

## SUR LE SENTIER CATHARE

Les sentiers de grande randonnée sont des parcours se développant sur plusieurs jours et nécessitant un équipement complet. Le Sentier Cathare : itinéraire de la mer jusqu'à Montségur sur les sentiers de rocailles qu'arpentaient jadis les fameux "bonshommes" il vous fera visiter les châteaux du pays cathare : AGUILAR - QUERIBUS - PEYREPERTUSE - PUILAURENS - PUIVERT - MONTSEGUR - FOIX -  
Le sentier Cathare : demandez le carnet de voyage - ADT de l'Aude 04 68 11 66 00

### Infos pratiques

<b>Départ</b>	TUCHAN
<b>Durée</b>	03h10
<b>Distance</b>	10,7 km
<b>Dénivelé</b>	321 m
<b>Balisage</b>	Blanc et rouge GR

# Votre itinéraire

## Étape 1

Prenez la petite route goudronnée conduisant à la D 611. Au carrefour, prenez à gauche cette départementale sur 800 m pour arriver à Tuchan. A la sortie sud, sur la route départementale, prenez à droite juste avant le cimetière la petite route que l'on quitte vite sur la gauche pour suivre à travers le vignoble le chemin d'exploitation pour rejoindre la D 14, face au lieu-dit les Pins. Continuez sur la droite par la D 14 pendant 200 m jusqu'au carrefour. Prenez à droite le chemin rural desservant les vignes après avoir franchi le ravin du Rec del Guech au nord du piton caractéristique du serrat Redounel, puis retrouvez l'ancienne route de Tuchan à Padern allant en balcon à flanc du roc Fourcat au-dessus du canyon du Verdoble. Très bel itinéraire, avant d'atteindre le Grau de Padern. Pour rejoindre Padern, suivre la route D 14. (Selon "Le sentier Cathare, de la mer à Montségur" - Rando Pyrénéenne - A. Brenon, J. Duvernoy, M. Roquebert).

## Étape 2

Descendre sur la route d'accès. Dès les premiers virages, un chemin sur la gauche coupe un lacet. Retrouver la route en contrebas et la suivre désormais.

## Étape 3

A l'intersection, aller à gauche puis tout droit jusqu'à la D39. La suivre à droite jusqu'à la D611. Poursuivre à gauche et traverser le village de Tuchan en direction de Paziols.

## Étape 4

A la sortie du village tourner à droite le long du mur du cimetière.

## Étape 5

Environ 200m plus loin, poursuivre sur le chemin en pierre à gauche.

## Étape 6

Continuer tout droit sur ce chemin en ignorant les chemins à gauche et à droite jusqu'à une intersection.

## Étape 7

Bifurquer alors à gauche vers la D 14. Longer la D14 à droite sur 500m.

## Étape 8

Face à une cabane ruinée, emprunter une piste sur la droite et avancer vers la base d'un piton rocheux caractéristique. A ses pieds (ruines), obliquer et descendre légèrement sur la gauche.

## Étape 9

Marcher tout droit entre les vignes sur le chemin qui traverse une première combe. Au bout d'une vigne, franchir un talus sur la droite et remonter entre des cyprès et une nouvelle parcelle puis sur un sentier ouvert dans la garrigue. Il

prend un peu de hauteur pour franchir ensuite le ravin du rec de Lanes.

### **Étape 10**

Près d'une cabane en ruines, retrouver l'ancien sentier ; le suivre vers la droite. Poursuivre par un joli cheminement en terrasse sous le roc Fourcat.

### **Étape 11**

Passer un collet où le sentier vire au nord-ouest pour descendre par un bel itinéraire rocheux vers le Grau de Padern. Longer le goudron à droite sur environ 250m.

### **Étape 12**

Avant le pont, emprunter à droite le chemin dans le lit du Verdoble permettant de rejoindre Padern.