

Pyrénées cathares



Du 17 au 18 mars 2007

Organisateur : Yann LE TOUMELIN

Roquefixade et son château

Nombre de participants (hors organisateur) : 7

Niveau: soutenu, vitesse en montée 400m/h, sortie s'adressant à des randonneurs habitués à des dénivelés journaliers de 1200 m et des journées de marche de 7 à 8 heures.

Coût prévisionnel : 50€ comprenant 1 nuit en demi-pension en gîte, les frais administratifs CAF, les frais d'organisation (courrier, tel, cartes, etc.), mais ne comprenant pas les repas du midi, les en-cas et boissons diverses, ni les transports SNCF.

Compter 7€ supplémentaires pour les Cafistes non membres des Associations d'Ile-de-France.

Inscription : 50€ à verser au secrétariat du CAF IdF, 12 rue Boissonade 75014 Paris (après accord de l'organisateur pour les participants que je ne connais pas encore ; merci de m'appeler au 06 18 18 73 47).

Programme :

Les temps de marche indiqués ne tiennent pas compte des pauses.

Vendredi 16 mars

Rendez-vous à l'entrée du quai à 21h40 ; Départ du train couchette de Paris - Austerlitz à 21h56 pour Foix (train de nuit ayant pour terminus La Tour de Carol).

Samedi 17 mars : Vers le Château de Roquefixade

.Arrivée du train de nuit à Foix à 5h50. Le petit déjeuner sera tiré du sac et pris dans la salle d'attente de la gare.

Itinéraire : Départ vers 7h00 de la gare SNCF de Foix (alt. 380m), montée au Pech de Foix (alt. 840m), puis Col de Porte Pa, l'Herm (alt. 497m), Col du Pas du Teil, Le Mériat (alt. 572), Carla Roquefort, Col des Escozes, Roquefort les cascades, Roquefixade (alt. 750m). Point de vue remarquable au sommet du château cathare dominant le village.

Cette première journée s'effectue essentiellement hors balisage.

Comme Montségur, le site de Roquefixade est un des hauts lieux de l'histoire de la résistance cathare.

Nuit en demi pension au gîte d'étape de Roquefixade , Propriétaires : Brigitte et Paul PERILHOU (tel : 05 61 03 01 36 ; réservation effectuée le 03-01-2007 ; 20% d'arrhes soit 62€).

Dénivelés : + 1300 m ; Temps : 7h30.

Dimanche 18 mars : Le long de la montagne de Plantaurel

Itinéraire : Départ du gîte à 9h00. Roquefixade, Péréilles (alt. 497m), Gorges de Péréilles, Coulzonne, Leychert, Pas du Falcou (alt. 925m), Pech de Foix, Foix Gare SNCF.

Cette deuxième journée se déroule sur sentiers balisés.

Nous longeons la Montagne de Plantaurel formant un plissement sédimentaire « pré pyrénéen » que seul l'Ariège réussit à franchir par la cluse de Foix ; avec en toile de fond les sommets enneigés des pyrénées.

Le dîner pourra être pris dans une brasserie ou restaurant de la ville avant de reprendre le train de nuit à 22h 21. Arrivée à Paris- Austerlitz le lendemain à 7h27.

Dénivelés : + 1000 m ; Temps : 8h30.

Cartes IGN 1/25 000 : Top 25 Foix, Tarascon sur Ariège n° 2147 ET.

Transport : Voyage en train à la charge du participant (prem's disponibles à ce jour pour un aller-retour à 103 €). Il existe également un train partant de Foix à 21h07 avec correspondance à Toulouse pour un train de nuit arrivant à Paris un peu plus tôt (6h58).

Taxi (en cas de besoin) ; Taxi Express (Foix) 05 61 02 86 50, autre taxi à Foix au 05 61 65 12 69.

Argent : Hormis à Foix, il ne faut pas trop s'attendre à rencontrer des distributeurs de billets sur notre itinéraire ; donc à chacun de prendre suffisamment d'argent.

Equipement (liste non exhaustive) : Chaussures de randonnée déjà rodées, bâtons de marche, guêtres, vêtements de pluie, coupe vent, polaire, bonnet et gants, lunettes et crème solaire, gourde(s) 2L, pharmacie personnelle, drap de couchage « sac à viande ».

Pas de superflu ! : Le poids du sac ne doit pas dépasser 12Kg pour une sortie de deux jours.

Contact et renseignements complémentaires : yann.letoumelin « at » paris.fr, téléphone : 01 39 62 94 76 (domicile) ou 06 18 18 73 47.

Ce programme est indicatif et peut être modifié ou adapté si nécessaire par l'organisateur en fonction des aléas, et notamment météorologiques.

Programme rédigé le 3 janvier 2007.