

INFORMATIONS

Code de balisage des sentiers FRFP

RECOMMANDATIONS

LES NUMÉROS D'URGENCE

SENTIERS DE RANDONNÉE

AUDE RANDONNES EN LIMOUXIN



AUTOUR DE COUIZA

COUIZA

Situé à la confluence de la rivière Sals et du fleuve Aude, ce petit bourg a su préserver son vieux village avec son église et son pont vieux. Le Château des Ducs de Joyeuse, joyau du XVI^e siècle, témoin d'un riche passé historique, classé au titre des Monuments Historiques en 1913, est aujourd'hui transformé en complexe hôtelier 4 étoiles et restaurant. Couiza de la fin du XIX^e siècle et jusqu'aux années 1930 était un bourg industriel actif centré sur la chapellerie.

COUSTAUSSA

Son château ruiné date du XII^e siècle et fait aujourd'hui l'objet d'un projet ambitieux de sauvegarde et de valorisation. Dans la nuit du 31 octobre au 1er novembre 1897, le curé du village, Antoine Gélie, fut sauvagement assassiné par des inconnus. Ce meurtre, peut-être relié à l'affaire de Rennes-le-Château, n'a jamais été élucidé. Sa tombe se trouve dans l'ancien cimetière du village.

1 LE SENTIER DES CAPITELLES

Distance 9 km
Durée 3 h
Difficulté facile
Dénivelé 240 m
Balisage trait jaune

Coûza - parking rue du stade
Possibilité de partir de Coustaussa ou de Cassaignes
42.9434N, 2.2552E

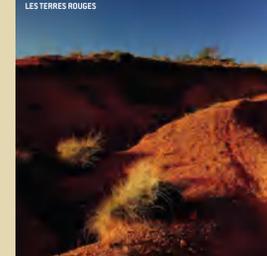
GPS
Ce parcours, entre murettes et capitelles (abris de pierres sèches), permet d'admirer, sur fond de Pyrénées, les sites chargés d'histoire de Blanchemfort, Coustaussa et Rennes-Le-Château. Les capitelles, témoignage de l'histoire et des hommes du temps passé, ont été construites avec les pierres ramassées sur des parcelles où poussaient la vigne et les céréales. L'épaisseur des murs, leur orientation, en font des refuges frais en été. La partie la plus remarquable est la toiture, légèrement convexe, en dôme ou plus rarement en chapeau de gendarme. La voûte en encorbellement réalisée avec soin, évacue vers l'extérieur la moindre goutte d'eau. C'est un chef d'œuvre du savoir-faire paysan. Vous pourrez aussi découvrir la Chapelle Saint-Alain à Coustaussa.

2 LES TERRES ROUGES

Distance 13 km
Durée 3 h 30
Difficulté moyenne
Dénivelé 370 m
Balisage trait jaune

Serres - parking près du pont, panneau d'information
42.9460N, 2.3231E

GPS
Ce sentier offre une très grande diversité de paysages : rivières, forêt, points de vue, vignobles, château, pont, marne rouge. Les merveilleuses terres rouges très érodées y forment une succession de petits canyons. Les marnes rouges visibles sont des sédiments mélangés à des oxydes de fer, ils se sont formés au passage du Crétacé (fin Secondaire) au Tertiaire (~ 65 millions d'années) dans des marais et sous un climat tropical soumis à une érosion atmosphérique prolongée et à un lessivage des eaux de pluie.



PEYROLLES

L'église de Peyrolles possède un retable datant du XVII^e siècle. Le menhir de Peyrolles est appelé par les gens du Pays « le veilleur » tant sa forme évoque celle d'un vieux sage...

3 LE TOUR DU CARDOU

Distance 11 km
Durée 4 h
Difficulté difficile
Dénivelé 530 m
Balisage trait jaune

Serres - parking près du pont, panneau d'information
42.9460N, 2.3231E

GPS
La randonnée est courte mais assez intense. Elle amène au sommet du Pic du Cardou à 795m d'altitude. Le sentier s'élance progressivement dans le bois, offrant quelques belles vues sur les forêts domaniales de la Haute-Vallée de l'Aude, la vallée de la Sals et au loin les hauts pics des Pyrénées. Un site d'escalade est accessible toute l'année.



SOUGRAIGNE

Tout autour de ce petit village pittoresque, des prairies, des forêts, des hameaux où l'élevage bovin prédomine dans la vallée. Au sommet de celle-ci, la source d'eau salée donne naissance à la rivière Sals, qui a connu de riches heures au temps de la Gabelle. Sur le Domaine de l'Eau Salée constitué de 600 ha, gérés par l'Office National des Forêts (ONF), les ruines de la Métairie de la Fontaine Salée et de l'ancienne caserne des Gabelous subsistent. Sougraigne possède aussi des gisements fossilifères d'une grande richesse.

7 LES SOURCES DE LA SALZ

Distance 14 km
Durée 4 h 30
Difficulté moyenne
Dénivelé 520 m
Balisage trait jaune

Sougraigne - parking à l'entrée du village, panneau d'information
42.9013N, 2.3526E

GPS
Le sentier part du village avec tout au long du parcours point de vue sur la vallée, le village et ses hameaux puis sur le Pic de Bugarach et sur le Canigou « point culminant des Pyrénées Orientales ». Sur le parcours se trouve un refuge restauré, en libre d'accès.

8 FLEUR DE SEL

Distance 6 km
Durée 2 h 30
Difficulté moyenne
Dénivelé 300 m
Balisage trait jaune

Sougraigne - D74, fléchage directionnel
42.8971N, 2.3863E

GPS
Le sentier passe à travers la forêt, avec une végétation changeante au fil des saisons. La source de l'eau salée et son itinéraire de découverte « Entre sel et verre » constituent les points forts de ce parcours ainsi que le passage par l'ancienne verrerie du Bourrasset, récemment restaurée.

9 ENTRE SEL ET VERRE ITINERAIRE DE DCOUVERTE

Distance 2 km
Durée 1 h 30
Difficulté très facile
Dénivelé 100 m

Sougraigne - Domaine de l'eau salée
42.8924N, 2.3968E

GPS
Mettez vos pas dans ceux des verriers et des contrebandiers du sel sur l'itinéraire de découverte « Entre sel et verre ». Equipé de panneaux explicatifs et d'aires de pique-nique, ce parcours propose une balade en forêt, pour découvrir l'histoire des lieux et comprendre les lieux ancestraux reliant l'homme et la forêt.

FOURTOU

Cette commune rurale, la plus élevée des Hautes Corbières, demeure essentiellement sylvo-pastorale et se situe à 670 mètres d'altitude sous le Col de la Fage (670 mètres d'altitude) et la Bergerie des Violes.

10 LE COL DE LA FAGE

Distance 6,5 km
Durée 2 h
Difficulté facile
Dénivelé 160 m
Balisage trait jaune

Fourtou - mairie, panneau d'information
42.9077N, 2.4297E

GPS
Le sentier passe par la forêt domaniale de Fourtou, la bâtisse du Fort, le Col de la Fage (670 mètres d'altitude) et la Bergerie des Violes.

RENNES-LE-CHATEAU

Perché sur sa colline, au cœur de la Haute-Vallée de l'Aude, le petit village de Rennes-le-Château offre une vue panoramique imprenable sur toute la vallée et le Pic de Bugarach. Le village est mondialement connu pour l'étonnante histoire de Bérenger Saunière, modeste curé de campagne dont les ressources financières mystérieuses ont fait éclore la légende d'un trésor.

4 LE SENTIER DE L'ABB SAUNIÈRE

Distance 6 km
Durée 2 h
Difficulté moyenne
Dénivelé 300 m
Balisage trait jaune

Espérazza - ZA Pastabrac, chemin de Couleurs
42.9339N, 2.2339E

GPS
Ce sentier chargé d'histoire permet d'accéder au village mystérieux de Rennes-le-Château.

5 LE SENTIER DE COULEURS

Distance 14 km
Durée 4 h
Difficulté difficile
Dénivelé 500 m
Balisage trait jaune

Espérazza - ZA Pastabrac, chemin de Couleurs
42.9339N, 2.2339E

GPS
Ce sentier chargé d'histoire permet d'accéder au village mystérieux de Rennes-le-Château. Depuis la Tour Magdala vous pourrez admirer une vue exceptionnelle sur la vallée, le petit canyon formé par le ruisseau de Couleurs et les petites collines verdoyantes contrastant avec les terres rouges.

6 LE SENTIER DU RITOU

Distance 13 km (variante au départ de Couiza - 18km)
Durée 3 h 30
Difficulté moyenne
Dénivelé 400 m (variante au départ de Couiza - 480m)

Rennes-le-Château - parking panneau d'information
GPS : 42.9279N, 2.2651E
Couiza : chemin des Incantados, GPS : 42.9397N, 2.2481E

GPS
Le sentier descend du village et parcourt en douceur le plateau du Lauzet. Les massives falaises blanches découpent le paysage. De nombreux ruisseaux traversent la plaine, certains creusent de profonds ravins dans la roche calcaire.

RENNES-LES-BAINS

Rennes-les-Bains, coquette station thermale, est blottie au cœur d'une vallée verdoyante dominée par les Pics de Bugarach et du Cardou. Elle est traversée par la rivière Sals, tout au long de laquelle jaillissent des sources dont les bienfaits sont connus depuis l'Antiquité. Les sources chaudes, au nombre de cinq, produisent une eau dont la température varie entre 34°C et 44°C. Leurs vertus sont réputées en rhumatologie et pour les traumatismes ostéo-articulaires.

11 LE PARCOURS MINRALOGIQUE

Distance 11 km
Durée 4 h
Difficulté difficile
Dénivelé 600 m
Balisage trait jaune rond bleu

Rennes-les-Bains - parking du plateau Sport-Nature
42.9146N, 2.3182E

GPS
Ce parcours permet de découvrir le monde minéral du Cardou. Le sentier monte jusqu'au Pech du Cardou, d'où s'étale une belle vue sur la vallée de la Sals, les Gorges de Bézis et la vallée d'Arques.

12 LE PARCOURS INSOLITE

Distance 8 km
Durée 3 h
Difficulté moyenne
Dénivelé 220 m
Balisage trait jaune rond mauve

Rennes-les-Bains - parking du plateau Sport-Nature
42.9146N, 2.3182E

GPS
Le sentier passe dans la forêt jusqu'au Faueteuil du Diable, bloc de grès retaillé en forme de siège au XVII^e siècle pour le Comte de Fleury. Au pied du Faueteuil coule une source ferrugineuse. Il mène à la Roche tremblante, roc de grès singulier, autrefois en constant équilibre, actuellement stabilisé par les érosions.

VALMIGÈRE

En bas de ce petit village de montagne se trouve la mairie qui auparavant était également l'école du village et à côté de laquelle on peut voir le lavoir communal construit à la fin du XIX^e siècle. Les maisons du village s'enroulent autour de l'église, édifiée vers 1700. L'élevage y est prédominant notamment les troupeaux de vaches de race Gasconne.

13 LA MALBOISIE

Distance 10 km
Durée 3 h
Difficulté moyenne
Dénivelé 320 m
Balisage trait jaune
Départ Col de Valmigère (RD 54) ou Mairie du village
GPS 42.9758N, 2.3797E

La randonnée permet d'admirer un panorama grandiose sur la chaîne des Pyrénées d'où se détache en premier plan le Pic de Bugarach. Trois départements s'étalent à perte de vue : les Pyrénées-Orientales avec le sommet du Canigou, l'Aude avec le Madris et l'Arige avec le Saint-Barthélemy. Le chemin de randonnée permet de découvrir une curiosité exceptionnelle : le hêtre remarquable (ou comment obtenir de l'eau quand la ressource est absente).

ARQUES

Le village d'Arques offre aux visiteurs la richesse de son histoire ainsi que la beauté de la nature qui l'environne. Le Château d'Arques et son donjon, sont un chef d'œuvre de l'art gothique en architecture militaire. Au cœur du village se trouve la maison natale de Déodat Roché, historien du catharisme. Ce musée abrite aujourd'hui une exposition permanente dédiée au catharisme.

14 LA FRAU

Distance 9 km
Durée 2 h 30
Difficulté facile
Dénivelé 250 m
Balisage jaune
Départ Arques - sortie du village RD 613
GPS 42.9536N, 2.3727E

Cet itinéraire facile et familial offre des paysages et des points de vue très variés depuis les pentes nord, le château et son donjon, la forêt de Peyresols et les collines de Serre Pelada.

15 LES BERQUES

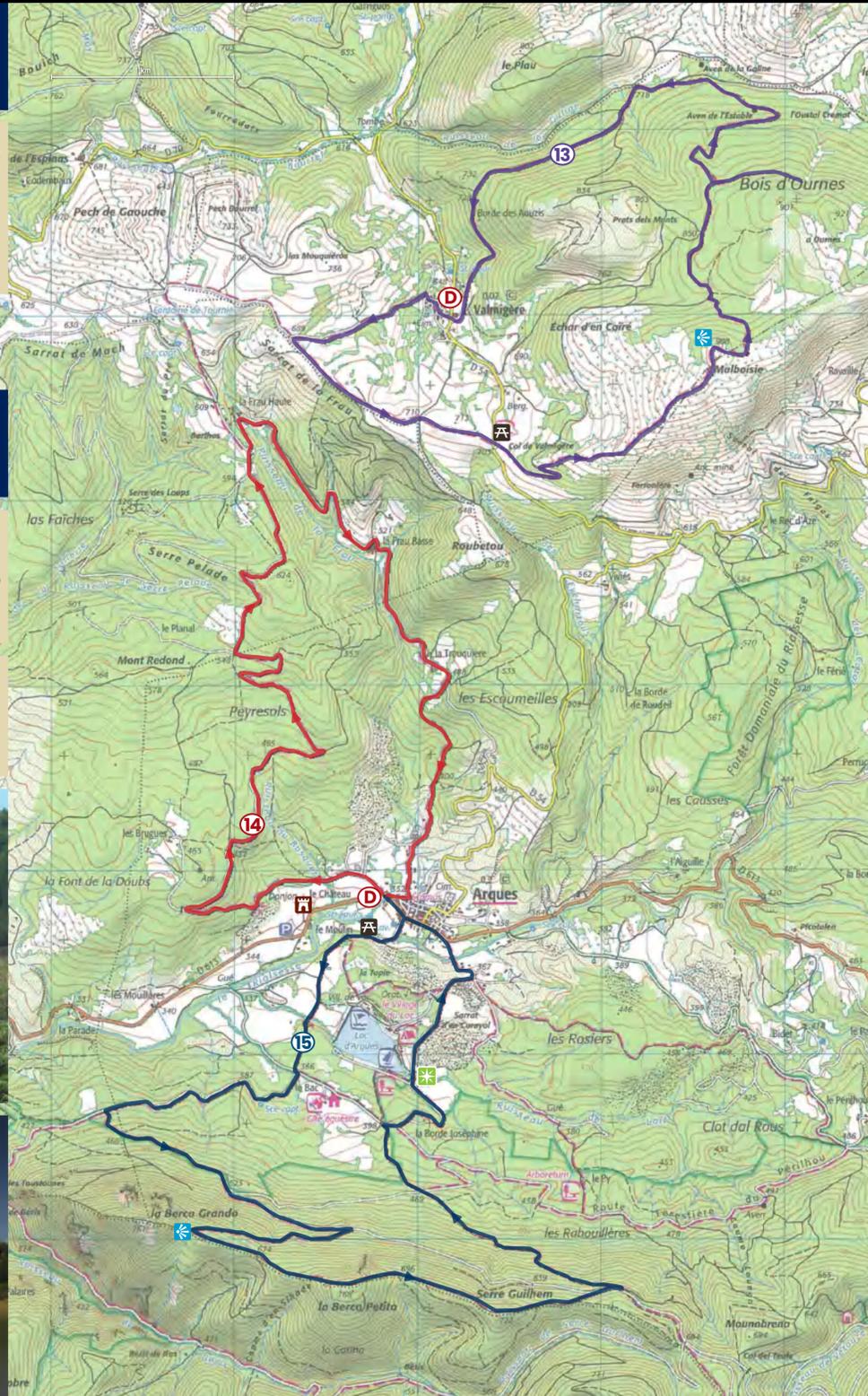
Distance 11 km
Durée 3 h 30
Difficulté moyenne
Dénivelé 470 m
Balisage jaune
Départ Arques - sortie du village RD 613
GPS 42.9525N, 2.3741E

Cette randonnée offre un panorama somptueux depuis les deux sommets principaux de la forêt du Riassesse, séparés par les Gorges du Bézis.

CHÂTEAU D'ARQUES



LE LAC D'ARQUES



CAMPS-SUR-AGLY

Situé aux confins des Corbières et du Fenouillèdes, ce petit village veille du haut de sa colline, sur la rivière Agly qui y prend naissance. Parmi les curiosités de Camps-sur-Agly, on trouve les ruines du château (XI^e et XII^e siècle). Construit sur un piton rocheux, il domine la vallée. Il ne reste aujourd'hui presque rien de ce site qui a servi de carrière de pierres pour la construction de nombreuses maisons du village. Les pierres gravées de certaines maisons sont aussi une des originalités ainsi que la petite église joliment restaurée.

16 LE CIRCUIT DE LA PAUSE DIT « LE SENTIER DES CONTREBANDIERS DU SEL »

Distance 11 km
Durée 3 h
Difficulté moyenne
Dénivelé 350 m
Balisage trait jaune
Départ Camps-sur-Agly - devant la Mairie, panneau d'information
GPS 42.8594N, 2.4344E

Le circuit de la pause dit « Le sentier des contrebandiers du sel » offre une vue

remarquable sur les Pyrénées, le Pech de Bugarach et le Canigou. Autrefois la randonnée s'appelait « Chemin du Facteur », car celui-ci effectuait sa tournée à pied depuis Arques jusqu'à Saint-Paul-de-Fenouillet. Ce sentier passe au Col de la Lucio, lieu où l'on peut voir les ruines de l'ancien relais de poste.



VILLAGE CAMPS-SUR-AGLY

CUBIÈRES-SUR-CINOBLE

Le village est situé au carrefour des anciennes routes reliant Rennes-les-Bains et Tuchan. Au début du IX^e siècle est fondée une abbaye, aujourd'hui ruinée. L'église actuelle, construite au XI^e siècle, en est le seul vestige. Ici naquit Guilhem Bélibaste (vers 1280) dernier « bon homme » ou « parfait » cathare occitan condamné par l'Inquisition à brûler vif à Villeroque Terrenès en 1321. Le Moulin de Galamus, en amont des Gorges, date de 1073.

17 LES GORGES DE GALAMUS

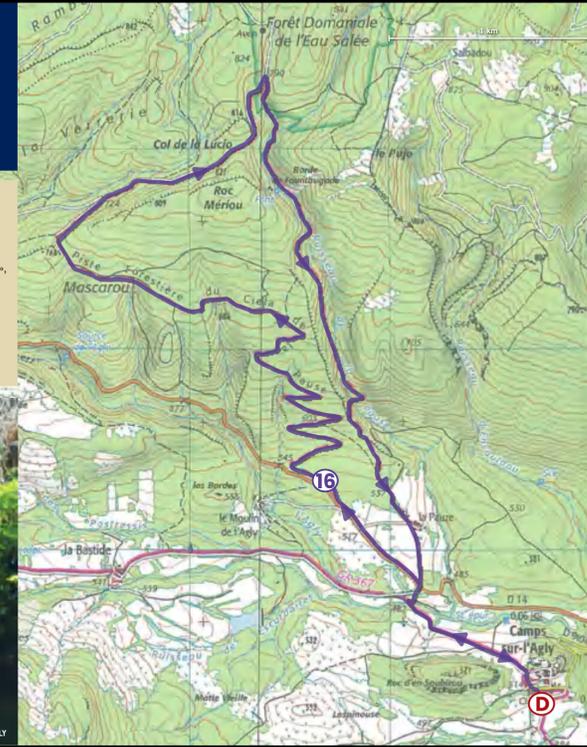
Distance 9 km
Durée 3 h
Difficulté moyenne
Dénivelé 370 m
Balisage trait jaune ou rouge et blanc (sentier cathare GR367)
Départ Cubières-sur-Cinoble, Le Moulin - RD 10
GPS 42.8523N, 2.4703E

Les Gorges de Galamus forment un trait d'union entre les Pyrénées-Orientales et le Département de l'Aude. La rivière Agly a

creusé au fil du temps, un canyon profond de plus de 500 mètres. Le site se caractérise par sa grande diversité paysagère. C'est l'endroit idéal pour s'initier au canyoning, accompagné d'un moniteur. Sur le parcours, la visite de l'Ermitage troglodyte de Saint-Antoine est incontournable. Il se colle aux parois abruptes depuis huit siècles. Construit dans une cavité naturelle de la falaise, il dégage une aura de mystère propre à cette région.



GORGES DE GALAMUS



BUGARACH

Au pied du fameux Pic de Bugarach le village de Bugarach se situe non loin du Sentier Cathare. Son iac de 3 ha est un lieu de détente où l'on peut également pratiquer la pêche. Dans la cour du château datant du XVI^e et XVII^e siècles, inscrit au supplément du catalogue des Monuments Historiques le 13 avril 1948 et récemment restauré, est installée une exposition permanente en accès libre dédiée aux rapaces. Au cœur d'une région où mysticisme et ésotérisme se développent, Bugarach fait l'objet de nombreuses légendes, fables, mythes et rumeurs...

18 LE PONT ROMAIN

Distance 5,6 km
Durée 2 h
Difficulté facile
Dénivelé 120 m
Balisage jaune
Départ Bugarach - parking entrée basse du village, panneau d'information
GPS 42.8752N, 2.3522E

Le Pont Romain enjambe un canyon creusé par la Blanque et surplombe des bassins où se jette une cascade.

En septembre 1992, de fortes pluies provoquent la crue de la rivière Blanque et la destruction de ce pont. Une équipe de huit compagnons du tour de France restitue, par un travail exceptionnel, le pont à son décor naturel. Tout près a été aménagé « l'observatoire des vautours », en accès libre, équipé de panneaux d'informations présentant la biologie et le rôle des rapaces nécrophages dans leur milieu naturel.

19 LE PECH DE BUGARACH

Distance 14 km
Durée 5 h
Difficulté itinéraire dangereux, randonneur confirmé
Dénivelé 800 m
Balisage Trait jaune ou rouge et blanc (GR36)
Départ Départ 1 - parking Bugarach, entrée basse du village
Départ 2 - Col de Linas
GPS 42.8752N, 2.3522E

Point culminant du massif des Corbières (1231 m), le Pic de Bugarach, belvédère magnifique et insolite, est un témoignage de la poussée des Pyrénées. L'ordre des couches géologiques est ici inversé. Ce massif calcaire, par ces formes anguleuses et cassées, offre un aspect imposant invitant à la rêverie. l'itinéraire à éviter par grand vent ou brouillard, la voie de Fenêre est déconseillée aux randonneurs peu expérimentés. Le Pic est accessible en aller-retour depuis le col de Linas.

DIFFICULTÉS PECH DE BUGARACH

ATTENTION : La descente réservée aux randonneurs expérimentés.
ITINÉAIRES DIFFICILES : Fortes pentes et escarpements rocheux, risque de vent violent et de brouillard.
ITINÉRAIRE CONSEILLÉ : Montée en A/R par le Col de Linas jusqu'au Pech.
ITINÉRAIRE SPORTIF : Boucle complète avec montée par la fenêre.
APPEL DES SECOURS : Un dispositif de localisation a été mis en place afin de faciliter les recherches en cas d'accident ou d'égarement. Ceci facilite l'intervention des secours. Ce dispositif est constitué de balises numérotées avec les numéros d'urgences (numérotées de 01 à 18 dans le sens Nord-Sud et de 18 à 01 dans le sens Sud-Nord).

LES NUMÉROS D'URGENCE
Pompiers 18
Numéro d'urgence européen 112



LE PECH DE BUGARACH



LE PONT ROMAIN

N°	SENTIER	DPART	DISTANCE	DURE	DNIVEL
1	Le sentier des capitelles	Couiza - parking rue du stade	9 km	3 h	240 m
2	Les terres rouges	Serres - parking près du pont	13 km	3 h 30	370 m
3	Le tour du Cardou	Serres - parking près du pont à l'entrée du village	11 km	4 h	530 m
4	Le sentier de l'Abbé Saunière	Espérasa - zone artisanal Pastabrac	6 km	2 h	300 m
5	Le sentier de Couleurs	Espérasa - zone artisanal Pastabrac	14 km	4 h	500 m
6	Le sentier du Ritou	Rennes-le-Château - parkings à l'entrée du village	13 km	3 h 30	400 m
7	Les sources de la Salz	Sougraigne - parking à l'entrée du village	14 km	4 h 30	520 m
8	Fleur de sel	Sougraigne - D74, fléchage directionnel	6 km	2 h 30	300 m
9	Entré sel et verre itinéraire de découverte	Sougraigne - Domaine de l'eau salée	2 km	1 h 30	100 m
10	Le col de la Fage	Fourtou - mairie, panneau d'information	6,5 km	2 h	160 m
11	Le parcours minéralogique	Rennes-les-Bains - parking du plateau Sport-Nature	11 km	4 h	500 m
12	Le parcours insolite	Rennes-les-Bains - parking du plateau Sport-Nature	8 km	3 h	220 m
13	La Malboisie	Col de Valmigère (RD 54) ou Mairie du village	10 km	3 h	320 m
14	La Frau	Arques - sortie du village RD 613	9 km	2 h 30	250 m
15	Les Berques	Arques - le village RD 613 - sortie du village	11 km	3 h 30	470 m
16	Le sentier des contrebandiers du sel	Camps sur Agly - devant la Mairie	11 km	3 h	350 m
17	Les Gorges de Galamus	Cubières sur Cinoble, Le Moulin - RD 10	9 km	3 h	370 m
18	Le Pont Romain	Bugarach - entrée basse du village, parking	5,6 km	2 h	120 m
19	Le Pech de Bugarach	Bugarach - entrée basse du village	14 km	5 h	800 m

Difficultés des circuits : facile moyen difficile