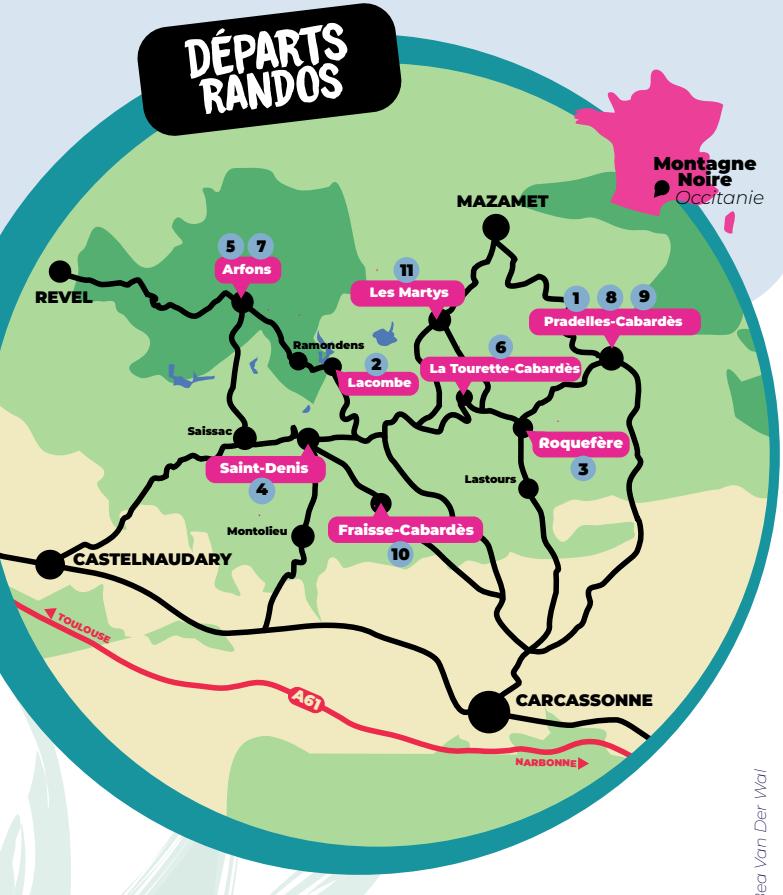

OFFICE INTERCOMMUNAL
DE TOURISME DE LA MONTAGNE NOIRE
04 68 76 64 90
www.tourisme-montagnenoire.com
contact@tourisme-montagnenoire.com

#baladesfraîcheur
#montagnenoire
#respirezlamontagnenoire

Montagne Noire

Montagne Noire
Communauté de communes

Aude
Le département

Crédit graphique www.ceclienoydet-photographisme.com - Crédit photo Bea Van Der Wal

BALADES *fraîcheur* 2023

«La Montagne Noire, c'est Notre Nature»

TOUS LES MARDIS ET DEUX JEUDIS
EN JUILLET ET AOÛT
BALADES ACCOMPAGNÉES - GRATUIT

MARDI 4 JUILLET 1

PRADELLES-CABARDÈS
CONTRÉES DE MOUSSES ET DE LICHENS

Que trouver de mieux que des torrents montagnards pour délimiter deux départements amis ? Les ruisseaux de Combe Escure, Rieu Cros et Rieu Majou sont sangs et veines du massif de Nore.
Tous trois s'unissent au plus profond d'un vallon pour gagner le Tarn et le grand fleuve Atlantique.

9 km / +300m / 3h
Départ à 9h du hameau de Fournès
GPS : 43.413655 2.412623

MARDI 11 JUILLET 2

LACOMBE
EN FORÊT DE LOUBATIÈRE

À l'orée d'un bois ombragé, dans l'atmosphère estivale, les troncs de la hêtraie se dressent au-delà des limites, massifs et puissants...
En pénétrant dans l'une des plus belles forêts de la Montagne Noire, nous serons accueillis avec élégance par Fagus Sylvatica.

9 km / +200m / 3h
Départ à 9h du cimetière
GPS : 43.398362 2.232981

MARDI 18 JUILLET 3

ROQUEFÈRE
(HAMEAU CUBSERVIÈS)
ENTRE SAMBRÈS ET SAINT-SERNIN

Alors que résineux et éoliennes décorent ce vaste plateau des Hautes Terres, échappons-nous... Découvrons ensemble les vestiges d'une vie paysanne.
Dans ces fermes, les métayers installés avec leur famille faisaient vivre de petites exploitations agricoles.
Aux portes du plateau, la petite chapelle Saint-Sernin entretient sa jeunesse grâce à plusieurs restaurations et à nos fréquentes visites.

11 km / +300m / 3h30
Départ à 9h de la chapelle St Sernin
GPS : 43.301409 2.378067

JEUDI 20 JUILLET 4

SAINT DENIS
UNE BALADE AVEC PIERRE-PAUL RIQUET

Il est l'un des personnages les plus célèbres de la Montagne Noire. Son œuvre, sa montagne adorée, son amie, sa « préférée». Elle fut celle qu'il choisit pour réaliser son rêve et porter l'Occitanie au sommet de sa gloire et devenir le roi des eaux.

11,5 km / +300m / 3h30
Départ à 10h de la place des platanes
Repas tiré du sac,
Retour vers 14h
GPS : 43.360525 2.219731

MARDI 25 JUILLET 5

ARFONS
(RAMONDENS)
SOURCE DE BERGNASSONNE EN FORÊT DE RAMONDENS

Délicate cohabitation et conflit de voisinage entre les Hospitaliers de Jérusalem établis à Arfons et les moines dominicains installés à Ramondens.
Au XIIe siècle, cette forêt de 1700ha abrite l'une des rares «grange» monastique de montagne.
Le bois et l'élevage en sont les principales richesses. Une intense activité paysanne gérée d'une main de maître par le monastère de Prouilhe.

9,5 km / +200m / 3h
Départ à 9h de l'entrée du domaine Ramondens
GPS : 43.403046 2.208215

MARDI 1ER AOÛT 6

LA TOURETTE-CABARDÈS
ENTRE FORÊT ET HORIZON

Il y a comme un air de chlorophylle lorsqu'on débouche au-dessus du vallon de La Tourette-Cabardès.
Comme dans un nid douillet, l'un de nos plus petits villages de la Montagne Noire s'abandonne à la verdure.
Le silence apaise, le clocher Sainte-Anne veille... Pénétrons la forêt pour atteindre la lisière d'horizon.

9,5 km / +260m / 3h
Départ à 9h de l'intersection D9 et le chemin de Reilhols
GPS : 43.369007 2.343282

JEUDI 3 AOÛT 7

ARFONS
SUR LES TERRES DES HOSPITALIERS DE JERUSALEM

En dehors du crucifix, l'instrument principal du chrétien (notamment du moine du XIIe siècle) fut la hache (S. Tesson). Oui, on peut le dire, les «sauvetés» comme Arfons attirent de nouvelles populations et permettent la colonisation d'espaces abandonnés.
Elles assurent le défrichement et la mise en valeur des terres. Entre prairies et forêts nous traversons les hautes terres et le magnifique plateau d'Arfons.

11,5 km / +250m / 3h30
Départ à 9h de la salle des fêtes, repas tiré du sac.
Retour vers 14h
GPS : 43.430652 2.169337

MARDI 8 AOÛT 8

PRADELLES-CABARDÈS
LES GLACIÈRES

Comment un petit village de la France profonde, isolé au pied de Pic de Nore, a su développer une activité commerciale lucrative au XIXe siècle et se faire connaître jusqu'à Montauban, Perpignan, Narbonne ? Un défi audacieux mené par le monde paysan qui a su tirer profit de l'hiver et commercialiser une production locale « La glace-neige de la Montagne Noire ». Une belle histoire de recyclage.

7 km / +200m / 2h30
Départ à 9h du lac Birotos
GPS : 43.40176 2.439269

MARDI 15 AOÛT 9

PRADELLES-CABARDÈS
(PIC DE NORE)
SANS JAMAIS PERDRE LE NORE

De bon matin, le massif de Nore nous ouvre son portail. Depuis le pic, saisissant observatoire de la Montagne Noire, nous gagnerons les combes obscures d'où s'éveillent la fraîcheur des sous-bois et des ruisseaux intarissables. Depuis la piste de la « Trappe aux Loups », nous découvrons un lieu précurseur en matière de tourisme local, la station de ski du Triby !

10 km / +350m / 3h30
Départ à 9h du Pic de Nore
GPS : 43.435215 2.469407

MARDI 22 AOÛT 10

FRAISSE-CABARDÈS
ENTRE VIGNE ET TROUPEAU

Au cœur d'un petit vallon enchanté, nous arrivons au domaine viticole du Crouzet. Ici tout respire l'authenticité et les troupeaux paissent au milieu des vignes. Nous vagabonderons entre collines et garrigues. Sébastien Bru, notre viticulteur, refuse la frénésie productiviste. Il observe et respecte la nature : selon lui, le produit doit être bon pour nous, mais aussi pour elle. Il nous invite à la dégustation.

7,5 km / +200m / 2h30
Départ à 9h du domaine le Crouzet
GPS : 43.322745 2.286267

MARDI 29 AOÛT 11

LES MARTYS
LE RUISSEAU DES NEUF FONTAINES

La Dure, on peut compter sur elle... Inépuisable rivière de la Montagne Noire, elle était autrefois sollicitée pour faire tourner plus de 50 moulins le long de sa vallée.
Et maintenant voilà qu'on lui demande de nous offrir sa pureté pour alimenter notre consommation en eau potable! Mais descendons en aval du barrage à la rencontre du «ruisseau des Neuf Fontaines».

9 km / +200m / 3h
Départ à 9h de la salle polyvalente
GPS : 43.410489 2.292761

Prévoir des chaussures de marche confortables, un chapeau, un sac à dos et une bouteille d'eau.

Les chiens sont accéptés mais doivent être tenus en laisse.

Départs à 9h :
Retour prévu à 12h30
Départs à 10h :
Retour vers 14h
Prévoir repas tiré du sac.

FACILE
MOYEN
MOYEN +