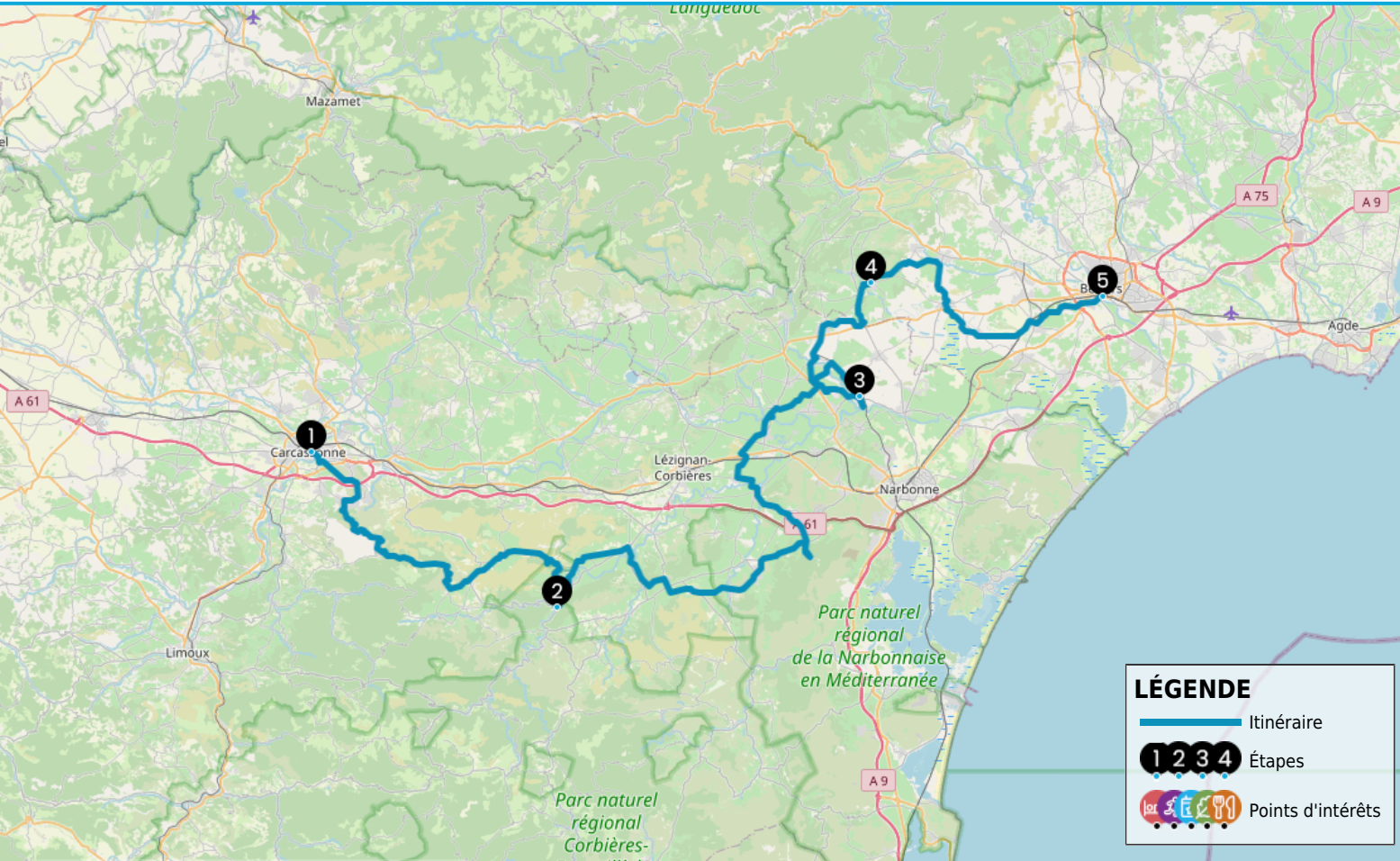


ESCAPADE NATURE SANS VOITURE DANS LES GRANDS SITES - DE CARCASSONNE À BÉZIERS PAR LE SUD

https://www.herault-tourisme.com/fr/fiche/itineraires-touristiques/escapade-nature-sans-voiture-dans-les-grands-sites-de-carcassonne-a-beziers-par-le-sud-carcassonne_TFOITILAR034V52A08V/



INFOS PRATIQUES

Cyclotouriste

CARCASSONNE

165km

En itinérance

★★★★☆ Moyen

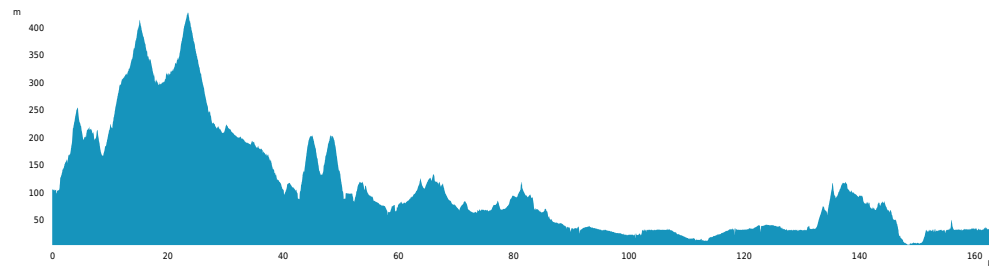
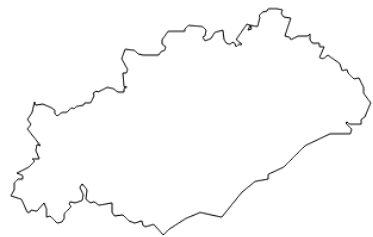
★★★★☆ Moyen

+ 1300m

- 1400m



Labels :



PROFIL DE DÉNIVELÉ

SIGNALER UN PROBLÈME
sentinelles.sportsdenature.fr

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE



Immersion en douceur, au fil des paysages

Le long du canal du Midi et des vignobles millénaires, de Béziers à la forteresse médiévale de Carcassonne en passant par la cité cathare de Minerve, les Grands Sites se parcourent au rythme des paysages, entre vignes et montagnes. En pleine nature ou dans les villages, ces itinéraires invitent à prendre le temps de la découverte et de la rencontre. Des hommes et des femmes, qui ont à cœur de transmettre l'identité singulière de leur territoire et de leur terroir, vous accueillent en toute saison. Pour vous guider, Nathalie et Pierre ainsi que Marika et Mehdi, sont partis sans voiture explorer les multiples facettes de trois paysages remarquables de l'Hérault et de l'Aude : le Canal du Midi - Béziers, la Cité de Minerve, gorges de la Cesse et du Brian et la Cité de Carcassonne. Découvrez le récit de leur escapade, au fil des paysages...

Marika et Mehdi ont testé DE CARCASSONNE À BÉZIERS PAR LE SUD: ils ont adoré!

COMMENT VENIR ?



GARE DE CARCASSONNE
Avenue du Maréchal Joffre
11000 CARCASSONNE



Accès :
Pour un séjour 100% sans voiture, venez en transports en commun! En train : Béziers, Carcassonne - www.sncf-connect.com et sur Occitanie Rail Tour : retrouvez les voyages en train, gares étapes et hôtels à proximité des gares sur www.tourisme-occitanie.com
bus : Béziers, Carcassonne, Minerve, Lagrasse, informations sur herault-transport.fr et lo.laregion.fr

QUI CONTACTER ?



Hérault Tourisme
Site : www.herault-tourisme.com/fr/



Aude Tourisme
Site : www.audetourisme.com/fr/



Grand Site Canal du Midi - Béziers
Site : www.grandsitecanaldumidi.fr/



Grand Site Cité de Minerve, gorges de la Cesse et du Brian
Site : www.grandsitedefrance.com/component/content/article/18:les-sites-membres/447:cite-de-minerve-gorges-de-la-cesse-et-du-brian.html



Grand Site Cité de Carcassonne
Site : www.grandsitecarcassonne.fr/



Réseau des Grands Sites de France
Site : www.escapadenature-sansvoiture.fr/8-sites/32-escapade-herault-aude

Les bonnes raisons de choisir cet itinéraire

- Un séjour 100% sans voiture et slow-tourisme, en prenant le temps de découvrir, rencontrer, partager...
- 2 Grands Sites: Canal du Midi - Béziers; la Cité de Carcassonne.
- La possibilité de poursuivre l'expérience en 'bouclant' par l'itinéraire Nord pour découvrir le Grand Site de Minerve

Nos conseils

Le vélo électrique est un atout pour parcourir de longues distances mais aussi pour réduire l'effort ! Astuce pour tous les escapadeurs : en cas de panne de batterie, cherchez la prise sur la place du marché, il y en a toujours une !

Le canal du Midi et son patrimoine sont entretenus au quotidien (nouvelles plantations, entretien des ouvrages d'art...). Avant votre escapade, nous vous conseillons de vous informer sur l'état du chemin de halage que vous envisagez d'emprunter sur vnf.fr/vnf/regions/vnf-sud-ouest/.

L'itinérance à vélo se pratique actuellement sur un terrain non stabilisé, certains chemins peuvent être accidentés. Aussi pour une expérience réussie, privilégiez une monture adaptée de type VTT et VTC.

Le Code de la route s'applique sur l'itinéraire, respectez les différents usagers (piétons, cyclistes et cavaliers). On ne plaisante pas avec la sécurité : le port du casque est recommandé à vélo !

Lorsque vous partez en randonnée à pied, laissez votre vélo à l'abri soit chez votre hébergeur quand cela est possible, soit dans un lieu privé ou communal (restaurant, gîte...). Si vous laissez votre vélo dans un lieu sans surveillance, n'oubliez pas de l'attacher avec le cadenas fourni par votre loueur et enlevez la batterie.

Voyez avec votre loueur de vélo s'il peut mettre à votre disposition une ou plusieurs sacoches et renseignez-vous sur leurs dimensions pour y faire entrer vos affaires. Et vérifiez s'il fournit un kit de secours et une pompe à vélo, ainsi qu'un système d'éclairage nocturne efficace.

Pédalez léger et retrouvez vos bagages à votre prochaine étape grâce à des services de portage comme Bagafrance : bagafrance.com

Certains hébergements ne disposent pas de terminal bancaire. Prévoyez un chéquier et des espèces avant votre départ.

En période de chasse, n'oubliez pas de vous renseigner sur les dates de battues.

Les étapes du circuit

1

De Carcassonne à Lagrasse

Arrivés en train à Carcassonne, notre escapade jusqu'à Béziers débute par une douce matinée ensoleillée. Nous flânon dans les rues animées de la bastide Saint-Louis et nous nous arrêtons près d'une fontaine. Par un crochet par les Halles, nous nous approvisionnons en produits frais pour le pique-nique de la journée. Nous imaginons la vie qui a pu défiler derrière les anciennes fortifications entourant la bastide. Arrivés au Pont Vieux, nous sommes saisis par la vue sur la cité médiévale qui nous transporte instantanément dans le temps. En contrebas, quelques moutons paissent sur l'herbe fraîche de l'île d'Aude où se reposent quelques hérons. Nous traversons le pont du XIV^e siècle pour nous restaurer dans un bar à tapas où Jean-Loup nous propose une multitude de plats délicieux. Il est passionnant et nous raconte les anecdotes autour de ses plats et son amour du territoire. Nous profitons d'une balade en hauteur sur les remparts du château comtal pour apprécier la vue sur les paysages viticoles alentours, puis nous récupérons les vélos qui accompagneront la suite de notre périple. Avant de quitter Carcassonne, nous nous arrêtons pour attacher nos deux-roues et emprunter à pied le GR36 qui nous mène sur les hauteurs du Pech Mary. De là, nous nous enchantons d'une vue inoubliable sur la Cité et le grand paysage environnant. Nous prenons le temps d'en savourer la beauté. Le soleil commence à décliner, il est temps de nous remettre en selle. Sur le chemin, nous profitons des vues exceptionnelles sur les paysages viticoles, éclairés d'une lumière dorée. À l'entrée de Trèbes, une route sinueuse nous conduit au cœur du Val de Daigne, direction la cité de Lagrasse ! Reconnu parmi les « Plus Beaux Villages de France », Lagrasse apparaît au creux d'un vaste amphithéâtre entouré de ceps de vignes et d'oliviers. Cette ancienne capitale des Corbières nous charme avec ses remparts et sa célèbre abbaye bénédictine.

2

De Lagrasse à Sallèles-d'Aude

La cité médiévale de Lagrasse se découvre lentement, comme on feuillette un vieil ouvrage. Pour commencer la journée, c'est un plaisir de déambuler dans les rues pavées et admirer les maisons en pierre centenaires. Nos pas nous mènent naturellement vers la halle couverte où nous imaginons les générations d'artisans, de marchands et de drapiers qui ont transité par cet endroit depuis plus de six cents ans. Nous empruntons le pont vieux qui relie le bourg à l'abbaye pour marcher sur les pas des moines. Nous sommes émerveillés par le riche patrimoine de l'abbaye, témoins de son passé médiéval. Après cette immersion dans le temps, nous empruntons un chemin jusqu'au rocher de la Cigalière pour atteindre un point de vue sur l'abbaye, la vallée, et les Hautes-Corbières. Nous nous dirigeons vers une autre abbaye toute aussi remarquable, celle de Fontfroide. À la vue de l'Orbiteur, affluent du fleuve Aude, nous ne résistons pas à l'appel de ses eaux claires et y mettons les pieds ! Rafraîchis par cet arrêt salvateur, nous poursuivons notre escapade à travers d'immenses paysages de vignobles du Cru Boutenac au milieu desquels se dresse le château de Saint-Martin-de-Toques. Arrivés à l'abbaye de Fontfroide, nous rechargeons les batteries : celles du vélo et les nôtres ! Nous grimons jusqu'à la Croix de l'Abbé de Fontfroide pour surplomber l'abbaye et ses environs. Un déjeuner et une redescente plus tard, le tour de l'abbaye est une véritable évasion entre minéral et végétal. La visite de l'abbaye s'achève par la roseraie, où de nombreuses fleurs profitent de la douceur de ce mois d'octobre pour s'offrir en spectacle. Un ravissement pour les sens. Nous reprenons les vélos pour continuer à battre la campagne audoise. Longeant à nouveau des rangs de vignes orangées, nous traversons des paysages de plaines. Après avoir enjambé le fleuve Aude, notre sentier débouche sur le canal du Midi au niveau de Ventenac-en-Minervois. Longer l'eau calme nous apaise et nous découvrons avec joie le château de Ventenac en Minervois dressé au-dessus du canal. Le village de Sallèles-d'Aude nous surprend par sa beauté avec les façades des maisons de maître en bordure de la voie d'eau.

3

De Sallèles-d'Aude à Quarante

C'est avec un petit-déjeuner maison préparé par notre hôte que nous démarrons la journée à Sallèles-d'Aude dans les meilleures conditions possibles. Nous remontons d'écluse en écluse pour rejoindre le canal du Midi et observer le spectacle attrayant des bassins qui se vident et se remplissent à mesure que les bateaux avancent. D'innombrables pins parasols jalonnent les rives du canal, proposant aux promeneurs des coins d'ombre paisibles. Se dessine alors le musée Amphoralis qui surplombe les fouilles archéologiques d'un atelier gallo-romain de production d'amphores. L'heure dorée nous offre alors un spectacle magique. L'eau s'illumine de milliers de reflets d'or et nous savourons la chance de nous trouver en pareil endroit. Nous arrivons dans le charmant hameau du Somail. Son ensemble architectural et ses nombreuses guinguettes nous invitent à une pause gourmande sous le regard curieux des oies. Les lumières du soir se muent de l'orange au rose, avant que la nuit ne nous enveloppe doucement, laissant apparaître au-dessus de nous les lumières du village de Quarante. Un dernier effort nous amène à notre résidence pour la nuit. C'est David qui nous accueille ce soir et son sens aigu de l'hospitalité ne manque pas de nous reconforter.

4

De Quarante à Béziers

Après une nuit de sommeil réparatrice, notre hôte nous prépare à cette nouvelle journée en partageant en famille un petit-déjeuner chaleureux et bien garni. Nous prenons la route à travers des paysages alternant vignobles en coteaux, bosquets de pins et alignements de cyprès. Nous saluons les vigneronnes qui travaillent sous le soleil matinal. Arrivés à Poilhes (à prononcer ployé) nous tombons sous le charme d'une placette inattendue, peuplée de deux grands platanes et d'un olivier, derrière lesquels se cache un petit restaurant qui respire l'art de vivre languedocien. Un couple y déjeune sereinement au soleil, et nous ne résistons pas à l'idée de profiter nous aussi de ce cadre idyllique. Puis nous retrouvons la voie d'eau, dont le tracé nous mènera tout droit jusqu'à Béziers, notre destination finale. Nous apprécions la quiétude de notre avancée. L'eau est calme, de nombreuses embarcations parcourent le Canal. Nous pédalons ainsi jusqu'à Colombiers, avant-dernière étape de notre périple à vélo. L'occasion pour nous de marquer une pause dans ce joli bourg et d'observer attentivement une partie de pétanque endiablée disputée à la lumière du couchant. Nous sentons que la fin de notre parcours approche et qu'il nous faudra bientôt dire au revoir au canal qui nous a accompagnés durant cette escapade. L'arrivée aux fameuses 9 écluses de Fonseranes nous offre un spectacle très animé. Ce lieu singulier de transition entre la nature et la ville, avec cet ouvrage extraordinaire toujours en action, nous émerveille. Plusieurs badauds observent le ballet captivant des embarcations. Plus bas, un pêcheur lance sa ligne au pied du premier bassin ovale, alors que les derniers visiteurs se dispersent. Ne pouvant nous résoudre à quitter le canal du Midi, nous embarquons pour une croisière-dîner au clair de lune pour savourer un repas du terroir tout en contemplant les couleurs changeantes de la voie d'eau. Plus tard dans la nuit, nous rejoignons notre hôtel situé au centre de Béziers.

5

Béziers

Ce matin, nous terminons notre escapade par une dernière matinée dans les rues de Béziers, délestés de nos vélos par Ben, le loueur venu de Carcassonne les récupérer. Nous suivons les conseils du gérant de l'hôtel, qui nous recommande de suivre les allées Paul Riquet, cœur battant du centre de la ville. Nous finissons par nous perdre dans la vieille ville, au milieu des ruelles pavées et étroites. Sur le parvis de la cathédrale Saint-Nazaire, le panorama nous rappelle les villages que nous avons traversés jusqu'ici et nous offre l'occasion de repenser à ce que nous avons vécu depuis notre départ de Carcassonne. Avant de nous diriger vers la gare, nous faisons un tour au bureau d'information touristique pour rapporter dans nos bagages quelques douceurs et produits locaux en souvenir de cette agréable escapade, le cœur rempli de souvenirs inoubliables, de rencontres étonnantes et de paysages exceptionnels.

