



LE SPÉCIALISTE DE LA RANDONNÉE EN LIBERTÉ

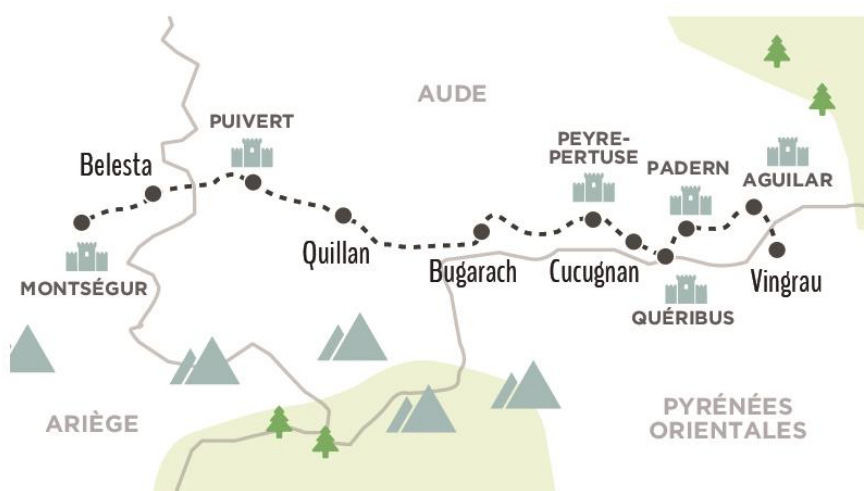
LE PAYS CATHARE DES CORBIÈRES AUX PYRÉNÉES



Des vignobles des Corbières aux mystérieuses forêts ariégeoises, vous cheminerez sur des itinéraires propices à la rêverie. Chemins chargés d'histoire, véritables liens entre Méditerranée et Pyrénées, jalonnés par les "Citadelles du vertige" : Aguilar, Padern, Quéribus, Peyrepertuse, Puilaurens, Puivert, Montségur...

Et c'est l'esprit libre que vous randonnerez en profitant d'un transfert pour Quillan en fin de séjour.

« Les sentiers Cathares ne se lisent pas seulement sur les cartes : ils sont inscrits aussi dans la géographie du cœur ». (M Roquebert)



7 jours, 6 nuits, 6 jours de randonnée.

JOUR 1 : VINGRAU - TUCHAN

12.5 Km environ 4h15 de marche (+30 mn de visite libre) D+250m / D-250m

Rendez-vous à 10H à la gare SNCF de Quillan. **Transfert au village de Vingrau.**

Premier contact avec les Corbières "lumières & authenticité", montée au château d'Aguilar, descente sur le village de Tuchan, renommé pour ses vins. Nuit à Tuchan.

Important : Prévoyez de quoi pique-niquer avant la prise en charge à 10H à Quillan.

JOUR 2 : GRAU DE PADERN – DUILHAC SOUS PEYREPERTUSE

17.5km environ 5h40 de marche (+1h de visite libre) D+650m/D-500m

Transfert au Grau de Padern. Entre vignobles, gorges et garrigue, découverte du château de Padern. Montée au château de Quéribus et descente au village de Cucugnan, célèbre pour son curé. Agréable continuation entre vignes et garrigues jusqu'à Duilhac-sous-Peyrepertuse, au cœur des murs de pierres du village historique.

JOUR 3 : DUILHAC - GORGES DE GALAMUS (nuitée à Labastide)

20 Km environ 6h de marche (+1h de visite libre) D+450m / D-600m

Montée au château de Peyrepertuse: "la Carcassonne céleste". Superbe itinéraire vers les gorges de Galamus. **Transfert à Labastide.** Nuit dans un hameau du XVème siècle à Labastide.

JOUR 4 : LABASTIDE DE CAMPS - CHATEAU DE PUILAURENS

17.5 Km environ 5h30 de marche (+1h de visite libre) D+700m / D – 630m

Sur les contreforts du pic de Bugarach et par la vallée de la Boulzane, randonnée à Puylaurens "Château du Fenouillèdes". **Transfert et nuit à Quillan.**



JOUR 5 : QUILLAN - PUIVERT

15.5 Km

environ 5h de marche (+1h de visite libre)

D+530m / D-350m

Agréable montée vers le pays du Quercorb ancienne "terre privilège" et son château des troubadours, à Puivert.

JOUR 6 : BELESTA - MONTSEGUR

13 Km

environ 5h de marche (+1h de visite libre)

D+850m / D-400m

Transfert à Bélesta. Randonnée de Bélesta à Montségur par la croix de Morenci, superbe balcon sur l'imprenable pog. Montée au château de Montségur « symbole » de l'église cathare, puis descente sur le village.

JOUR 7 : MONTSEGUR – transfert à QUILLAN

Transfert à Quillan à 9h après le petit-déjeuner.



› DATES et TARIFS

Possible du 06 avril au 24 juin 2026 et du 01 septembre au 25 octobre 2026

Merci d'indiquer sur le bulletin de réservation les autres dates qui vous conviendraient (ex : possibilité de décaler la randonnée de 1 ou 2 jours avant ou après...), ceci au cas où un ou plusieurs hébergements ne seraient pas disponibles aux dates choisies.

Nous vous demandons également de **réserver le plus tôt possible**. Nous n'avons pas de places réservées dans les hébergements et certains d'entre eux sont complets parfois plusieurs mois à l'avance.

Prix par personne	:	865 €
Supplément chambre individuelle	:	190 €

!!! A partir de 2 participants !!!

› LE PRIX COMPREND

- L'hébergement en demi-pension sur la base de 2 personnes minimum.
- Les transferts de bagages entre chaque étape.
- Transferts mentionnés au programme.
- Un dossier départ comprenant une ou plusieurs cartes, le topo-guide descriptif de la randonnée (1 dossier pour 2 personnes), la liste des hébergements, les tracés gpx.
- La taxe de séjour.

› LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les pique-niques.
- Les boissons pendant et en dehors des repas.
- Le transport de votre domicile aux lieux de rendez-vous et dispersion.
- Les éventuelles visites de musées, châteaux, monuments.
- Les assurances éventuelles.
- Les frais d'inscription (+15€ / personne) et les frais d'envoi à l'étranger (+20 € / dossier)
- les frais de traitement prioritaire pour toute inscription à J-15 (+45€ par dossier).



› ACCUEIL / DISPERSION

L'accueil a lieu en gare SNCF de Quillan à 10h, votre premier jour de marche.

Votre séjour se termine à Quillan, après votre dernier jour de marche.

› NIVEAU

 **Niveau 2** En moyenne, marche de 5h par jour sur des chemins, pistes ou sentiers vallonnés n'excédant pas plus de 600m de dénivelé positif cumulé.

› HEBERGEMENTS & REPAS

En chambre double en hôtel et en auberge, possibilité de loger en chambre individuelle selon disponibilité et avec supplément.

Nous sommes tributaires des hébergements se situant dans les villages. Nous n'avons que très peu de choix. Certains hébergements peuvent être très simples mais nous n'avons pas d'autres choix. Nous essayons de compenser en privilégiant un bon accueil et en vous concoctant le meilleur séjour possible au pays des châteaux et de l'histoire Cathares.

Les repas de midi sont à votre charge, sur demande la veille, vos hôtes pourront vous préparer des pique-niques.

Ravitaillement :

- Rouffiac : 1 épicerie
- La Bastide : aucun commerce
- Puivert : tout commerce
- Montségur : 1 épicerie
- Roquefixade : rien
- Quillan : tout commerce



Information :

Disparues depuis bien longtemps, des petites bêtes (6 mm) appelées « punaises de lit », ont refait leur apparition dans de nombreuses régions de France, à la campagne comme en ville ou dans les capitales européennes. Certains hébergements situés sur des itinéraires de randonnées, en montagne comme en bord de mer en font les frais. Elles sont apportées par les voyageurs qui les véhiculent à leur insu dans leurs sacs à dos, leur valise ou sur leurs vêtements... Cela n'a rien à voir avec l'hygiène. Certains hébergements en ville hors chemins de randonnées subissent ce phénomène. Ces punaises piquent comme des puces ou des moustiques, pendant le sommeil et dans certains cas peuvent provoquer des allergies. En prévention de ces piqûres, une association a choisi un insecticide respectueux de l'environnement et de la santé avec une formule à base de pyrèthre naturel et d'huiles aromatiques, 100% naturel et labélisé Eco-Cert. Nous vous conseillons donc de protéger votre bagage et vos vêtements dès le début du voyage avec un spray. Ce petit contenant pas trop lourd (120 ml) est mis en vente sur certains chemins chez certains hébergeurs ou dans des pharmacies. Ce spray est à pulvériser essentiellement sur l'intérieur et l'extérieur de l'ensemble du bagage et sur le contenu. Vous pouvez également demander conseil auprès de votre pharmacien qui pourra vous proposer d'autres produits alternatifs.

Vente en ligne : [Comment éviter d'avoir des punaises de lit lors du pèlerinage de Compostelle \(lescheminsverscompostelle.fr\)](https://lescheminsverscompostelle.fr)
[CLAKO punaises & CLAKO Tiques - Clako Punaises \(clako-punaises.com\)](https://clako-punaises.com)

› TRANSPORT DES BAGAGES

Uniquement vos affaires pour la journée et le pique-nique. Le reste des bagages sera acheminé par des transporteurs qui effectueront également les navettes prévues. Poids du bagage : **10kg maximum**.





En train :

Gare d'accueil Quillan (09). Pour de plus amples renseignements concernant les horaires et tarifs : SNCF Tél : 08 92 35 35 35 Accueil le jour 1 à 10H en gare SNCF de Quillan (11). Transfert en navette taxi jusqu'au village de Vingrau.

Pour le retour :

Le jour 7 vers 10 H en gare SNCF de Quillan (11).



En voiture :

Carte Michelin Local 1/150 000^e n°344

Depuis TOULOUSE : suivre l'autoroute A61 direction Carcassonne/Montpellier et à proximité de Villefranche de Lauragais, prendre l'autoroute A66 direction

Andorre/Pamiers/Foix. Continuer sur la N20, passer Foix. Peu après la sortie du tunnel, prendre la D117 direction Lavelanet/Quillan, la suivre jusqu'à Quillan.

Depuis MONTPELLIER : suivre l'autoroute A9 jusqu'à Narbonne, prendre ensuite l'autoroute A61 direction Toulouse. Sortir à Carcassonne Ouest et prendre la D 118 jusqu'à Quillan via Limoux.

Vous pourrez laisser votre véhicule sur le **parking de la gare SNCF de Quillan** (parking gratuit).

Avantage : A la fin du séjour, le jour 7, vous profiterez d'un petit transfert qui vous conduira jusqu'à la gare de Quillan où vous pourrez récupérer votre véhicule ou prendre votre train de retour.



› DOSSIER DE VOYAGE

Trois semaines avant le départ (et après réception du solde de votre séjour), nous vous fournirons le dossier de voyage comprenant la liste des hébergements, des étiquettes pour vos bagages, un topo-guide descriptif du parcours, une cartographie précise et, sur demande, les traces GPS du parcours (format .gpx).

Les itinéraires et les topo-guides sont régulièrement vérifiés et mis à jour. Cependant, l'itinéraire traverse des zones où les conséquences de l'activité humaine et/ou d'événements climatiques peuvent modifier significativement son tracé. À votre retour, nous vous serions reconnaissants de nous mentionner les changements ou imprécisions relevés sur le terrain.

› LISTE DES AFFAIRES À EMPORTER

Le bagage suiveur

Pour les affaires qui suivent entre les hébergements, prévoir un seul bagage suiveur (sac souple de 10 kg maximum) par personne en évitant les valises rigides autant que possible.

Le sac à dos

Pour les affaires de la journée (+/- 30 litres).

- Fond de sac (vêtement de pluie, vêtement chaud, lunettes de soleil, crème solaire, trousse à pharmacie, nécessaire de pique-nique)
- Pique-nique du jour et de l'eau en quantité suffisante
- Affaires personnelles (papiers d'identité, carte européenne d'assurance maladie pour les circuits en Espagne et en Andorre, guide faune et flore, appareil photo, etc.)
- Pour les circuits liberté, dossier de voyage avec cartes, topo-guide, boussole, téléphone portable (batterie chargée), coordonnées des hébergement, numéro d'urgence.

Le pique-nique

- Gobelet ou quart
- Une boîte hermétique en plastique (environ 0,8 l)
- Couverts légers (fourchette, couteau pliant)
- Gourde (1,5 l minimum) ou poche à eau selon votre préférence



Les chaussures

C'est l'un des éléments les plus importants. Elles doivent être avant tout confortables, imperméables et respirantes. Un bon maintien de la cheville est indispensable. Si vous devez acheter une nouvelle paire, nous vous conseillons d'essayer vos chaussures avant de commencer votre séjour. Ne prenez pas une pointure trop petite, car vos pieds auront tendance à gonfler pendant la marche. Prévoir des chaussures à tiges hautes, avec une semelle de type Vibram avec une bonne accroche. Attention à vos chaussures restées trop longtemps dans un placard, au bout d'un certain temps les semelles se décolent et les coutures peuvent se déchirer.

Les vêtements et équipement spécifiques pour la randonnée

- Veste coupe-vent imperméable (type goretex) ou cape de pluie
- Vêtement chaud (veste polaire ou pull)
- Pantalon pour la marche, short, tee-shirt (privilégiez des matières respirantes)
- Protection solaire (lunettes, chapeau ou casquette, crème, stick à lèvres)
- Gants fins et bonnet
- Mini-pharmacie : médicaments personnels, compeed pour les ampoules, élastoplaste, gaze, désinfectant, antalgique, biafine, arnica (crème ou granules), une couverture de survie...

Et pourquoi pas :

- Bâtons de marche télescopiques qui favorisent la stabilité et soulagent les articulations
- Guêtres ou "stop-tout" très efficaces par temps de pluie ou simplement dans l'herbe humide



› BIBLIOGRAPHIE

- Traversée cathare de Laurent Quivogne. <http://www.editionsparticulieres.com>. Récit de voyage écrit suite à un séjour de randonnée avec notre organisation.
- Dictionnaire des Pyrénées de André Levy
- Les Pyrénées de Claude Dendaletche
- La grande flore illustrée des Pyrénées de Marcel Saule
- La Nature méditerranéenne en France Philippe Martin – Écologistes de l'Euzière
- Les citadelles du vertige de Michel Roquebert
- Le vrai visage du catharisme de Anne Brenon

› METEO

Climat :

Climat méditerranéen, généralement doux et ensoleillé, les trois premiers jours pouvant être ventés. Puis climat montagnard tempéré pour la fin du séjour.



Dans un monde en constant développement, il peut être pertinent de prendre son temps et de se recentrer sur l'essentiel. La randonnée est une activité proche de la nature et du local, qui invite à la réflexion. Aujourd'hui, le tourisme responsable s'implante dans le paysage, portant des valeurs essentielles pour le monde de demain. La Pèlerine s'engage dans cette démarche en vous rappelant quelques points à garder à l'esprit lors votre séjour de randonnée :

- **Préparez-vous et prévoyez**
 - Informez-vous sur les particularités du lieu visité, la culture, les traditions et respectez la réglementation en vigueur.
 - Explorez en petits groupes de 4 à 6 personnes.
 - Emportez avec vous de l'eau et des collations en quantité suffisante.
 - Evitez les périodes de haute fréquentation
- **Laissez intact ce que vous trouvez**
 - Laissez les pierres, plantes et tout objet naturel, historique ou culturel sur place et dans leur état naturel
- **Respectez la vie sauvage**
 - Observez la faune à distance. Ne suivez pas et n'approchez pas les animaux sauvages.
 - Abstenez-vous toujours de nourrir les animaux sauvages
- **Restez sur les sentiers**
 - Utilisez les sentiers aménagés existants
 - Marchez en file indienne au milieu du sentier, même s'il est boueux ou mouillé
- **Minimisez vos déchets & Gérez-les de façon responsable**
 - Favorisez les contenants réutilisables
 - Rapportez vos restes et déchets de manière à éliminer les traces de votre passage
- **Respectez les autres usagers**
 - Soyez respectueux des autres visiteurs et soucieux de la qualité de leur expérience
 - Soyez courtois. Laissez le passage aux autres sur le sentier



Application mobile gratuite pour signaler un incident sur votre parcours (signalétique, conflit d'usage, pollution...).
Un administrateur sera informé automatiquement.



Nos assurances, **Tranquillité CB** et **Tranquillité** sont individuelles et facultatives. Il vous appartient avant ou au cours de votre voyage de contacter personnellement l'assureur qui vous garantit pour votre voyage pour déclencher l'assurance. La prime d'assurance, les frais de visa, les frais d'inscription ne sont remboursables ni par La Pèlerine ni par l'assureur. Pour connaître les modalités contractuelles exactes, en particulier le périmètre des garanties, franchises et exclusions, nous vous recommandons de lire attentivement les conditions contractuelles complètes ainsi que les documents d'informations produits accessibles sur demande auprès de La Pèlerine ou sur le site www.lapelerine.com rubrique « Conditions de Vente ». Un exemplaire du contrat, détaillant les garanties souscrites et la procédure à suivre, vous sera adressé en même temps que la confirmation de votre inscription, ou sur simple demande.

Les assurances proposées doivent être souscrites au moment de l'inscription ou dans les 48h après l'inscription au voyage.

La souscription à nos assurances est accessible à tous, quel que soit votre pays de résidence.

Le contrat Tranquillité (assurance Assistance/Rapatriement, assurance annulation et interruption de séjour) est facturé 4.15 % du prix total du voyage.

Le contrat Tranquillité CB (Les garanties et plafonds viendront en complément de ceux de votre carte Visa Premier, Infinite, Master Card Gold, Platinum, après refus de celle-ci) est facturé 3.15% du prix total du voyage.

En cas d'annulation de votre part, des frais d'annulation seront retenus.

Le montant des frais dépend de la date d'annulation :

- 1) plus de 31 jours avant le départ : 15% du montant du voyage.
- 2) entre 30 jours et 21 jours avant le départ : 30% du montant du voyage.
- 3) entre 20 jours et 14 jours avant le départ : 55% du montant du voyage.
- 4) entre 13 jours et le jour du départ : 75% du montant du voyage.



➤➤ En cas d'annulation de la personne avec laquelle vous deviez partager la chambre, le supplément chambre individuelle vous sera facturé. Celui-ci vous sera ensuite remboursé par l'assurance à condition que son supplément soit inférieur au frais d'annulation.

Pour une annulation avant le départ, contactez La Pèlerine au +33 (0)4 71 74 47 40, qui se chargera des procédures.

Durant le séjour, avant toute démarche, contactez **ASSISTANCE MUTUAIDE** au +33 (0)1 45 16 43 47 (que vous ayez souscrit au contrat Tranquillité ou Tranquillité CB).

Si vous avez des questions sur votre contrat, vous pouvez contacter la Hot Line au 05 32 09 21 81.

La non-présentation le jour du départ ou abandon en cours de séjour non justifiés, ne donne droit à aucun remboursement.

Un exemplaire du contrat, détaillant les garanties souscrites et la procédure à suivre, vous sera adressé en même temps que la confirmation de votre inscription, ou sur simple demande.

MODIFICATION DE RESERVATION :

ATTENTION !

Des frais de dossier (50 €) seront retenus pour tout **changement sur la réservation** déjà effectuée (type de chambre, date de départ, nombre de personnes...).

Les réservations éventuelles de **nuits supplémentaires** en début ou en fin de randonnée doivent se faire **obligatoirement à l'inscription** et être spécifiées sur le bulletin de réservation. Une fois les dossiers confirmés, ces réservations devront se faire directement auprès de l'hébergement concerné et être payées sur place.



- Le Pays Basque
- Itinérance en Cerdagne
- Les balcons du Val d'Azun

Si nous n'avons pas répondu à toutes vos questions,
- appelez-nous au +33 (0)4 71 74 47 40 -

