

## Citadelles du pays Cathare - 2<sup>o</sup> partie

Randonnée 14- RW 73 – Aude et Ariège

Du samedi 16 au dimanche 24 août 2014

### **Ouverture des inscriptions mardi 4 mars 2014**

**Randonnée ouverte à tous et aux dessinateurs.**

**Itinérant de 111 km en 8 jours et 7 nuits**

**Nombre de personnes :** 12 avec l'organisateur

**Niveau physique :** Moyen plus – marche 4 km/h

**Niveau technique :** ▲

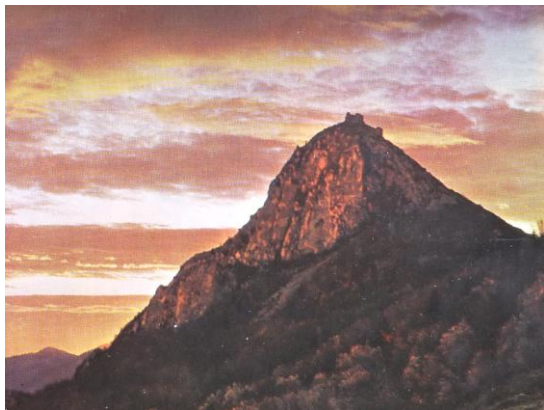
**Type :** Itinérant avec portage du sac

**Transport :** Libre en train

**Coût :** 450 €, comprend l'inscription au CAF, frais de l'organisation, l'hébergement en ½ pension en gîtes et hôtels. vin sur la table, transport en cours de randonnée si nécessaire.

Les comptes seront soldés individuellement après le séjour

*Le pog et forteresse de Montségur*



### **Présentation de la randonnée :**

Nous revoici en Occitanie, après le Languedoc et les Corbières nous continuons notre route sur le sentier Cathare dans le Fenouillèdes et l'Ariègeois qui nous immergeront de nouveau dans le Moyen-âge. L'histoire nous rappellera cette guerre sainte menée à partir de 1208 par le pape Innocent III contre les hérétiques vivants une vie pieuse et austère mais à l'aura grandissante appelés « parfaits » ou « bonshommes ». Nous visiterons les castras, bourgs fortifiés construits sur les hauteurs et nous gravirons leurs forteresses sur les rochers abrupts.

Sur la frontière entre la France et l'Espagne en bordure sud/est des Pyrénées au 12<sup>e</sup> siècle étaient construits de nombreuses châteaux forts pour la protection de cette limite du Royaume. Les croisades militaires lancées contre les Albigeois virent les populations Cathares vivants dans les bourgs ruraux se réfugiées dans ces forteresses.

Dans cette région authentique et souvent sauvage de la frontière avec le royaume d'Aragon nous rapporterons comme l'un superbe carnet de dessins et quelques lavis ou peintures des citadelles de Puivert, Cornus, Montségur, Roquefixade et de Foix ... **Sur les pas des Parfaits nous élèverons notre âme en émerveillant nos yeux.**

Il est donc indispensable d'avoir de bonnes chaussures déjà rodées, mais pas trop, pour éviter de perdre des semelles. Il faudra une bonne cape couvrant le sac et peut-être un parapluie pour le soleil, évidemment, et accessoirement pour les trombes d'eau ! Prévoir de commander son panier repas. Pour vos nuits il est important de prévoir un sac à viande afin d'éviter ... les mélanges non désirables sur les paillasses. Remplissez vos gourdes, car il fera très chaud, et tout votre être de bonne humeur avant le départ ! Encore une consigne, votre portable restera discret pendant 8 jours.

1- <b>Résumé du parcours</b> nuit	14,00km	4h20	+ 575	Quillan – Coudons - Nébias
2 - 10,50 km	2h 45	125	Nébias-Puivert	nuit
3 - 17,00 km	4h 30	600	Puivert – Espezel/Belvis	nuit
4 - 20,00 km	5h 15	500	Espezel/Belvis – Comus	nuit
5 - 14,50 km	3h 30	500	Comus – Montségur	nuit
6 - 17,00 km	4h 15	550	Montségur – Roquefixade	nuit
7 - 18,00 km	4h 50	500	Roquefixade – Foix	nuit
8 -			Foix – Visite château et grotte préhistorique - retour Paris	
Total	111 km en	29 h25	3350 m de dénivelé positif (A ces estimations il est admissible de rajouter 10%)	

**Cartes IGN 1/25000°** 2347 OT Quillan - 2247 OT Lavelanet/Montségur - 2148 ET Ax-Les-Thermes - 2147 ET Foix

Transport à la charge de chacun, horaires à vérifier.

**samedi 16 août :** Aller : Paris gare Austerlitz – Toulouse Matabiau – Carcassonne - Quillan  
train de nuit 22h52 - 6h45 Ter 6h55 - 7h59 car 9h40 - 10h58

**dimanche 24 août :** Retour : Foix – Toulouse Matabiau - Paris gare Austerlitz  
19h05 - 20h16 (repas en ville) train de nuit 22h34 - 6h52

**La fiche technique définitive sera adressée aux participants**