



ENTRE MONTAGUT ET LA RECAOUFA

Infos Pratiques

Distance	58,7 km
Niveau	Difficile
Dénivelé	1798 m D+
Départ	THEZAN-DES-CORBIERES
Typologie	boucle
Balisage	VTT Noir

Votre itinéraire

Étape 1 - Monter vers le Chamma et les Pausades. Après le hameau de la Salce, succession de pistes. Rejoindre le col de Vente Farine, rude d'accès. Descendre par un ancien sentier muletier technique jusqu'au ruisseau (! à la traversée). Arrivée à Fontjoncouse. Rue de la Vignolle puis tourner à gauche en montée. Traversée de la garrigue. Laisser l'itinéraire n°2 vers Coustouge et continuer à droite sur le N°6 vers Thézan jusqu'au parking de la Communauté de Communes. Sortir du village par la rue du Moulin à Vent ; passer la Grangette et le chemin de Caraguilhes ; rejoindre la D611, direction Saint-Laurent de la Cabrerisse. Tourner à gauche sur la D106 (direction Coustouge) et sur la ligne droite, après le chemin de la Sabine, tourner sur le 2ème chemin à droite (! Être attentif au balisage) (zone de vignoble) jusqu'à la D613. Aller à gauche vers St-Laurent. Après le cimetière, grimper (parfois rude) jusqu'au plateau puis descendre vers la D323, direction Jonquières. Après le lavoir, prendre la petite route à gauche longeant le réservoir. Rejoindre la Serre de La Camp puis traverser le ruisseau de la Soulane (! Très accidenté) pour grimper peu à peu sur la crête au moulin d'Albas. Descendre par une piste en lacets et rejoindre la D40. Aller à gauche, et dans Albas prendre la D106 jusqu'à Cascastel puis un chemin en montée à droite et gagner Villeneuve des Corbières. Par la D611 puis la D205, rejoindre le Sentier Cathare en montée vers La Recaoufa. Descente technique (! Chevaux) vers Durban.

Préconisations

Attention, le risque incendie est actuellement élevé et peut entraîner des fermetures de massifs. Renseignez-vous avant de partir en [consultant la carte du risque incendie](#) pour les activités de pleine nature.

Feux strictement interdits.

Ne fumez pas et ne jetez jamais de mégots dans la nature. Les incendies sont nombreux et catastrophiques dans notre région.

En cas d'incendie ou d'accident : donnez l'alerte 18 ou 112 à partir d'un portable.

Protégez-vous du soleil et emportez de l'eau en quantité suffisante.

Évitez la cueillette des fleurs et des plantes. Emportez tous vos déchets.

Refermez les clôtures et tenez les chiens en laisse dans les espaces de pâturages, les villages et les zones protégées. Merci et bonne promenade !

En savoir plus

Une mention particulière pour le site du Chamma et des Pausades : la montée sur sentier est technique mais agréable.

La descente par un ancien sentier muletier technique jusqu'au ruisseau (! à la traversée) avant Fontjoncouse = clou de la journée !

Après une zone sans turbulence entre Thézan et St Laurent, la remontée vers le Moulin d'Albas ; le Sentier Cathare en montée et descente secteur de la Récaoufa, très technique.

Circuit 6 de l'Espace VTT-FFC 198

A voir :

Points de vues :

Fontjoncouse : Forêt Domaniale des Corbières Orientales (245 m) ; ancienne bergerie (231 m).

<https://www.tourisme-corbieres-minervois.com/balades-et-randonnees/entre-montagut-et-la-recaoufa-2/>