



PARFUM DE GARRIGUE EN PAYS CATHARE

VVF Le Pays Cathare Carcassonne Saissac Aude

Situé au cœur du pays cathare, entre plaine et montagne, Saissac est un point de départ idéal pour découvrir tranquillement, au rythme de vos pas, les richesses naturelles et culturelles de cette région...

PROGRAMME RANDO 6 JOURS / 5 NUITS

JOUR 1 ► Arrivée en fin d'après-midi et dîner au VVF.

JOUR 2 ► Matin « Saissac, le village médiéval et son château » : découverte de l'histoire de Saissac, du château médiéval du X^e siècle et du village qui conserve des maisons anciennes en encorbellement et aux murs de torchis, deux imposantes tours du XVI^e siècle ainsi qu'une porte datant du XIII^e siècle, vestiges des fortifications du village. **Balade à travers rues, ruelles et anciens chemins.** Saissac est l'un des villages les plus pittoresques de la Montagne Noire. *Au départ du VVF - Niveau vert - Durée 2 h – Rando 3,5 km – Dénivelé 100 m.*

Déjeuner au VVF.

Après-midi « Randonnée Le sentier ampélographique » : sur les terres de Bacchus, au cœur du Cabardès, carrefour naturel des influences climatiques océanique et méditerranéenne, **le vignoble** est balayé par le Cers et le Marin, une invitation à la découverte **des secrets de la vigne et du vin.** *Approche 22 km A/R - Niveau vert - Durée 1h30 – Rando 4,5 km – Dénivelé 30 m.*

Dîner et soirée au VVF.

JOUR 3 ► Journée complète avec pique-nique « Randonnée Les sentiers du village d'Aragon » : le circuit sillonne le cœur du Cabardès : vous randonnez de combes en crêtes, de capitelles au sentier botanique, environnés des senteurs de thym et de lavandin. La journée se termine par **une dégustation de vins du Cabardès**, aux charmes mêlés des cépages atlantique et méditerranéen. *Approche 40 km A/R - Niveau bleu - Durée 4h30 – Rando 14 km – Dénivelé 120 m.*

Dîner et soirée au VVF



JOUR 4 ► Matin « Randonnée Le lac du Lampy » : ce beau parcours au cœur de la Montagne Noire se déroule entre eau et forêt : l'eau du **Lampy** et celle d'un ruisseau de la Montagne Noire qui se perd dans le bassin du même nom. Repéré par Vauban, il y fit construire le barrage entre 1778 et 1782. **Une magnifique forêt de hêtres**, des espèces rares comme le sapin de Nordmann et de beaux platanes donnent au site tout son charme. *Approche 6 km A/R - Niveau vert - Durée 2h30 – Rando 8 km – Dénivelé 170 m.*

Déjeuner au VVF

Après-midi « Randonnée Les 4 citadelles de Lastours » : dans un environnement naturel protégé, partez à l'assaut des **4 citadelles situées sur une crête rocheuse** entre vallons de L'Orbiel et du Gresilloux. Les châteaux - Quertineux, Cabaret, Tour Régine, Fleur d'Espine offrent leur histoire, vestiges de la résistance occitane. **Un parcours époustouflant** sur un site sauvage, un écrin de nature remarquable. *Approche 65 km A/R - Niveau bleu - Durée 2h15 – Rando 3 km – Dénivelé 170 m.*

Dîner et soirée au VVF.

JOUR 5 ► Journée complète avec pique-nique « Randonnée La cascade de Cubserviès » : au départ, le sentier s'élève pour gagner la crête où la nature offre **un panorama sur la plaine de Carcassonne et les Pyrénées**. Les chemins et les sentiers offrent une grande variété de paysage où la végétation change au détour de chaque vallée. Au bout de l'un d'entre eux nous attend l'une des **plus hautes cascades d'Europe**. *Approche 50 km A/R - Niveau rouge - Durée 5 h – Rando 15 km – Dénivelé 460 m.*

Dîner et soirée au VVF

JOUR 6 ► Petit déjeuner au VVF puis départ.

L'ordre de ces visites et/ou randonnées peut être modifié en fonction de la disponibilité des sites et des conditions météorologiques.

VOS AVANTAGES

- ✓ 1 gratuité pour 20 personnes payantes (soit le 21^e gratuit).
- ✓ 1 gratuité pour le chauffeur du car.

À NOTER

- ✓ Le programme proposé constitue une base. Il est adaptable par les guides/accompagnateurs sur place, en fonction de la condition physique des participants, des conditions climatiques, de la praticabilité des circuits, de la disponibilité des sites au moment du séjour.
- ✓ Attention à bien vérifier l'amplitude de conduite avec votre transporteur.
- ✓ Pensez à réserver la ou les place(s) pour le ou les guide(s) dans votre autocar.
- ✓ VVF s'inscrit dans une démarche de développement durable et contribue à la lutte contre le gaspillage. **Aussi, nous vous remercions de prévoir pour vos pique-niques** : un sac à dos, une gourde, deux boîtes hermétiques et des couverts. Des serviettes en papier seront fournies par le VVF et un kit composé d'une éponge, produit vaisselle et torchon sera mis à disposition dans vos logements.

Les séjours sont régis par les Conditions Particulières de Vente VVF, disponibles sur demande ou à consulter sur vvf-groupes.fr