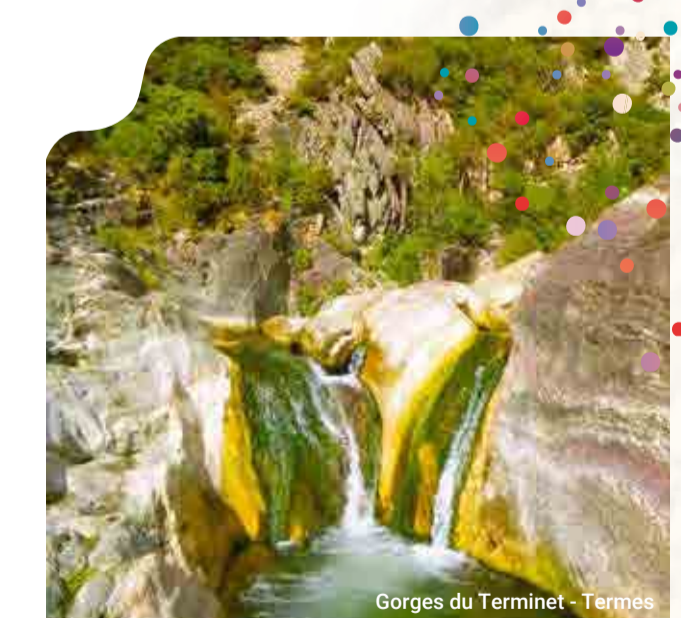
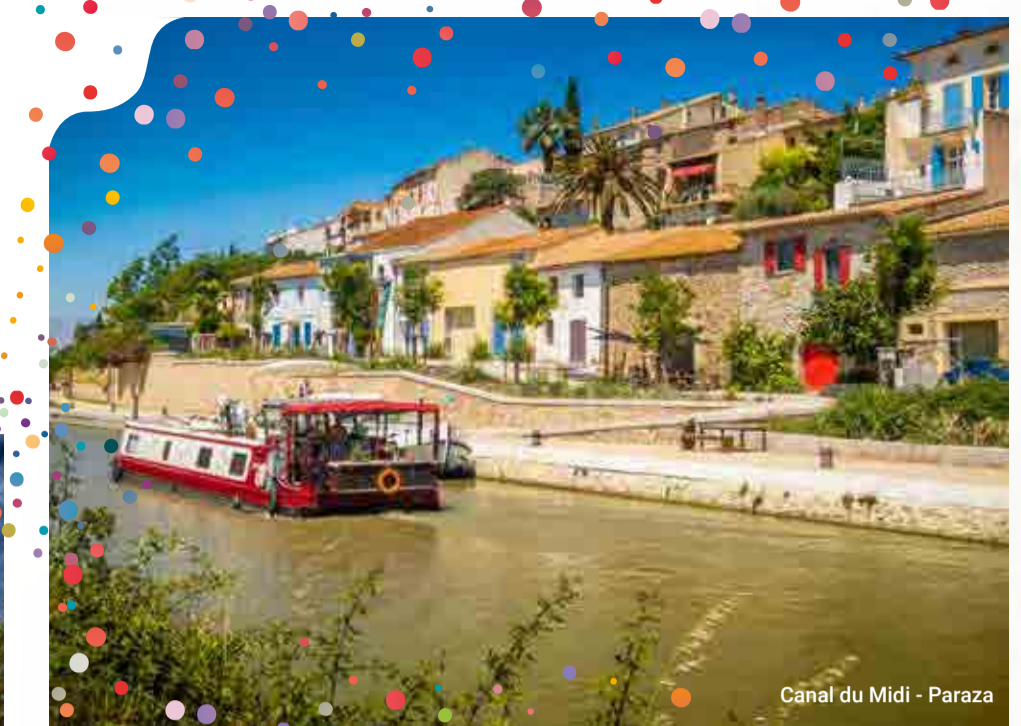


de Corbières en Minervois à pied

Loin de la foule, partez à la découverte de ces espaces sauvages de l'Aude, du canal du Midi aux monts des Corbières. Parcourez à votre rythme des paysages préservés de garrigue, de vignobles, de gorges et d'alpages, ponctués de petits villages au charme méridional.

DIFFICULTÉ / COMMUNE	THÈME / ITINÉRAIRE	KM	DÉNIVELÉ +
1 HOMPS	LE TOUR DU LAC DE JOUARRES	6,4	27
2 ROUBIA	LES TROIS BOSQUETS	6,2	110
3 ARGENS-MINERVOIS	LE PECH LAURIER	4,8	88
4 TOUROUZELLE	LA PINÈDE DE LA BADE ET LA PIERRE SÈCHE	8,8	157
5 CASTELNAU-D'AUDE	LE BOSQUET	4,9	82
6 ESCALES	LA TOUR	4,1	104
7 MOUX	SUR LES PAS DE ROLAND	9,3	427
8 SAINT-COÛT-D'AUDE	LE PLÔ	5,6	48
9 MONTBRUN-DES-CORBIÈRES	LE ROCHEUR DU RENARD	6,3	140
10 FONTCOUVERTE	AUTOUR DE LA PEYROUSE	6,7	167
11 CONILHAC-CORBIÈRES	LAUSINE	4,8	150
12 LEZIGNAN-CORBIÈRES	LA PINÈDE SAINT JAUMES	6,6	165
13 LEZIGNAN-CORBIÈRES	LE PARCOURS BOTANIQUE	1,4	28
14 CRUSCADES	EN SUIVANT ORBIEU	4,9	24
15 LUC-SUR-ORBIEU	LE MOUREL	5,4	141
16 ORNAISONS	D'ORBIEU EN PECH	8,6	177
17 BOUTENAC	CIRCUIT DES COMBES PAR LA CHAPELLE	7,3	190
18 BOUTENAC	LA BOUCLE DES TERROIRS	10,5	271
19 FERRALS-LES-CORBIÈRES	LA BOUCLE DU LAUZA	7,3	106
20 FERRALS-LES-CORBIÈRES	LE SENTIER VIGNERON DES CORBIÈRES	20,5	418
21 FABREZAN	LA PEYROUSE	4,2	121
22 FABREZAN	SON MIRÉ NOTRE DAME DE CONSOLATION	1,3	32
23 SAINT-ANDRÉ-DE-ROQUELONGUE	L'ERMITAGE SAINT JACQUES	7,1	191
24 MONTSERET	NATURE ET LEGENDES	9,4	202
25 MONTSERET	LE PAYS DE MABILE	6,1	185
26 THEZAN-DES-CORBIÈRES	MONTAGUT	3,9	151
27 SAINT-LAURENT-DE-LA-CABRERISSE	LE CIRQUE DE VIVIES	11,9	297
28 SAINT-LAURENT-DE-LA-CABRERISSE	LA ROCA DANSAIRA	7,6	255
29 SAINT-LAURENT-DE-LA-CABRERISSE	LES FAÏSSES PAR LA NIELLE	2,7	70
30 TOURNISSAN	LE SENTIER FRANCIS LASTENOUSE	5,6	265
31 TOURNISSAN	LA ROCHÉ TROUÉE	3,7	128
32 LAGRASSE	LE PIED DE CHARLEMAGNE	6,3	202
33 LAGRASSE	NOTRE DAME DE CARLA	10,4	282
34 SAINT-PIERRE-DES-CHAMPS	LE CAMIN DU MONT MAJOR	12,9	495
35 TALAIRAN	LE GOURG GOUTONNIER	8	188
36 TALAIRAN	LE SENTIER DU FACTEUR	17,5	437
37 TALAIRAN	LE SENTIER DES TRUFFIÈRES CIRCUIT LONG	5,5	155
38 COUSTOUGE	LES TROIS QUILLES	4,7	194
39 JONQUIÈRES	LE TROU DES GIMBOULS	3,9	129
40 ALBAS	LA RANDO DU GÉOLOGUE	8,5	295
41 ALBAS	AUTOUR DU BOUCHIAS	7,4	352
42 CASTEL-DES-CORBIÈRES	LA LAUZIE	7,6	218
43 TALAIRAN - FOURQUES ET SAINT-ROME	LE SENTIER DE FOURQUES ET SAINT-ROME	2,1	108
44 VILLEROUGE-TERMENES	BÂTONS LA CAMPAGNE	6,5	219
45 FELINES-TERMENES	AU FIL DU TEMPS, LA PIERRE	8,9	295
46 TERMES	1210, TERMES L'IMPRENABLE	6,5	420
47 TERMES	NITABÉ ROC	7,7	270
48 VIGNEVILLE	NOIR CHARBONNIÈRES	8,7	387
49 LAIRIÈRE	L'ÈRE DU TEMPS	3,9	290
50 MONTJOI	AU PROMONTOIRE DE L'AIGLE	4,2	192
51 BOUISSE	L'ALPAGE DES CORBIÈRES	4,9	140
52 LANET-SALZA	À TIRE D'AILLES	6,9	301
53 ALBIÈRES	DE BRANCHE EN BRANCHE	14,4	434
54 AURIAC	LE SILENCE EST D'OR	5,7	253
55 MOUTHOMET	LE JARDINIER DU TERROIR	12,8	402
56 LAROCHE-DE-FA	DU BLÉ AU MOULIN	9,9	180
57 DAVEJEAN	AUX DÉTOURS DU CHEMIN	7,4	208
58 PALAIRAC	LE FER OUBLIÉ DU PLATEAU DE LACAMP	12,4	506
59 QUINTILLAN	LE COL DE MAIROLLES	5,9	170
60 DERNACUEILLETTE	LE CEP ARCHITECTE PAYSAGER	8,6	280
61 MASSAC	DOLMENS MÉMOIRE DES PIERRES	7,3	190



Des espaces préservés

La destination est sur le périmètre des Parcs Naturels Régionaux Corbières Fenouillèdes et de la Narbonnaise en Méditerranée.

Plusieurs zones Natura 2000 bénéficient de mesures de protection de la biodiversité. Ouvrez l'œil et restez discrets pour observer la richesse de la faune et de la flore et notamment les oiseaux patrimoniaux des Corbières !

Les Espaces Naturels Sensibles (ENS) sont des sites reconnus pour leur patrimoine naturel exceptionnel accueillant une faune et une flore diversifiées et remarquables. Ils sont recensés et valorisés par les Départements qui en ont la charge.

Chaque année, un riche programme d'animations est proposé par le Département de l'Aude et par ses partenaires pour les découvrir.

En complément, le Parc Naturel Régional Corbières Fenouillèdes propose également des animations pour découvrir les patrimoines des Corbières et du Fenouillèdes.

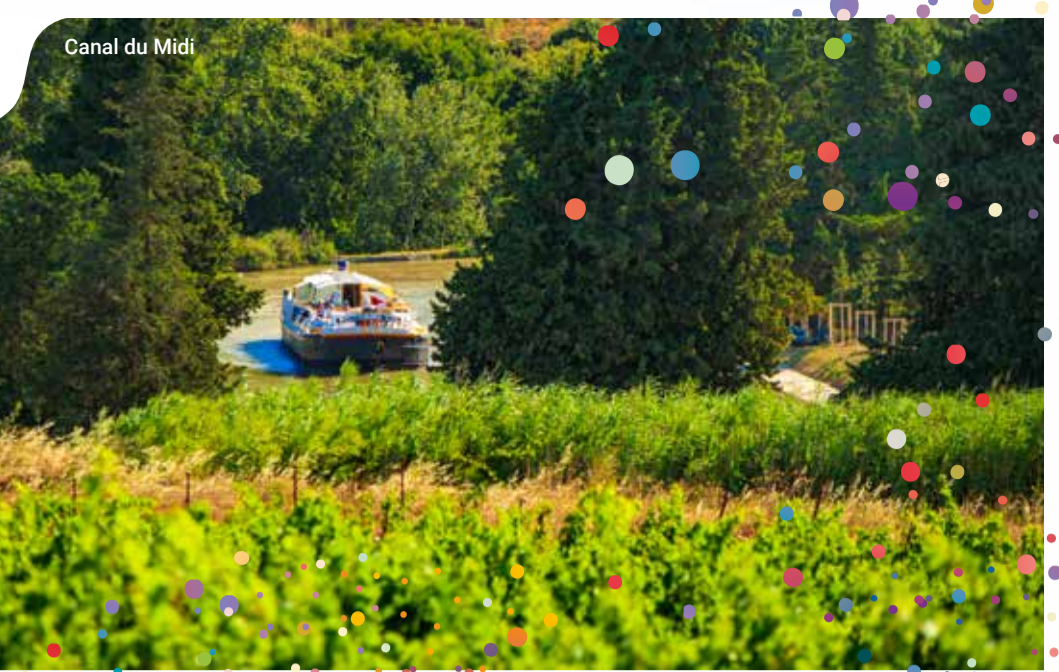


Il pourra porter vos sacs ou les jeunes enfants et donner aux plus grands l'envie de crapahuter pour une escapade d'1/2 journée, 1 journée ou 2 jours avec bivouac.

www.tourisme-corbières-minervois.com/randonner-avec-un-ane

Comment sont entretenus les sentiers ?

Les sentiers de Promenade et de Randonnée (PR) sont créés et entretenus par le service insertion de l'Office de Tourisme Intercommunal Corbières Minervois. Les itinéraires sont inscrits au Plan Départemental des Espaces, Sites et Itinéraires (PDESI) du Département de l'Aude. Les GR et GRP sont gérés par le Département de l'Aude et par le Comité départemental de la Fédération Française de Randonnée Pédestre (CDRFP1). Le chantier d'insertion est co-financé par les communes, la Communauté de Communes de la Région Lézignanaise Corbières Minervois, le Département de l'Aude et la Direction Départementale de la Cohésion Sociale et de la Protection des Populations.



Tour de Pays

La Ronde au cœur des Corbières
La Ronde au cœur des Corbières est un itinéraire de randonnée de 100 km en boucle autour de 14 communes, entièrement balisé en jaune et vert, que l'on peut aborder en 5 ou 6 jours, au départ de l'un des villages du parcours.

Tour des Hautes Corbières
Le Tour des Hautes-Corbières est un itinéraire de 52 km, au départ de VilleroUGE-Termenès, pouvant être réalisé en 2 jours (sportif) ou 3 jours.

Boucle des Corbières
La boucle des Corbières est un itinéraire de 64 km au départ de Ribaute ou de Lagrasse. Il peut s'effectuer idéalement en 3 jours.

GR 78 - Chemin du Piémont Pyrénéen
Reliant Montpellier à Saint-Jean-Pied-de-Port, le GR 78 "Chemin du Piémont Pyrénéen" est l'extension de la Voie du Piémont, "calquée" sur une ancienne voie de pèlerinage permettant aux pèlerins de découvrir la cité mariale (Lourdes). Il traverse l'Hérault puis l'Aude et l'Est en ouest. Cet itinéraire relie aussi la Méditerranée à l'Atlantique.

GR 36 et 36 A - Traversée de l'Aude
Cheminaut de la Normandie à l'Espagne, le GR 36 traverse l'Aude de part en part (le GR 36 A est une variante), du nord au sud. Frais ombrages du canal du Midi, Cité médiévale de Carcassonne, massif sauvage des Corbières, fiers vestiges des sites du Pays Cathare.

Aude Romaine et Médiévale
Le GRP (Grande Randonnée de Pays) Aude Romaine et Médiévale permet de relier Narbonne et sa cathédrale, l'abbaye de Fontfroide, la cité médiévale et l'abbaye de Lagrasse et Carcassonne et sa Cité en parcourant une boucle à réaliser sur plusieurs jours, passant par le canal du Midi. La boucle totale fait environ 225 km mais il est possible de n'en faire qu'une partie grâce au réseau de transports en commun et notamment aux gares de Narbonne et Carcassonne.

GR 77
Du Saut de Vezeles au Signal d'Alaric
Cet itinéraire part des monts du Haut-Languedoc dans l'Hérault pour rejoindre l'Alaric dans les Corbières.

SÉCURITÉ

Le risque incendie est souvent élevé, en particulier l'été, 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 sur www.risque-prevention-incendie.fr/au-de

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. En période de restriction d'eau, les points d'eau potable peuvent être fermés. 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.

"La chasse étant une tradition ancestrale, un respect mutuel entre chasseurs et randonneurs doit s'établir", si les jours de promenade sont chassés.

Tous les itinéraires à pied. Fiches téléchargeables, gpx... sur www.tourisme-corbières-minervois.com



