7**

En fonction de l'option choisie, fin du séjour le matin à Foix, Quillan ou Perpignan

Temps transfert : 1h ou 2h.

*Des éléments indépendants de notre volonté (météo, niveau du groupe, aléa logistique, divers...) peuvent amener notre équipe à modifier le programme. Nous demeurerons attentifs à votre satisfaction mais votre sécurité sera systématiquement privilégiée.*

Possibilité de visiter le château de Foix jusqu'à 18h30 l'été, et 18h aux autres périodes.

## ■ **INFOS PRATIQUES**

---

### **DATES DE PROGRAMMATION**

À votre convenance d'avril à fin octobre

### **RENDEZ-VOUS**

A 10h30 en gare de Perpignan, sortie gare historique, plaça Salvador Dali ou à Quillan devant la gare SNCF.

### **FIN DU SÉJOUR**

Le matin à Foix, Quillan ou Perpignan.

### **ACCÈS AU LIEU DE RV**

**En train:** si vous venez en train, nous vous préconisons plutôt de choisir un rendez-vous à Perpignan, mais il est aussi possible d'avoir un rendez-vous à Quillan. Pour plus de renseignements sur les horaires de train, appelez la SNCF au 36 35.

Aller :

- Si rendez-vous Quillan : liaison SNCF de Carcassonne à la gare de Quillan. Généralement bus le matin ou train en fin de matinée et après-midi.
- Si rendez-vous Perpignan : trains SNCF pour Perpignan en provenance des grandes villes.

Retour :

- Si dispersion Foix : train pour Paris (le plus souvent via Toulouse) ou pour d'autres villes.
- Si dispersion Perpignan : ne prenez pas un train trop matinal, le transfert à Perpignan est assez long.
- Si dispersion Quillan : train ou bus SNCF pour Carcassonne puis train.

**En voiture :** si vous venez en voiture, nous vous préconisons plutôt de choisir un rendez-vous / dispersion à Quillan.

RD 117 Perpignan- Quillan ou R.D. 118 Carcassonne - Quillan. Carte Michelin N86.

**En avion :**

- Si rendez-vous Perpignan : nous pouvons venir vous chercher et vous ramener à l'aéroport de Perpignan - Rivesaltes ; merci de nous le préciser dès votre inscription (préciser option Perpignan aéroport / Perpignan aéroport ; prix et horaires identiques au rendez-vous Perpignan Gare SNCF).
- Si rendez-vous Quillan : de l'aéroport de Carcassonne, il y a possibilité de rejoindre Quillan en train et / ou bus.

## **PARKING**

Si vous arrivez en voiture à Perpignan, vous pouvez consulter les possibilités de stationnement sur ce site : <http://www.perpignantourisme.com/pratique/parkings>.

Si vous arrivez en voiture à Quillan, vous pouvez garer votre voiture au Parking de la Place de la Gare ou dans certaines petites rues de la ville.

## **SI VOUS DESIREZ ARRIVER LA VEILLE OU RESTER APRES LE SEJOUR :**

**Adresse d'hébergement à proximité du point de rendez-vous :**

- Hôtel\*\* Paris-Barcelone (<http://www.hotel-paris-bcn.fr/>), 1 av. du Général de Gaulle, à Perpignan. Très pratique, situé juste en face de la gare SNCF (sortie place Salvador Dali). Tél : 04 68 34 42 60. Mail : [contact@hotel-paris-bcn.fr](mailto:contact@hotel-paris-bcn.fr)

- Chambres d'hôtes Nidelize ([www.nidelize.com](http://www.nidelize.com)), 28 bd Jean Bourrel à Quillan, Tel: 09 63 40 15 10 Mail: [reserv@nidelize.com](mailto:reserv@nidelize.com)

## **DÉPART GARANTI À PARTIR DE (PERS.)**

1

## **NIVEAU**

Randonnée de 4 à 6 heures 30 avec un dénivelé de 300 à 700 m sur des sentiers faciles.

## **PORTAGE**

Vous ne porterez que vos affaires de la journée ; vos bagages seront transportés en véhicule par nos soins

## **HÉBERGEMENT**

1 nuit en hôtel équivalent\*\*, 1 nuit en hôtel\*\*\*, 4 nuits en chambres doubles avec douche/WC au sein de gîte d'étape.

Chiens non acceptés

## **REPAS**

Les repas de midi ne sont pas compris dans le tarif. Vous pouvez vous-même confectionner vos pique-niques ou bien les commander la veille pour le lendemain auprès des hébergeurs (paiement sur place).

## **DÉPLACEMENTS**

En fonction des effectifs, les transferts sont effectués en taxis, bus ou minibus.

## **LE PRIX COMPREND**

6 nuits en demi-pension, le transport des bagages, 1 carnet de voyage avec topoguide et 2 cartes IGN pour 1 à 4 personnes, 1 livret Cathares de La Balaguère, les transferts prévus en cours de séjour.

## LE PRIX NE COMPREND PAS

Les visites (env. 5€/château), les repas de midi, les frais d'inscription et l'assurance.

## FORMALITES\_FT

Carte d'identité ou passeport en cours de validité. N'oubliez pas dans votre sac à dos le contrat d'assistance-rapatriement.

## CONTENU POCHETTE VOYAGE

Dans le mois précédant le départ et après réception du solde de votre séjour, nous vous enverrons une pochette voyage comprenant tous les documents nécessaires à la réalisation de votre randonnée : une fiche pratique détaillant le déroulement de votre séjour (horaires de rendez-vous, transferts, contacts et adresses des hébergements...) un topoguide détaillant votre itinéraire et le plus souvent complété d'informations culturelles, naturalistes etc., cartes (parfois intégrées au topoguide), ainsi que les documents contractuels (facture, contrat d'assurance) et des étiquettes pour vos bagages. Sur certains séjours ou à certaines périodes, nous pouvons être contraints d'expédier votre pochette à l'hébergement du premier jour ; nous vous en informerons aussi tôt que possible.

## ■ ÉQUIPEMENT

---

### CONSEILS POUR LE CHOIX DE VOTRE ÉQUIPEMENT

**Pour le haut du corps** : quelle que soit la région ou la saison, le principe des 3 couches respirantes (Tee-shirts - pull ou veste chaude - surveste imperméable/coupe-vent) permet de répondre à la plupart des situations.

Opter pour des vêtements qui sèchent rapidement -fibres synthétiques- et proscrire le coton (séchage trop lent => inconfortable). La laine est une fibre naturelle qui possède aussi d'excellentes qualités et qui, grâce aux nouveaux procédés de fabrication, connaît un retour en force dans la confection des vêtements Outdoor.

Pensez à vous couvrir avant d'avoir froid, mais surtout à vous découvrir avant d'avoir trop chaud : la sueur est l'ennemi du randonneur -surtout en hiver- car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés. Proscrire les anoraks, qui peuvent transformer une agréable randonnée en véritable calvaire !

**Pour le bas du corps** : shorts et pantalons en toile solide, en matière synthétique, permettent aussi un séchage rapide et procurent donc plus de confort.

Apportez un soin particulier au choix des chaussettes : prenez des chaussettes de randonnée, renforcées (solidité) et à coutures plates (pour éviter les ampoules). En hiver, choisissez des chaussettes chaudes. Dans ce domaine aussi, proscrire le coton.

### LES BAGAGES

Pour votre séjour, prévoyez :

- 1 sac de voyage par personne (ou valise à roulette). Ne prenez pas un bagage trop volumineux afin d'éviter des soucis d'encombrement du bus ou d'organisation logistique.

Sur les séjours itinérants ou semi-itinérants, limitez également le poids à 10-12 kgs, car l'accès malaisé à certains hébergements pourrait compromettre la livraison des bagages.

Évitez absolument d'y laisser des objets fragiles et/ou de valeur.

- 1 sac à dos de 35-40 litres environ, avec ceinture ventrale et un dos bien aéré pour votre confort

### LES VETEMENTS

- 1 chapeau, ou casquette, ou foulard
- 1 bonnet, ou bandeau en polaire et/ou un tour de cou
- 1 paire de gants chauds
- des tee-shirts en matière respirante à manches courtes (1 tous les 2-3 jours) et 1 ou 2 à manches longues
- 1 veste chaude type polaire (voire déperlante type "softshell") ou type "primaloft" (chaud et compressible)
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type "gore-tex" avec capuche
- 1 pantalon de trekking solide et déperlant
- 1 short ou short 3/4, confortable et solide
- des sous-vêtements
- 1 maillot de bain et 1 serviette qui sèche rapidement (facultatif en vue d'éventuelles baignades)
- des chaussettes de randonnée (au moins 1 paire tous les 2 jours) à bouclettes, en synthétique et/ou en laine
- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, à semelle type "Vibram". À éprouver impérativement avant votre séjour.
- 1 paire de guêtres (facultatif)
- des vêtements et chaussures confortables pour le soir

## **LE MATERIEL A EMPORTER**

- 1 grand sac plastique à glisser dans votre sac à dos afin de protéger vos affaires des intempéries et/ou 1 sur-sac
- 1 pochette étanche avec : votre contrat d'assistance, vos papiers d'identité, carte vitale et tout autre document mentionné dans la rubrique formalités
- 1 protège-carte étanche (qui peut aussi servir de pochette étanche pour les documents mentionnés précédemment)
- 1 boussole
- 1 GPS (facultatif)
- 1 parapluie solide et léger (facultatif mais très utile en cas de pluie)
- 1 paire de bâtons (facultatif)
- 1 paire de lunettes de soleil de bonne qualité (protection niveau 3) couvrant bien les côtés + crème solaire avec un bon indice de protection et écran labial (le tout systématiquement dans le sac à dos)
- 1 gourde isotherme ou aluminium de 1,5 litre mini ou gourde souple type Platypus (déconseillée en hiver) ou une simple bouteille en plastique
- 1 petit thermos 50 cl (facultatif et surtout utile en hiver si vous souhaitez amener thé, café...)
- 1 gobelet plastique ou aluminium avec anse isolée
- 1 couteau de poche pliant (type Opinel)
- pour le pique-nique : couverts et 1 boîte plastique de 0,5 litre minimum type Tuperwear (utile si vous souhaitez emporter des salades pour votre pique-nique)
- nécessaire de toilette
- boules Quiès ou tampons Ear (contre les ronflements de voisinage ou autres nuisances sonores)
- des mouchoirs
- du papier toilette

- 1 briquet (attention à ne pas provoquer d'incendie ; donc à n'utiliser qu'en cas de nécessité et avec un maximum de précautions)
- 1 frontale ou lampe de poche + couverture de survie : à mettre systématiquement dans le sac à dos, un retard imprévu suite à un incident peut subvenir même au cours d'une randonnée facile
- des lunettes de rechange (si vous portez des lunettes de vue)
- appareil photo, jumelles, matériel de peinture... (facultatif)

## **LA PHARMACIE**

Prévenez vos compagnons de voyage de toute maladie, traitement ou autre allergie qui pourraient compliquer une prise en charge médicale en cas d'incident, ou tout malaise éventuel qui pourrait vous arriver en cours de randonnée

- vos médicaments habituels
- médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- médicaments contre les troubles digestifs
- pastilles contre le mal de gorge
- bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 5 ou 8 cm de large x 2,5 m.
- pansements type Steri-Strip
- jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- double peau (type Compeed ou SOS ampoules)
- pince à épiler
- petits ciseaux
- vitamine C
- pince à écharde
- gel désinfectant utile pour se laver/désinfecter les mains (type "Stérilium gel")

## **AUTRES PRÉCISIONS**

*N'oubliez ni votre bonne humeur, ni votre curiosité !*

## **■ EN SAVOIR PLUS...**

---

### **BIBLIOGRAPHIE**

- Les Cathares Vie et mort d'une Eglise chrétienne de Anne Brenon
- Le Pays Cathare - Découvrir - Editions MSM

### **ADRESSES UTILES**

- Office du Tourisme de Quillan, Tel : 04 68 20 07 78
- Office du Tourisme de Carcassonne, Tel : 04 68 10 24 30

## **■ ASSURANCES**

---

*Conformément à la réglementation de notre profession, La Balaguère est assurée en Responsabilité Civile Professionnelle. Cependant, chaque participant doit être titulaire d'une responsabilité civile individuelle ainsi que d'une garantie individuelle multirisque dans le but de se protéger des incidents ou accidents pouvant survenir avant ou pendant la randonnée ou le voyage.*

Nous vous rappelons qu'une carte de crédit ne couvre en général que l'assistance rapatriement et pas l'annulation de votre voyage, et ce, à condition d'avoir utilisé cette carte pour payer l'intégralité du voyage.

Nous vous proposons 3 formules d'assurance au choix à souscrire au moment de l'inscription.

Forfait N°1 : assurance annulation simple à 2,5 %

Cette assurance permet le remboursement des sommes engagées (à l'exclusion des frais d'inscription et du coût de l'assurance) en cas d'**annulation** liée à l'une des causes ci-après : **accident grave, maladie ou décès** de l'assuré, de son conjoint ou de l'accompagnant, ainsi que de certains membres de leur famille.

Forfait N°2 : assurance annulation simple ET assistance/rapatriement à 3,7 %

Cette assurance permet, en plus des garanties décrites dans le forfait N°1,

- de profiter de **prestations d'assistance** en cas de maladie ou blessure au cours du voyage ainsi que la **prise en charge de votre rapatriement** à votre domicile si nécessaire.
- d'être remboursé au prorata temporis (hors frais de transport et avec un délai de carence) en cas d'**interruption de séjour** suite à un accident, au décès d'un proche ou à certains sinistres.

Forfait N°3 : forfait "super multi-risques" : 4,8 %

Cette assurance propose, en plus des garanties décrites dans les forfaits N°1 et N°2,

- une garantie annulation plus étendue avec le remboursement des sommes engagées (déduction faite d'une franchise) en cas d'**annulation pour toute cause justifiée** y compris le **départ impossible** lié à un cas de force majeure
- la prise en charge d'une partie des frais sur place en cas de **retour impossible** lié à un cas de force majeure
- un dédommagement (plafonné) pour la **perte, le vol ou la destruction de bagages**
- le paiement d'une indemnité pour un **retard de livraison de bagages** de plus de 48H

Vous recevrez avec la confirmation de votre inscription un extrait des conditions générales du contrat choisi. Veuillez le lire attentivement pour connaître les exclusions au contrat, les montants des franchises, les formalités de déclaration. Emportez ce document avec vous lors de votre voyage. La durée de validité de toutes les garanties correspond aux dates de voyage indiquées sur la facture et ne s'applique qu'aux prestations vendues. Pour les départs et les retours différés, nous consulter.

**Attention** : si vous souscrivez uniquement le contrat N° 1 (assurance annulation simple), cela signifie que vous possédez votre propre assurance assistance-rapatriement (liée notamment à certaines cartes de crédit). Nous vous conseillons de bien vérifier votre contrat et les garanties couvertes. Dans ce cas, nous vous demandons de nous indiquer lors de votre inscription le nom de votre compagnie et votre numéro de contrat. Mais sachez que vous assumerez, de ce fait, la responsabilité des risques encourus, notamment peut-être l'avance de certains frais.

**Important** : Si vous devez utiliser l'assistance en cours de voyage, vous devez impérativement obtenir l'accord préalable d'Europe Assistance avant de prendre toute initiative ou d'engager toute dépense en téléphonant au : 33 1 41 85 85 85 et en rappelant le n° de contrat . 58 662 860.



## ■ CERTIFICATION ATR

---

La Balaguère est membre fondateur d'ATR « **Agir pour un Tourisme Responsable** ».  
La certification « Vers un Tourisme Responsable » nous a été décernée en **septembre 2009** par l'AFNOR certification.

À partir de valeurs communes basées sur le respect, la solidarité et la qualité, ATR a pour objectif d'harmoniser les pratiques professionnelles de ses membres. La certification impose de respecter des critères exigeants :

- promouvoir un tourisme qualitatif pour une découverte authentique et un développement durable des régions d'accueil;
- veiller au respect de la législation du pays en matière de tourisme et de sous-traitance;
- veiller à ce que les retombées économiques soient le plus justement réparties entre les acteurs de nos voyages et assurent une juste rémunération des services ;
- respecter et vous sensibiliser aux usages et différences culturelles des régions d'accueil;
- respecter l'environnement et le patrimoine culturel et naturel;
- vous informer de façon transparente et sincère sur les conditions de votre voyage.

Nous vous invitons à partager nos engagements en vous référant notamment à la charte éthique du voyageur qui se trouve dans votre dossier voyage et qui vous accompagnera dans cette démarche. Plus d'informations sur la certification ATR sur [www.tourisme-responsable.org](http://www.tourisme-responsable.org)

## ■ CONTACTS

---

Si nous n'avons pas répondu à toutes vos questions,

- consultez notre site sur : [www.labalaguere.com](http://www.labalaguere.com)
- appelez-nous au : 05 62 97 46 46
- envoyez-nous un fax au : 05 62 97 43 01
- un e-mail : [labalaguere@labalaguere.com](mailto:labalaguere@labalaguere.com)
- ou encore, écrivez nous à : La Balaguère Route du Val d'Azun, BP3 F 65403 Arrens-Marsous cedex

### EN CAS D'URGENCE ABSOLUE

Si vos proches doivent vous contacter pendant ce séjour, Faites appeler le 05 62 97 46 46, nous vous mettrons en relation.



CHAQUE PAS NOUS RAPPROCHE

