

Zone N° 3 Région :		Midi Pyrénées	
Titre :		Pays Cathare	
Département :09 Ariège Commune de départ :Roquefixade Situation géographique : entre Foix et Lavelanet		Accès : Toulouse , Foix , Roquefixade.	
Rando effectuée le :	Contact : Bernard Canac	Club : Randonneurs du Montet	
Avril 2005	Tel : 05 65 63 22 11	E-mail :bernard.canac@voila.fr	
Type de rando :	Distance totale : entre 35 et 40 km.		
<ul style="list-style-type: none"> • Linéaire • <input checked="" type="checkbox"/> Circuit • Etoile 	Durée totale : 2 jours		
Caractéristiques :	Niveau de difficulté :	Longueur des étapes ou temps de marche:	
Randonnée sur bons chemins en partie sur le GR du pays d'Olmes et le sentier Cathare.	* facile ** moyen *** difficile	15 à 20 km / jour	
	Difficultés particulières : aucune	Dénivelée :environ 400m / jour	

	Hébergements :	Renseignements (capacité d'accueil et restauration) , ravitaillement, contact .	Appréciation bof / moyen / bien / super
1	Gîte d'étape du dessus au Cazals	25 à 30 places accueil, restauration hébergement très appréciés tel : 05 61 01 14 50 (épicerie à Roquefixade)	super

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.

Carte IGN : 2147 ET	Topo guide :
Guides ou accompagnateurs locaux : En autonomie	
<p>Descriptif :</p> <p>1^{er} jour : Partir à pied du gîte (le propriétaire vous indiquera). Traverser la D9a et suivre un chemin qui rejoint une pâture aux sources du Buc (781m.). Rejoindre un sentier balisé que l'on prend sur la droite. Le suivre et s'en écarter pour visiter les ruines du château de Roquefixade (aérien). Rejoindre les pentes du Roc Marot que l'on gravit (1001m). Rattraper le chemin balisé et en sous bois, passer près de « la grotte de l'église catholique ». Poursuivre jusqu'au hameau de Coulzonne. Prendre à droite le sentier cathare jusqu'à Roquefixade.</p> <p>2^{ème} jour : Réemprunter le même chemin jusqu'à Coulzonne. Suivre la route goudronnée puis prendre à gauche un chemin tout juste tracé et un peu buissonneux. Sauter la rivière près de Loumescure. Prendre une piste dans les belles gorges de Péreille. Avant d'arriver à Péreille, prendre à gauche aux « 4 chemins ». Des travaux forestiers rendent l'orientation aléatoire. Longer la rivière jusqu'au « pont de la Pichole et suivre le GR du Pays d'Olmes jusqu'à Roquefixade.</p>	
Remarques : très belle rando dans des paysages de moyenne montagne sauvages.	
<p>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.</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.