



Chasse à l'Ours en Catharie <sup>1</sup>

11- RW 11

**Mercredi 10 novembre – Dimanche 14 novembre 2010 (départ le mardi soir 9 novembre).**

**Organisateurs :**

**Adrien Autret : 06 89 09 32 58**

**Dominique Renaut : 06 14 74 06 99**

**Description :**  **Description :** Cette deuxième randonnée d'automne en pays Cathare nous mènera, d'ouest en est, de Foix en Ariège à Quillan déjà Méditerranéenne. Ce sera pour nous l'occasion de remonter le temps et l'histoire. Nous commencerons par Foix, célèbre par son château, son Comte et son ennemi le toulousain Simon de Beaufort. Nous poursuivrons vers l'est le long du sentier Cathare en saluant au passage les places fortes réputées de Roquefixade, Montségur et Puivert. Ce sera pour nous l'occasion de traverser le beau pays de Sault célèbre autrefois par ses forêts, ses loups et ses ours qui ont laissé leur nom à bien des lieux-dits. Ambiance envoûtante, paysages sauvages, dégustations campagnardes savoureuses seront au rendez-vous : un vrai dépaysement assuré dans la bonne humeur et pour ceux qui ont de la chance enfin trouver le trésor des cathares où rencontrer l'ourse, l'ourson mais en tout cas le nounours.

Ce parcours ne présente pas de difficultés particulières mais suppose un bon entraînement physique.

**Niveau :** Niveau **Moyen +**; pas de difficultés spécifiques; des étapes assez courtes avec possibilités de variantes pour ceux que cela démangerait. Bonne condition physique requise. Accord Obligatoire préalable à l'inscription : contact : Adrien Autret : 06 89 09 32 58

**Budget, Inscription, Participants :**

**Coût global, hors transport train, de l'ordre de 190 Euros.** Ce coût inclut les frais administratifs du CAF, les transports locaux, le petit déjeuner du mercredi 10 novembre matin et l'hébergement en ½ Pension. Les repas du midi sont tirés du sac (possibilité de ravitaillement en cours de route à Montségur et Bellis, mais prévoir au minimum le pique-nique du premier jour). Versement de 190 Euros à l'inscription, régularisation éventuelle à la fin de la randonnée.

Ce coût n'inclut pas le transport train A/R Paris, à la charge de chacun, les boissons et les pique-nique du midi.

**Participants :** 12 participants, les organisateurs inclus.

**Transport:** Train à la charge de chacun (prix : aller/retour: de l'ordre de 110 à 140 €, en fonction du choix retour et des Prem's.

**Aller :** Mardi 9 novembre : Gare d'Austerlitz, (rendez-vous 21h25 devant l'entrée de la voie du train.)

Paris – Foix : départ Paris Austerlitz : 21h 56 Corail Lunéa 3731- Foix 05 h 55- (tarif loisir couchette 2 ème : 66,50, prem's : 47 €)

**Retour :** Dimanche 14 novembre : Carcassonne - Paris Gare de Lyon ou Montparnasse : de nombreux choix possibles via Montpellier, Toulouse ou Bordeaux, départs entre 16h55, et 17 h30, prix entre 58 € et 88 €. De Quillan nous rejoindrons Carcassonne en taxi le 14 novembre pour y être à 16h40.

**Hébergement Restauration**

Gîte chaque soir en ½ pension.

**Nota :** Impérativement amener sa carte du Club Alpin.

**Itinéraire prévu :** *(Le programme n'est pas contractuel mais donné à titre indicatif. L'organisateur se réserve le droit de le modifier, notamment en fonction des conditions météorologiques) :*

**- Mercredi 10 novembre : C'est la première journée, celle de la mise en forme ; étape courte de Foix à Roquefixade. Nous commencerons par visiter la ville de Foix et prendrons un bon petit déjeuner matinal!!**

Foix (370) – Col de Porte Pa (795) – Col de Tournon (851) – Pas du Falcou (930) – Charillon (780) - Leychert (630) – Roquefixade (760). Visite des vestiges du Château.

**Nuit au Gîte Le Relais des Pogs: 05 61 01 14 50.**

**17 km, + 690, - 300m.**

**- Jeudi 11 novembre : Cette deuxième journée nous emmène à travers le pays d'Olmes, pays dit de la laine et de la corne encore aujourd'hui... Ce sera de même une étape courte qui nous mènera à Montségur. Nous visiterons les ruines du Castrum de Montségur en arrivant.**

Roquefixade (760) – Stèle (800) – Carrefour D9 (710) – Conte (580) - Col herbeux (870) - Quartier de Sau (870) - Pont de Montferrier (690) – D9 (990) – Séguela – Castrum de Montségur - Montségur (920).

**Gîte Lou Siret: 05 61 01 08 57.**

**16 km. + 640, – 470 m.**

**- Vendredi 12 novembre : Une belle étape, la plus longue de la randonnée, qui nous fait basculer d'Atlantique en Méditerranée. Nous traversons d'ouest en est le pays de Sault, plateau dont l'altitude oscille autour de 1000 m. Terre de bruyères, de forêts, peuplée autrefois d'animaux sauvages : loups et ours entre autres...Frayeurs garanties...**

Montségur (920) – Pelail (605) – Fontaine des Caunes (981) – Plateau de Languerail – Col 1180 m.. – Meringou – D29 (881) - Mouillère d'en Beyle – Montplaisir (873 ) - Belvis (880)

**Gîte d'étape La Gineste : 04 68 20 76 31.**

**25 km, + 600m, - 640 m.**

**- Samedi 13 novembre : Une petite étape à travers la forêt de Picaussel nous permettra de visiter en arrivant le très beau site du château de Puivert (entrée 5 €)**

Belvis (880) – Col 1010 – PC du Maquis (951 ) – Le Saut de la Bourrique – Prés l'Escale (600) – Métairie du Sourd (525) – Camp Bonnaure (510) – Puivert (480).

**Gîte « Les Marionettes » : 04 68 20 80 69**

**14 km, + 100, - 500 m.**

**- Dimanche 14 novembre : dernière étape, taxi en bout d'étape à Quillan à 15h30.**

Puivert (480) – Camp Ferrier (500) – Nébias (580) – Le Sauradou (cascade) – Brenac (450) – Côte 552 – Quillan (275). Fin de la randonnée, taxis.

**14km. + 200, - 400 m. Taxis : Alliance Languedoc Taxis : 0825 56 11 12**

**Cartographie IGN 1/25.000 :2147 ET: Foix-Tarascon/Ariège - 2247 OT : Lavelanet - 2347 OT : Quillan.....IGN 1/50.000 : Pyrénées N° 9 : Montségur.**

**Equipement :** *Habituel au randonneur en mi- montagne avec dénivelés : bonnes chaussures de randonnée à semelles type Vibram, en bon état mais pas neuves (rodées), protection efficace contre la pluie, le froid, le soleil, bâtons fortement conseillés. Pharmacie personnelle, rechanges, sac à viande, chaussures légères pour le soir, papiers d'identité, carte CAF obligatoire. Prévoir le dîner dans le train du mardi soir et les casse-croûte du*

*midi, ravitaillement possible en cours de route. Il est bon d'avoir avec soi des barres énergétiques. Capacité eau minimum 1,5 litre*