

Les « circuits familiaux » sont assez faciles, courts et sans grandes difficultés ; idéals pour les petites excursions.



## CIRCUITS Familiaux

**Circuit 11**

Départ : Puivert • Distance : 9 km  
Dénivelé : 80 m



Nos Coups de Cœur

Un petit circuit très facile au départ du lac qui permet de découvrir la plaine de Puivert.

**A voir :**  
Château de Puivert, Musée du Quercorb, Hameaux dispersés.

**Circuit 27**

Départ : Espezel, village • Distance : 13 km  
Dénivelé : 71 m



Nos Coups de Cœur

Idéal pour découvrir le Pays de Sault en famille, d'Espezel à Belvis.

**A voir :**  
Grand plateau du Pays de Sault, Massif de Tabé, l'Ourtiset.

**Circuit 6**

Départ : Nébias, bas du village, arrêt de bus sur la D117  
Distance : 12 km • Dénivelé : 130 m

Ce circuit très facile est particulièrement adapté aux enfants. Tracé en 8 sur le plateau de Nébias, les deux boucles peuvent être faites indépendamment pour réduire la distance : une boucle vers le Château de Puivert et une boucle vers le hameau de Lafage.

**A voir :** Château de Puivert.

**Circuit 33**

Départ : Arques, Place du village  
Distance : 9 km • Dénivelé : 150 m



Le circuit passe par l'Arboretum du Planel qui permet de découvrir de nombreuses espèces végétales. Sur le chemin du retour, le sentier botanique finalisera les connaissances des végétistes curieux et ayant du temps.

**A voir :** Arboretum et terresrouges.

**Circuit 14**

Départ : Chalabre, Hôtel de France  
Distance : 17 km • Dénivelé : 180 m



Le parcours descend l'Hers et alterne entre vergers et bois. Après le village de Sonnac-sur-l'Hers, l'itinéraire conduit au barrage du lac de Montbel. Le retour s'effectue après un petit col forestier par une belle descente.

**A voir :** Château de Chalabre, Bastide de Chalabre, église de Montbel, Vergers, forêts, lac, rivière.

**Circuit 41**

Départ : Cailhau, rue de la Rougère  
Distance : 12 km • Dénivelé : 252 m



Ce circuit vous fera découvrir la région du Razès et de la Malepère. Cette boucle assez facile, vous laissera la possibilité d'observer sa richesse floristique avec de rares orchidées.

**A voir :** Cailhau, porte Aquaria, église Saint-Christophe d'origine médiévale remaniée au XVIII<sup>e</sup>, le massif de la Malepère, vues sur le Razès, les Pyrénées et le Carcassonnais.

**Circuit 20**

Départ : Puivert, le lac  
Distance : 10 km • Dénivelé : 250 m

Ce parcours présentant peu de difficultés permet de sillonner la partie sud de la plaine de Puivert, de traverser quelques hameaux et offre de magnifiques points de vue sur le château.

**A voir :** Château de Puivert, Musée du Quercorb, Hameaux dispersés.

**Circuit 51**

Départ : Axat, parking Place de la Gare  
Distance : 9 km • Dénivelé : 275 m

Cette boucle au départ de la gare d'Axat offre des panoramas exceptionnels en surplomb des Gorges de Saint-Gorges. Ensuite le chemin deviendra forestier et agrémenté par des multiples rencontres avec le ruisseau de la Fage jusqu'à Axat.

**A voir :** Eglise du 19<sup>ème</sup> avec fonds baptismaux 17<sup>ème</sup>, hôtel en marbre et vitrail de Saint-Nicolas 18<sup>ème</sup>, Usine hydroélectriques de St-Georges, Gorges de Saint-Georges, rivière, forêt.

**Circuit 25**

Départ : Belcaire, Supérette  
Distance : 15 km • Dénivelé : 500 m



Circuit très vallonné avec traversée de belles forêts de sapins.

**A voir :** Traversée du vieux Belcaire, vue sur le village de Montailou et son château Cathare en ruine.



Sentier majoritairement en « **Route forestière** » : large, peu de pièges, sans difficultés



Sentier majoritairement en « **Chemin** » : variable, peu de pièges, quelques difficultés



Sentier majoritairement en « **Monotrace** » : étroit, quelques pièges, beaucoup de difficultés



Chemin à éviter par temps de pluie ou par sol humide



Chemin comprenant des côtes longues et/ou difficiles

Les « circuits roulants » sont souvent longs mais sans difficultés, conseillés aux cyclistes endurants ou voulant prendre leur temps.



## CIRCUITS Roulants

**Circuit 45**

Départ : Belvèze du Razès, place de la Gare  
Distance : 18 km • Dénivelé : 380 m

Dans le Razès, pays des villages ronds et des dénivelés collinaires, ce circuit présente à lui seul la diversité paysagère du territoire.

**A voir :** Village circulaire d'Alaigne, passage au Pic des Trois Seigneurs (443 m) avec vue sur tout le Razès, les Pyrénées, le Pic de Bugarach, la Montagne Noire.



Nos Coups de Cœur

**Circuit 52**

Départ : Axat, place Joachim Estrade  
Distance : 19,5 km • Dénivelé : 575 m

Offrant un regard différent sur le village d'Axat et son patrimoine ferroviaire (viaducs, tunnels,...), cette boucle vous amènera jusqu'au château de Puilaurens.

**A voir :** Ruines du vieux château d'Axat, viaduc de canaux, Château Cathare de Puilaurens, patrimoine ferroviaire.



Nos Coups de Cœur

**Circuit 4**

Départ : Espérazza, parking route de Fa  
Distance : 11 km • Dénivelé : 280 m

Une très belle petite boucle qui offre un magnifique point de vue sur Rennes-le-Château, le Pic de Bugarach et sur la chaîne des Pyrénées.

**A voir :** Capitelles, Rennes-le-Château, Pic de Bugarach, Tour de Fa.



**Circuit 23**

Départ : Belcaire, Supérette (D613)  
Distance : 27 km • Dénivelé : 650 m

De belles forêts et arrivée sur Belcaire avec une vue plongeante sur le lac et sa base de loisirs.

**A voir :** Vieux village de Roquefeuil, Forêts et pâturages.



**Circuit 10**

Départ : Nébias, Place du village  
Distance : 13 km • Dénivelé : 90 m

Petite balade sans difficulté ni dénivelé sur le plateau de Puivert/Nébias, le long des « camps » (petits hameaux).

**A voir :** Château Cathare de Puivert.



**Circuit 24**

Départ : Camurac, village  
Distance : 18 km • Dénivelé : 550 m

Entre forêts de sapins, village pittoresques et les grands espaces du Pla du Boum, cet itinéraire vous amènera jusqu'au belvédère du Pas de l'Ours.

**A voir :** Vue sur le château de Montségur, village pittoresque de montagne, les Gorges de la Frau (site classé).



**Circuit 13**

Départ : Chalabre, pont sur l'Hers  
Distance : 25 km • Dénivelé : 200 m

Le parcours suit la voie verte au pied des vallonnements verdoyants du piémont pyrénéen, longeant villages, bois, lac et rivière.

**A voir :** Château et bastide de Chalabre, lac et église de Montbel.



**Circuit 28**

Départ : Rodome, village  
Distance : 36 km • Dénivelé : 1300 m

Cet itinéraire en zone de montagne traverse plusieurs petits villages avant de passer le col de Tourrugue (alt. 1500m), offrant un panorama exceptionnel, puis redescend par une longue piste.

**A voir :** Villages pittoresques, vue panoramique sur le Pays de Sault, Pic de l'Ourtiset.



**Circuit 17**

Départ : Chalabre, Office de Tourisme  
Distance : 50 km • Dénivelé : 780 m

Ce parcours exigeant alterne tour du lac de Montbel et passages en crêtes, forêts accidentées et Voie Verte. Il comblera les amateurs de diversité technique et de paysages montagnards.

**A voir :** Château et bastide de Chalabre, lac, barrage et église de Montbel, panorama pyrénéen.



**Circuit 32**

Départ : Arques, Place du village  
Distance : 18 km • Dénivelé : 450 m

Cet itinéraire offre un panorama somptueux depuis les deux sommets principaux de la forêt du Rialsesse d'où l'on aperçoit le lac d'Arques, le Pic de Bugarach et la chaîne des Pyrénées.

**A voir :** Arboretum, gorges, lac.



**Circuit 34**

Départ : Bugarach, village  
Distance : 16 km • Dénivelé : 480 m

Ce circuit permet de rouler sur les flancs du fameux Pic de Bugarach. Il en impose par sa diversité de vues, de difficultés et de paysages.

**A voir :** Point de vue remarquable sur le Pic de Bugarach.



**Circuit 47**

Départ : Escueillens St-Just de Bèlengard, Mairie  
Distance : 19 km • Dénivelé : 434 m

Ce circuit doucement vallonné chemine au travers de petits hameaux, de prairies et de bois dispersés dans un paysage montagnard.

**A voir :** Maison à colombage (Peyrefitte du Razès), Lac de la Pène.



Les « circuits techniques » requièrent eux plus de capacités techniques et physiques.



## CIRCUITS Techniques

**Circuit 8**

Départ : Espérazza, parking route de Fa  
Distance : 20 km • Dénivelé : 420 m

Ce parcours combine des parties roulantes pour profiter du paysage magnifique et des passages techniques sur single.

**A voir :** La Tour de Fa, Fort et Moulin de Rouvenac, Plateau de Bouichet.



Nos Coups de Cœur

**Circuit 35**

Départ : Couiza, Office de Tourisme  
Distance : 35 km • Dénivelé : 705 m

Des paysages et un patrimoine surprenants vous attendent tout au long de cette boucle, longue et technique à souhait. Avis aux amateurs.

**A voir :** Rennes-le-Château, pont romain, capitelles, Roche Tremblante, fauteuil du diable, terres rouges.



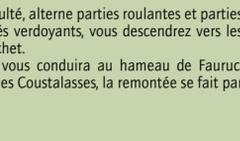
Nos Coups de Cœur

**Circuit 1**

Départ : Nébias, place du village  
Distance : 13 km • Dénivelé : 230 m

Ce petit circuit sans grande difficulté, alterne parties roulantes et parties techniques. De Nébias et ses prés verdoyants, vous descendrez vers les terres rouges du Plateau de Bouichet. Une petite descente technique vous conduira au hameau de Fauruc. Après la sympathique descente des Coustalasses, la remontée se fait par la Cascade du Sautadou.

**A voir :** Plateau de Bouichet.



**Circuit 19**

Départ : Chalabre, Hôtel de France  
Distance : 40 km • Dénivelé : 900 m

Ce circuit au dénivelé marqué traverse les plus beaux sites du Quercorb : vues majestueuses sur Montségur, le lac de Puivert, son château et les panoramas sur les Pyrénées.

**A voir :** Château et bastide de Chalabre, Chapelle Sainte-Cécile de Rivel, Château de Puivert, Musée du Quercorb.



**Circuit 2**

Départ : Quillan, parking de la Gare  
Distance : 14 km • Dénivelé : 320 m

Ce circuit assez court, ravira les adeptes du VTT technique et ludique, parfait pour s'entraîner et progresser techniquement.

**A voir :** Chalet de Carach, église de Belvianes, Les 3 Quilles.



**Circuit 26**

Départ : Roquefeuil, Village  
Distance : 12 km • Dénivelé : 375 m

Cette courte boucle comporte quelques passages techniques intéressants et offre une vue plongeante sur le plateau et la vallée du Rébenty.

**A voir :** église de Roquefeuil (Classé).



**Circuit 3**

Départ : Quillan, parking de la Gare  
Distance : 24 km • Dénivelé : 580 m

Cette boucle offre des panoramas à couper le souffle, alternant côtes physiques et descentes techniques. Le final est mérité avec la descente de Bitrague.

**A voir :** château de St-Ferriol, château de Saint-Just, vue sur les Gorges de la Pierres Lys.



**Circuit 29**

Départ : Aumat, Village  
Distance : 19 km • Dénivelé : 600 m

La variété des sentiers empruntés et l'évolution dans un paysage ouvert constituent l'intérêt de cet itinéraire relativement physique par son profil vallonné.

**A voir :** Le petit plateau de Sault.



**Circuit 5**

Départ : Espérazza, parking route de Fa  
Distance : 16 km • Dénivelé : 320 m

Cette boucle convient aux végétistes de tous niveaux et vous fera découvrir le plateau de Granès, ses terres rouges et ses vignes.

**A voir :** Château de St-Ferriol, Terres rouges de Granès, Pic de Bugarach.



**Circuit 7**

Départ : Forêt de Callong, maison forestière  
Distance : 29 km • Dénivelé : 1113 m

Cet itinéraire descendant vous conduira de la Forêt de Callong jusqu'à Espérazza, soit près de 900m de dénivelé négatif, avec quelques petites montées, puis vous rejoignez Quillan par une petite route. Ce parcours nécessite d'organiser une navette (20 mn en voiture).

**A voir :** Forêt de Callong, Plateau de Bouichet, Fort de Campagne-sur-Aude.



**Circuit 15**

Départ : Chalabre, Hôtel de France  
Distance : 22 km • Dénivelé : 450 m

Ce circuit remonte le Chalabreil en sous-bois (résineux et buis), débouche sur la route des crêtes offrant une vue sur les Pyrénées, puis descend vers Montjardin.

**A voir :** Château et bastide de Chalabre, hameau en ruine.



**Circuit 46**

Départ : Belvèze du Razès, Place de la Gare  
Distance : 40 km • Dénivelé : 852 m

Le circuit du Tour du Razès, au caractère très champêtre, passe au travers de nombreux villages circulaires et la crête ludique propose une magnifique palette de paysages, particulièrement au printemps ou à l'automne !

**A voir :** Villages circulaires (Alaigne, Bellegarde-du-Razès, Fenouillet-du-Razès, Mazerolles-du-Razès), Passage au Pic des Trois Seigneurs (443 m).



**Circuit 16**

Départ : Chalabre, Pont sur l'Hers  
Distance : 32 km • Dénivelé : 430 m

Le grand tour du lac de Montbel réserve quelques passages techniques dans les parties boisées. En été, le lac mérite qu'on s'attarde sur une de ses plages.

**A voir :** Château et bastide de Chalabre, lac, église de Montbel.



**Circuit 48**

Départ : Sonnac-sur-l'Hers  
Distance : 32 km • Dénivelé : 805 m

Du col de la Flotte, l'itinéraire devient panoramique, puis bascule sur la vallée agricole de l'Ambronne, avant de rejoindre Caudeval et Tréziers par les hauteurs. Il s'achève tranquillement le long de l'Hers, par la voie verte.

**A voir :** Panoramas sur le Quercorb et le massif de Tabé, château de Caudeval, village fortifié de Camon.



# l'Espace Aude en Pyrénées LE V.T.T. GRANDEUR NATURE !

Au cœur du Pays Cathare, l'espace V.T.T. Aude en Pyrénées est constitué de 6 secteurs différents mais complémentaires.

Gorges profondes, vignes dorées, sapinières ombragées, collines verdoyantes, vous attendent. Vous imaginerez certainement au gré de vos envies des circuits de plusieurs jours en combinant les différentes boucles.

Vous ne résisterez certainement pas aux délices de la gastronomie locale, ni même aux joies de la découverte de notre artisanat et de nos traditions.

Sur ces 6 secteurs, campings, gîtes, chambres et tables d'hôtes, hôtels, restaurants, vous accueilleront lors de votre périple.

## MANIFESTATIONS :

- Rando-Razès : randonnée VTT, à Escueillens, en septembre
- Ronde des 3 Quilles : randonnée VTT, à Quillan, en octobre
- Los Camins de la Blanqueta : randonnée VTT, à Limoux, en mai
- Carach Bike : compétition VTT X-Country, à Quillan, en mai
- Mini Carach Bike : compétition VTT enfants, à Ginoles, en mai



## ACCOMPAGNATEURS :

**PRATIQUER LE VTT AVEC DES MONITEURS DIPLOMÉS :**

- La Forge de Quillan - Centre VTT-FFC - Tél. 04 68 20 23 79 - www.laforgequillan.fr
- Louis Calvéne - Tél. 05 61 03 54 73 / 06 84 71 40 94 - www.convivial-pyrenees.com
- Dominique Ernaga - Tél. 04 68 20 07 65 / 06 12 30 64 62 - bardane2001@yahoo.fr

## LOCATION DE VTT :

**POUR LOUER UN VTT OU FAIRE UNE RÉPARATION CONTACTEZ :**

- Cycles Thomas Loisirs - ZI Pastabrac - 11190 Couiza Tél. 04 68 74 10 97 - email : thomas.loisirs@wanadoo.fr
- La Forge - 11500 Quillan - Tél. 04 68 20 23 79 - www.laforgequillan.fr
- VéloMondo - 8 impasse de l'Eglise - 09600 Lérans Tél. 06 31 94 24 91 - www.velomondo.com
- Château de Camurac - 11340 Camurac Tél. 04 68 31 32 01 - www.chateaudecamurac.com
- Domaine résidentiel « La Mare aux Fées » - 11340 Roquefeuil Tél. 04 68 31 11 37 - 06 79 76 40 55 - www.pyrenees-camping.com
- Cycles Taillerfer - 11300 Limoux - Tél. 04 68 31 02 01

## LES CLUBS :

**PRATIQUER LE VTT AVEC LES CLUBS LOCAUX :**

- AS Quillan - Julien - Tél. 04 68 20 94 19 ou Patrick - Tél. 06 71 98 04 81 www.vtt-pyrenees.com
- Club VTT Limoux - Ludovic - Tél. 06 87 67 93 68 ou Christophe Tél 06 73 99 31 52 - www.vttlimoux.fr
- Cyclo Club Chalabrais - Jean - Tél. 06 84 57 95 15

## CODE DU VETETISTE

Les recommandations pour bien vivre le VTT

- Le Vélo Tout Terrain comme on veut ! mais...**
- Empruntez les chemins balisés pour votre sécurité et respectez le sens des itinéraires ;
  - Ne surestimez pas vos capacités et restez maître de votre vitesse ;
  - Soyez prudent et courtois lors des dépassements ou croisements de randonneurs car le piéton est prioritaire ;
  - Pour les parcours passant par un tunnel, prévoyez un éclairage ;
  - Contrôlez l'état de votre V.T.T. et prévoyez ravitaillement et accessoires de réparation ;
  - Si vous partez seul, laissez votre itinéraire à votre entourage ;
  - Respectez les propriétés privées et les zones de cultures ;
  - Attention aux engins agricoles et forestiers ;
  - Refermez les barrières ;
  - Évitez la cueillette sauvage de fleurs, fruits et champignons ;
  - Ne troublez pas la tranquillité des animaux sauvages ;
  - Gardez vous détritiques, soyez discret et respectueux de l'environnement ;
  - Soyez bien assuré, pensez au Pass'Loisir.

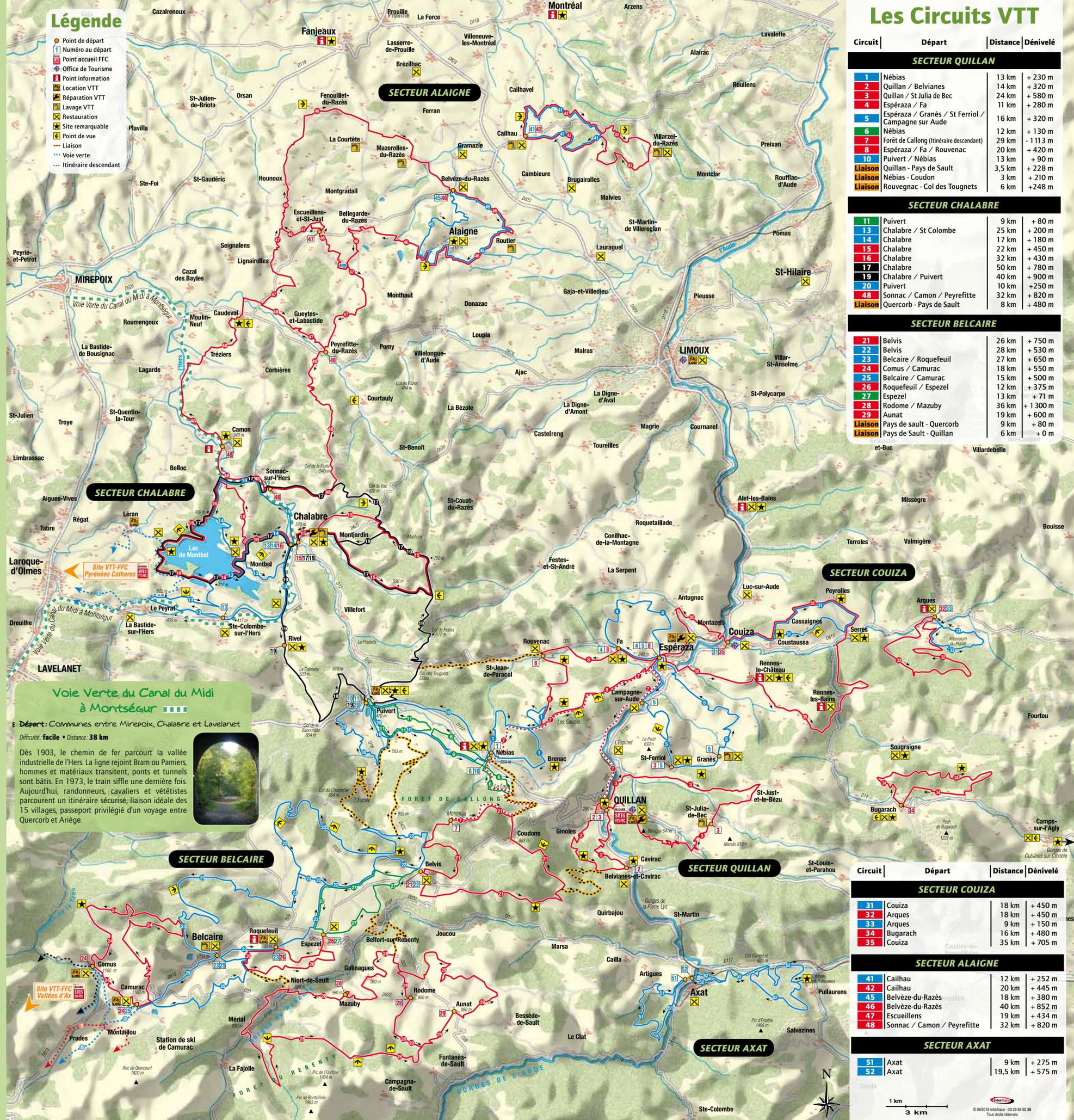
Pendant la période de chasse (de la mi-août à la mi-janvier, les mercredis, samedis et dimanches), nos amis les chasseurs empruntent certains circuits. Nous vous recommandons d'être prudent, notamment durant cette période.

## LE BALISAGE SUR LE TERRAIN

- Quand une partie du circuit reprend un GR, le balisage est allégé. Suivre dans ce cas les marques du G.R.
- Ponctuellement, un tracé peut évoluer sur le terrain, fiez-vous aux balises.
- Certains parcours présentent une variante, celle-ci est indiquée sur le terrain à la séparation du tracé principal.

### Légende

- Point de départ
- 1 Numéro au départ
- Point accueil FFC
- Office de Tourisme
- Point information
- Location VTT
- Réparation VTT
- Lavage VTT
- Restauration
- Site remarquable
- Point de vue
- Liaison
- Voie verte
- Itinéraire descendant



### Voie Verte du Canal du Midi à Montségur

**Départ :** Communes entre Mirepoix, Chalabre et Lavelanet  
**Difficulté :** facile • **Distance :** 38 km

Dès 1903, le chemin de fer parcourt la vallée industrielle de l'Hers. La ligne rejoint Bram ou Pamiers, hommes et matériaux transitent, ponts et tunnels sont bâtis. En 1973, le train siffle une dernière fois. Aujourd'hui, randonneurs, cavaliers et vététistes parcourent un itinéraire sécurisé, liaison idéale des 15 villages, passeport privilégié d'un voyage entre Quercorb et Ariège.

## Les Circuits VTT

Circuit	Départ	Distance	Dénivelé
<b>SECTEUR QUILLAN</b>			
1	Nébias	13 km	+ 230 m
2	Quillan / Belvianes	14 km	+ 320 m
3	Quillan / St Julia de Bec	24 km	+ 580 m
4	Espérasa / Fa	11 km	+ 280 m
5	Espérasa / Granès / St Ferriol / Campagne sur Aude	16 km	+ 320 m
6	Nébias	12 km	+ 130 m
7	Forêt de Callong (Itinéraire descendant)	29 km	- 1113 m
8	Espérasa / Fa / Rouvenac	20 km	+ 420 m
10	Puivert / Nébias	13 km	+ 90 m
Liaison	Quillan - Pays de Sault	3,5 km	+ 228 m
Liaison	Nébias - Coudon	3 km	+ 210 m
Liaison	Rouvenac - Col des Tougnets	8 km	+ 248 m
<b>SECTEUR CHALABRE</b>			
11	Puivert	9 km	+ 80 m
13	Chalabre / St Colombe	25 km	+ 200 m
14	Chalabre	17 km	+ 180 m
15	Chalabre	22 km	+ 450 m
16	Chalabre	32 km	+ 430 m
17	Chalabre	50 km	+ 780 m
19	Chalabre / Puivert	40 km	+ 900 m
20	Puivert	10 km	+ 250 m
48	Sonnac / Camon / Peyrefitte	32 km	+ 820 m
Liaison	Quercorb - Pays de Sault	8 km	+ 480 m
<b>SECTEUR BELCAIRE</b>			
21	Belvis	26 km	+ 750 m
22	Belvis	28 km	+ 530 m
23	Belcaire / Roquefeuil	27 km	+ 650 m
24	Comus / Camurac	18 km	+ 550 m
25	Belcaire / Camurac	15 km	+ 500 m
26	Roquefeuil / Espezel	12 km	+ 375 m
27	Espezel	13 km	+ 71 m
28	Rodome / Mazuby	36 km	+ 1 300 m
29	Aunat	19 km	+ 600 m
Liaison	Pays de sault - Quercorb	9 km	+ 80 m
Liaison	Pays de Sault - Quillan	6 km	+ 0 m
<b>SECTEUR COUIZA</b>			
31	Couiza	18 km	+ 450 m
32	Arques	18 km	+ 450 m
33	Arques	9 km	+ 150 m
34	Bugarach	16 km	+ 480 m
35	Couiza	35 km	+ 705 m
<b>SECTEUR ALAIGNE</b>			
41	Cailhau	12 km	+ 252 m
42	Cailhau	20 km	+ 445 m
45	Belvéze-du-Razès	18 km	+ 380 m
46	Belvéze-du-Razès	40 km	+ 852 m
47	Escueillens	19 km	+ 434 m
48	Sonnac / Camon / Peyrefitte	32 km	+ 820 m
<b>SECTEUR AXAT</b>			
51	Axat	9 km	+ 275 m
52	Axat	19,5 km	+ 575 m

### Espace VTT-FFC Aude en Pyrénées

Avec plus de 890 km de sentiers balisés, l'Espace VTT-FFC est le plus grand site VTT des Pyrénées !

40 circuits à découvrir ainsi que des liaisons vers les sites VTT-FFC de la Vallée d'Aix et « Pyrénées Cathares », offrant plus de 1 500 km, une Voie Verte et une Grande Traversée VTT.

et aussi l'Espace CycloSport  
 Info www.cyclo-pyrenees.com

**Espace VTT-FFC AUDE-EN-PYRENEES**

### INFORMATIONS

- **Pyrénées Audoises Tourisme**  
Square André Tricoire  
11500 QUILLAN  
Tél. 33 (0)4 68 20 07 78
- **Office de Tourisme du Pays de Couiza**  
17 route des Pyrénées  
11190 COUIZA  
Tél. 33 (0)4 68 69 69 85
- **Service Tourisme du Limouxin**  
7 avenue du Pont de France  
11300 LIMOUX  
Tél. 33 (0)4 68 31 11 82