



RANDOTHEQUE

Zone N° 3 Région :		MIDI PYRENEES	
Titre :		Montagne Noire Pic de Nore	
Département : 11 Commune de départ : Pradelles Cabardès Situation géographique : Montagne Noire		Accès : entre Mazamet et Carcassonne	
Rando effectuée le :	Contact : jacques Lacroux	club :	Bozouls
14 15 et 16 aout 2008	Tel : 05 65 48 00 37	e.mail :	jacqueslacroux@gmail.com
Type de rando : Linéaire Circuit [Cadre3]	Distance totale : 30 km. Durée totale : 3 jours		
Caractéristiques :	Niveau de difficulté : Longueur des étapes ou temps de marche: 10h. * ** *** facile moyen difficile 5km/ 14km / 12km moyenne montagne Difficultés particulières : aucune		

	Hébergements :	Renseignements (capacité d'accueil, restauration, parking, ravitaillement, contact, prix.)	Appréciation bof / moyen / bien / super
1	Hotel Les Pailhès 11380 Pradelles-Cabardès	½ pension 59€ 12 chambres piscine tel 04 68 26 12 20	moyen

Carte IGN : 2344 ET	Topo guide : l'Aude pays Cathare à pied.
---------------------	--

Guides ou accompagnateurs locaux : non
<p>Descriptif :</p> <p>1er jour: château de Lastours à 16km de Mazamet dir. Carcassonne, juste avant le village des Martyrs, prendre à gauche la D101 vers Lastours. Nous avons réservé l'hôtel à Pradelles pour le soir et nous profitons de l'après-midi pour visiter le château de Lastours. La balade dure 2 h. (5 km) et vaut la peine. Dommage, la visite est payante; (circuit obligé).</p> <p>2ème jour: Le pic de Nore. 14km. dénivelé +/- 577m itinéraire décrit par Fred. Rejoindre la D112 en descendant devant l'église de Pradelles Cabardès et sortir du village. Prendre le GR36 à gauche . On rejoint le GR36 (0:20) qui monte rectiligne avant d'entrer dans un bois. Prendre un chemin à gauche pour se diriger vers le Roquo d'Astié que l'on atteint rapidement (0:55). Jolie vue sur Pradelles Cabardès et son lac. On aperçoit le Pic de Nore et son pylone imposant vers lequel on se dirige par un large chemin moins pentu. On traverse par deux fois la D87 puis la pente se redresse avant d'atteindre le Pic</p>

Comité départemental de l'Aveyron www.aveyronsport.com/cdrp12
Maison du Tourisme - 17, rue Aristide Briand - BP 831 - 12008 Rodez cedex
Tél. 05 65 75 54 61 – Fax 05 65 75 55 71
e-mail cdrp12@wanadoo.fr

Fédération Française de la Randonnée Pédestre www.ffrandonnee.fr

Association reconnue d'utilité publique. Agréée par le Ministère de la Jeunesse, des Sports et de la Vie associative et le Ministère de l'Écologie et du Développement durable.
Membre du Comité National Olympique et Sportif Français et de la Fédération Européenne de la Randonnée Pédestre.

de Nore (1:30). On voit jusqu'à la Méditerranée et au Canigou le paysage est fort sympathique ! à 360°! On contourne le bâtiment des Télécom et on prend la D87 à gauche sur environ 300m avant de prendre un chemin sur la droite (2:00) dans le premier virage à gauche. 300m après, ne pas prendre le chemin qui file à droite mais poursuivre. Le sentier oblique vers le sud en descendant franchement dans le bois puis part à l'Est alors que la pente s'atténue. On arrive à une sorte de petit col (2:35), un chemin part à droite pour contourner le Roc du Nouret. Nous avons choisi de ne pas l'éviter pour le panorama. On atteint le Roc du Nouret 1073m (2:55) marqué d'un joli cairn. La vue est moins large qu'au Pic de Nore mais le paysage est beaucoup plus sauvage, de la bruyère en fleur partout!

On rattrape le chemin de contournement du Roc en empruntant des sentiers d'animaux vers le Nord Est en direction du Bois de Nouret. Le sentier descendant, parfois peu large et encombré de quelques ronces, croise (4:00) une piste forestière qui nous ramène sur Pradelles Cabardès. En chemin on croise une pierre levée et les restes d'une ancienne réserve d'eau aux Bayours et de nombreux mûriers...

Arrivé sur la D112 (4:45), on part à gauche en direction du village sur environ 250m puis on prend un chemin à droite juste avant les premières maisons. Ce large chemin herbeux nous conduit au Lac de Pradelles Cabardès (5:00) et son camping. On suit la digue et arrivé au bout, on part à droite sur un chemin bordé d'ifs puis à gauche en direction des anciennes glaciers.

Les glaciers (5:20), la première à gauche du chemin et la seconde à droite, sont dans un piteux état, la végétation les a envahies complètement. Je croyais qu'elles étaient classées au Patrimoine de la France. Je doute qu'elles survivent encore longtemps!

Le chemin bien sympathique au bord d'un petit ruisseau nous ramène vers le village. Sauf qu'il passe devant un dépôt d'ordure et la station d'épuration... Dommage! On rejoint l'église magnifique de Pradelles Cabardès qui présente des vitraux magnifiques et un carillon (5:45).

Voir images sur: <http://eldorad-oc.midiblogs.com/archive/2008/07/08/quel-matamore-ce-pic-de-nore.html>

3ème jour: 12Km – La cascade de Cubserviès - 4h30 Balisage jaune suffisant. Dénivelé 470m_

Voir: « Les amis de Cubserviès » http://www.cubservies.fr/index.php?option=com_content&task=view&id=12&Itemid=27

Avec approche en voiture de Pradelles par la D112 direction Mazamet. A 1 km environ, prendre à gauche la D9 qui passe par Les Jouys et aller jusqu'à Roquefère en passant par Labastide Esparbairénque. S'arrêter à Roquefère; départ de la rando.

Au départ de la route de Cubserviès, engagez-vous à gauche sur le sentier qui longe la maison et qui durant 2,5Km grimpe dans les sous-bois de chênes verts. Par endroits un petit ruisseau vous offrira une halte agréable. Plus loin, sur une portion plate vous découvrirez, vers le sud, plantés sur leur piton rocheux, les 4 châteaux de Lastours, la plaine audoise, Carcassonne et sa Cité, les Corbières et tout au fond, majestueuses par temps clair, les Pyrénées.

Lorsque vous quitterez le bois, vous déboucherez sur une crête dénudée –Remarquable point de vue circulaire-. Vers le sommet, deux dolmens (l'un debout, l'autre effondré) témoins de l'époque préhistorique.

C'est par un grand chemin bordé de sapins que vous arriverez au hameau de Cubserviès. A l'entrée la typique fontaine de schiste et d'ardoise vous proposera la fraîcheur de son eau. Cubserviès, bâti sur un piton rocheux, vous offrira aussi ses vieilles pierres, son église du XVIIe siècle mais surtout sa cascade. C'est d'une hauteur de 90m que l'eau se précipite dans une faille très abrupte.

Prenez la route vers la chapelle du XIIe siècle. Petit pont sur la rivière avec, à gauche, l'ancien moulin à eau. A 1km l'église romane de St Sernin. Pour revenir vers Labastide Esparbairénque, prenez à droite le chemin en sous-bois de châtaigniers et de hêtres, à l'ensoleillement remarquable. A la sortie du village, au niveau du lavoir, empruntez le chemin qui monte vers l'église de St André (XIVe siècle). Clocher original en pierre de schiste. Revenez vers le lavoir et prenez la route de Roquefère sur 300m. Avant la croix forgée, à droite, descendez le sentier qui vous conduira vers la fin de l'étape en longeant les prairies et la rivière du Rieutort.

ssonneimpressions/appréciations :

Deux randonnées sympathiques et très différentes alors qu'elles ne sont séparées que de quelques kilomètres. La première sent la montagne avec son Pic de Nore qui de ses 1211m. domine orgueilleusement le Minervois et surveille Carcassonne. Nous y avons découvert ses glaciers insolites. La deuxième, c'est le midi avec ses petits villages superbes nichés au creux d'une vallée ou plantés sur les sommets des crêtes. Bien d'autres randonnées peuvent être envisagées dans ce secteur; les topo guides sont là pour y inviter.

Accéder à la carte sur le site [<http://www.geoportail.fr/>] / taper le nom de la commune de départ indiqué sur cette fiche,/ choisir l'option carte,/ ajuster l'échelle aux environs des 1/10000 pour visualiser les GR,/ circulez sur la carte en utilisant la main.

Comité départemental de l'Aveyron www.aveyronsport.com/cdrp12

Maison du Tourisme - 17, rue Aristide Briand - BP 831 - 12008 Rodez cedex

Tél. 05 65 75 54 61 – Fax 05 65 75 55 71

e-mail cdrp12@wanadoo.fr

Fédération Française de la Randonnée Pédestre www.ffrandonnee.fr

Association reconnue d'utilité publique. Agréée par le Ministère de la Jeunesse, des Sports et de la Vie associative et le Ministère de l'Écologie et du Développement durable.
Membre du Comité National Olympique et Sportif Français et de la Fédération Européenne de la Randonnée Pédestre.