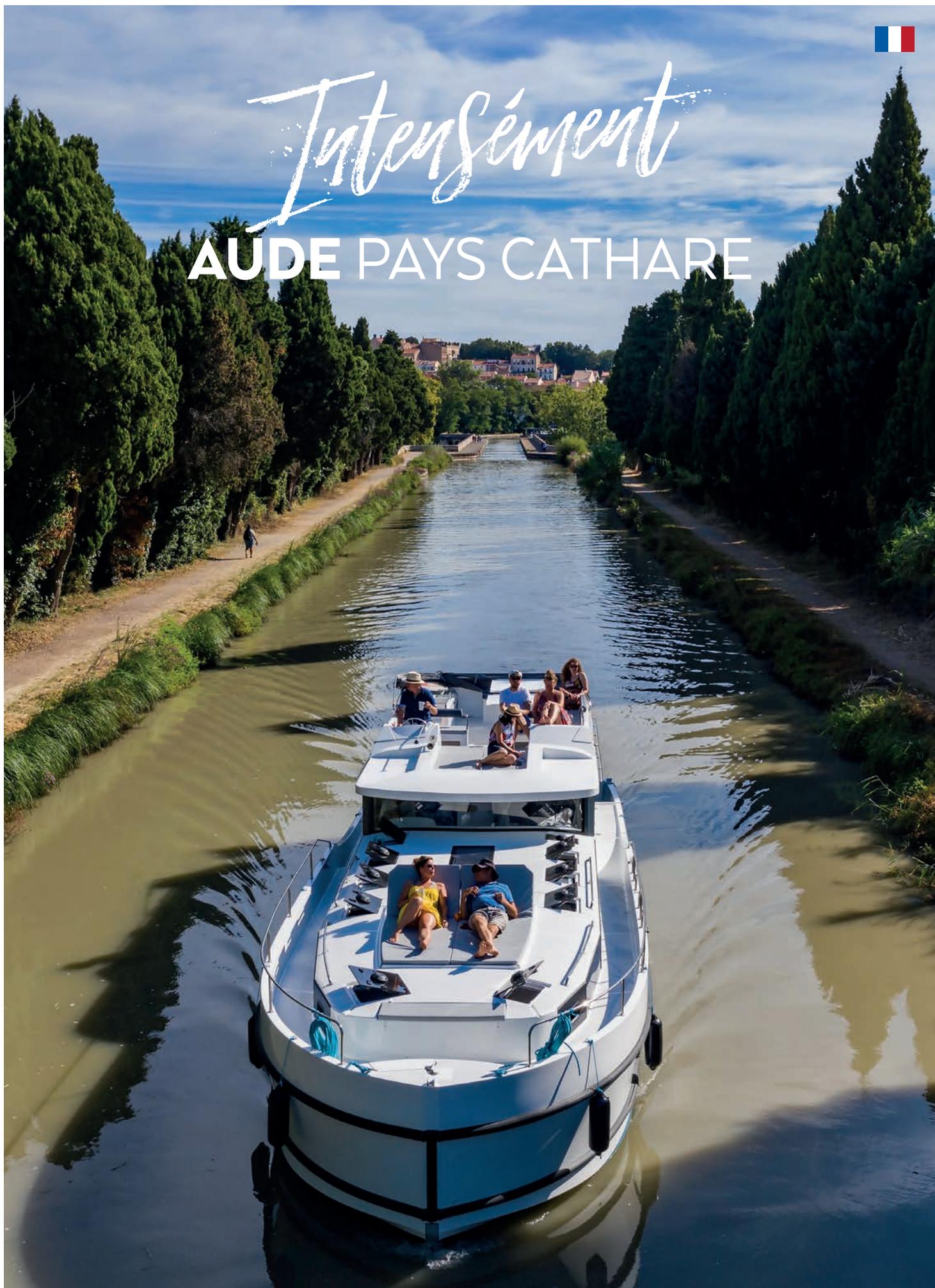




Intensément

AUDE PAYS CATHARE



“LE TOP 10” DES BONNES RAISONS DE VENIR VISITER L'AUDE

Pour faire **le plein de soleil**

Avec **300 jours de soleil par an**, l'Aude est l'un des départements de France les plus ensoleillés. Venez faire le plein de vitamines D !

Pour faire **le tour de la France en un seul lieu !**

L'Aude est réputée pour **la richesse et la diversité de ses paysages**. Ne l'appelle-t-on pas la “Petite France” ? **Longues plages de sable fin, vignobles à perte de vue, hautes montagnes, gorges**, impossible de s'ennuyer, vous passerez en quelques minutes d'un paysage à un autre, d'une activité à une autre.

Pour prendre **son temps !**

L'occasion de vivre **des expériences authentiques** en mettant ses sens en éveil, profiter de chaque instant pour se créer des souvenirs au plus près de la nature. Furetez dans les ruelles des beaux villages audois, franchissez la porte de ce domaine viticole qui vous interpelle, levez les yeux pour contempler l'architecture qui vous entoure... **Dans l'Aude, les bonnes adresses se cachent partout !**

Pour se **ressourcer...** au cœur d'une **nature sauvage**

L'Aude est un petit paradis **pour les amoureux de la nature !** Ici la flore et la faune s'épanouissent. Prenez le temps d'observer, de contempler les flamants roses, de sentir le parfum des oliviers, de marcher dans les forêts de la Montagne Noire ou celles des Pyrénées... **Profitez du silence, respirez à pleins poumons** et surtout, ressourcez-vous !

Pour **voyager dans le temps**

Partez pour un voyage époustoufflant à travers **toutes les périodes de l'Histoire**. De l'ère des dinosaures à nos jours, en passant par la Rome Antique et le Moyen-Âge, **l'Aude recèle de sites et de monuments incomparables...**

Pour **bien manger**

Il n'y a qu'à faire le tour des nombreux marchés de la région pour comprendre **l'importance du “bien manger” dans l'Aude**. N'hésitez pas à goûter les **spécialités culinaires** : le cassoulet bien-sûr, les huîtres et moules de Leucate et Gruissan, la truffe Noire du Pays Cathare, les olives du Minervois, miels et fromages, les volailles fermières du Lauragais, les charcuteries de la Montagne Noire ou du Pays de Sault...

Pour **déguster les meilleurs vins**

Les amateurs pourront emprunter les routes des vins pour **déguster les meilleurs crus des 9 AOP audoises** directement dans les domaines et caves de nos vignerons pour des **moments de convivialité partagés !**

Pour **se dépenser**

L'Aude: une destination idéale pour les sportifs de tous genres. Il y en a pour tous les goûts: VTT, rafting, cyclotourisme, équitation, accrobranche, kitesurf, randonnée, escalade et bien d'autres... Choisissez le vôtre et... **dépensez-vous !**

Pour **flâner dans de pittoresques villages**

L'Aude possède de nombreux villages typiques où il fait bon flâner et partir à la **découverte de l'inattendu, de lieux magiques, d'endroits secrets** : villages dédiés au Livre, villages de légendes et de mystères, villages dédiés aux artisans d'art, villages de pêcheurs ou plus beaux villages de France...

Pour **venir à la rencontre des Audois !**

Une chose est sûre, vous aimerez l'Aude... et les Audois ! Partez à la **rencontre des hommes et des femmes** qui vivent ici, venez partager leurs savoir-faire, leurs rires, leur accent et quelques tranches de leurs vies ; **mettez-vous au rythme audois !**

Côté terre ou côté mer, l'Aude est riche de sites incontournables. Escapade littorale, petites cités de caractère ou architectures monumentales, il y a tant à voir et à explorer... le plus dur sera peut-être de choisir !



Carcassonne, sa Cité médiévale, inscrite au Patrimoine Mondial de l'Humanité par l'UNESCO justifie à elle seule un voyage dans l'Aude : 3 km de remparts, 52 tours, 2500 ans d'histoire... excusez du peu ! Ajouté à cela les 22 Sites du Pays Cathare, vous n'aurez que l'embarras du choix !

www.tourisme-carcassonne.fr

La Cité de Carcassonne et ses châteaux sentinelles de montagne, sont candidats à la prestigieuse liste de l'UNESCO. Perchés sur des pics vertigineux, surveillant l'horizon jusqu'à la Méditerranée, les Châteaux : d'Aguilar, Lastours, Montségur, Peyrepertuse, Puilaurens, Quéribus et Termes forment autour de Carcassonne un ensemble architectural exceptionnel. Plus d'infos sur les citadelles sur :

citadellesduvertige.aude.fr



LE CANAL DU MIDI ET DE LA ROBINE

Inscrit au Patrimoine Mondial de l'Humanité par l'UNESCO, avec ses écluses, ses ponts, dont beaucoup sont d'origine, son chemin de halage permettant la randonnée pédestre ou les balades en VTT... et bien sûr les croisières fluviales avec des haltes de plaisance pour s'amarrer et découvrir les villages.



LA MER MÉDITERRANÉE

Des kilomètres de plages de sable fin, des espaces naturels, réservoirs de biodiversité abritant des espèces rares, des étangs et des salins composant une mosaïque de paysages exceptionnels. Des spots réputés mondialement pour la glisse, des plages parfaites pour les vacances en famille !



NARBONNE

Cité antique... son centre historique traversé par le Canal de la Robine est une petite merveille avec le Palais des Archevêques, véritable forteresse médiévale et sa cathédrale gothique, une des plus hautes de France !

visit-lanarbonnaise.com



VIGNOBLES

Au cœur du Languedoc, le maître mot est diversité : Fitou, Corbières, Minervois, Livinière, Clape, Quatourze, Cabardès, Malepère, Limoux. Ici le vin est un art de vivre, avec une très large gamme de produits de qualité, 9 appellations d'origine, rouge, rosé, blanc et pétillant. 4 territoires* labellisés "Vignobles & Découvertes", couvrant l'ensemble du vignoble audois.

* (en cours de labellisation)

Intensément PAYS CATHARE

Que vous soyez amateurs d'art, de patrimoine, que vous ayez soif de culture ou de sensations, offrez-vous une parenthèse culturelle et festive dans l'Aude. Partez à la découverte des villes et cités médiévales, arpentez les ruelles des charmants villages de caractère, contemplez l'Histoire depuis les sommets des "Citadelles du Vertige", vibrez dans l'ambiance des festivals tout au long de l'année, admirez le savoir-faire des artistes et artisans d'art.

VOUS AIMEREZ...



LA COLLECTION CÉRÈS FRANCO À MONTOLIEU

Dans ce village dédié aux livres et aux arts graphiques où librairies anciennes et ateliers d'artistes vous attendent, la Coopérative Cérés Franco est une ancienne cave viticole reconvertie en véritable musée d'art brut. Elle abrite une remarquable collection d'art contemporain hors des sentiers battus, proposant également des expos temporaires.

En 2022 l'Expo "Féminin plurielles" pour s'ouvrir à de nouveaux horizons...

www.collectionceresfranco.com

www.grand-carcassonne-tourisme.fr



SPIKTRI STREET ART UNIVERSE

Le Spiktri Street Art Universe est une Artothèque animée par un collectif dont la vocation est née de l'amour inconditionnel de l'art. Objectif : démocratiser l'art urbain. Pour ce faire, un seul impératif : lâcher prise... Flâner, rester curieux puis se laisser couler dans un univers extraordinaire, se poser sur des planètes imaginaires... Les portes spatio-temporelles sont nombreuses dans ce musée où les cultures se dessinent et où s'inventent les tendances de demain.

www.spiktristreetartrecycling.com



VISITER L'ABBAYE DE FONTFROIDE

Patrimoine préservé et privé alliant la sobriété de l'art roman aux ajouts décoratifs du XX^{ème} siècle, l'Abbaye de Fontfroide est un lieu unique où se mêlent l'histoire et la culture. On aime la richesse de ses collections, la beauté de son cloître, la sérénité de ses jardins mais on apprécie également de la découvrir de nuit !

En Juillet et Août, à 21h45, dans une abbaye éclairée de douces lumières, deux comédiens vous emportent dans l'histoire de Fontfroide au cours d'une visite "épique". Pour les gourmands mélomanes, le restaurant de Fontfroide vous accueille avant un concert unique dans l'Abbaye.

www.fontfroide.com

www.lesvisitesepiques.fr

#PaysCathareLesApplis

Téléchargez nos 2 applications gratuites

PAYS CATHARE, LE GUIDE

CASTRUM, LE JEU



FOCUS

NARBO VIA ET LA NARBONNE ANTIQUE

Dès l'Antiquité, l'Aude est un carrefour de voies fluviales, maritimes et terrestres. En -118 avant JC, les Romains fondent Narbo Martius, capitale de la Gaule Narbonnaise. Situé à mi-chemin entre Toulouse et Montpellier, hier à la croisée des Via Domitia et Aquitania, Narbo Via rend ses lettres de noblesse à Narbo Martius !

Narbo Via est devenu un lieu de compréhension incontournable de l'antiquité romaine et des enjeux de la recherche archéologique. Réunissant dorénavant en son sein : le nouveau musée, les sites archéologiques de l'Horreum, au cœur de Narbonne, et d'Amphoralis, à Sallèles-d'Aude. Ensemble, ils représentent une riche collection de plus de 10 000 pièces !

visit-lanarbonnaise.com



DES COLLECTIONS UNIQUES

Un mur monumental composé de près de 800 blocs de pierre, issus pour la plupart des nécropoles romaines de la ville antique, ouvre le parcours du Musée NarboVia. Réparti sur plus de 3 000 m², le site présente, avec plus de 580 pièces, Narbo Martius sous l'Empire romain avec en filigrane un état des lieux des fouilles en cours sur le territoire. Côté médiation, des restitutions du port antique et des monuments disparus, viennent stimuler la curiosité des visiteurs. Le site d'Amphoralis, situé à une douzaine de kilomètres de l'ancienne cité Narbo Martius, est un ancien atelier de production d'amphores, qui surplombe directement les fouilles archéologiques, l'occasion de découvrir l'art de la poterie d'antan, et de pénétrer un peu plus dans le quotidien des gallo-romains ...

narbovia.fr



UN PROJET ARCHITECTURAL D'ENVERGURE

La réalisation du musée a été confiée à l'agence Foster+Partners, associée au studio Adrien Gardère pour la muséographie et à l'architecte d'opération nîmois Jean Capia. Les façades sont construites selon la technique du béton Sirewall. Directement inspiré des techniques architecturales romaine tout en gardant sa modernité, le musée est notamment constitué de couches horizontales obtenues à partir de terres locales, qui rappellent la stratigraphie en archéologie, faisant ainsi du musée un trait d'union entre le passé et le présent !



Intensément MÉDITERRANÉE



Sur près de 50 km de plages de sable, stations balnéaires et espaces naturels se succèdent. Saint-Pierre-la-Mer, Narbonne-Plage, Gruissan, La Palme, Port-la-Nouvelle, Leucate... Chacune des stations vous propose son ambiance particulière et un grand nombre d'activités. Il y en a pour tous les goûts : sports de glisse, activités nautiques et balnéaires, randonnées... Changez de décors grâce aux pistes cyclables ou aux liaisons en bateau. Passez des plages mythiques des Chalets à Gruissan, aux plages adaptées pour les familles, aux plages sauvages modelées par les dunes... Les amoureux de la nature seront comblés avec la découverte du Parc Naturel Régional de la Narbonnaise en Méditerranée. Cet espace riche d'une grande biodiversité abrite une flore et une faune d'exception, des espaces naturels, des paysages de vignobles, et des villages typiquement languedociens...

VOUS AIMEREZ...



VISITER LES SALINS DE GRUISSAN ET DE LA PALME

Activité millénaire, la récolte du sel a façonné les paysages et les hommes. Venez vous initier à ce savoir-faire ancestral dans un environnement précieusement conservé. A Gruissan, les salins aux couleurs irréelles s'étalent en bordure du village. Faites une pause gourmande à La Cambuse du Saunier, une table du Terroir et de la Mer atypique et conviviale. A La Palme, c'est à bord d'un petit train ou d'une calèche tirée par un cheval que l'on vous fera découvrir l'histoire du sel et les secrets des hommes qui travaillent ici.

www.lesalindegruissan.fr
salindelapalme.com



VIVRE L'EXPÉRIENCE PAILLOTE

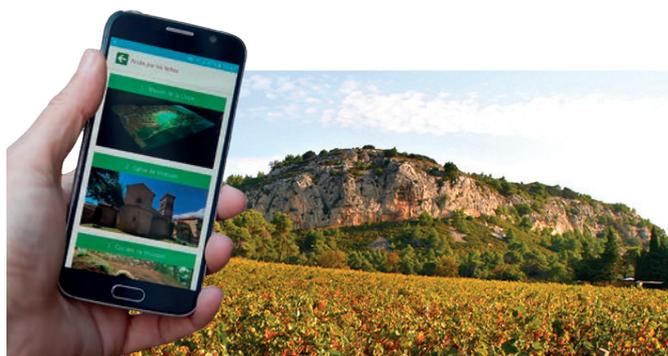
Le vrai luxe des vacances, ce sont les plaisirs simples, n'est-ce pas ? Le sable chaud, l'air iodé, le clapotis des vagues à quelques mètres et... une belle assiette colorée sous le nez. Installé dans un restaurant éphémère, dégustez au calme votre cocktail, vos tapas, votre plateau de fruits de mer... Découvrez par exemple Le VB - Leucate à La Franqui avec accès direct à la plage des Coussoules : Un endroit atypique ! D'une part le lounge bar propose des espaces cosy pour y picorer ou juste boire un verre, de l'autre, une déco bohème colle bien au lieu et à l'ambiance relax...



DÉCOUVRIR LA NATURE À L'ÉTAT PUR

La réserve naturelle régionale de Sainte-Lucie, site protégé, offre un condensé de paysages typiquement méditerranéens. Sur l'île de Sainte Lucie, une belle promenade à travers pinèdes et garrigues vous conduit aux plus beaux points de vue au-dessus du canal de la Robine, des étangs de Bages-Sigean et de l'Ayrolle. Au fil des saisons, profitez des changements d'ambiances : vent dans les pins, chant des cigales, lumières sur les lagunes, senteurs des plantes méditerranéennes. Les amateurs d'histoire et d'archéologie pourront découvrir les traces d'un riche passé.

www.parc-naturel-narbonnaise.fr



LE SAVIEZ-VOUS ?

Une appli pour découvrir la nature !

Entre la ville de Narbonne et le littoral méditerranéen s'étend le massif de la Clape, un espace naturel reconnu pour la richesse de sa faune et de sa flore. Une ancienne île de près de 15 000 hectares, en plein cœur du Parc Naturel Régional de la Narbonnaise en Méditerranée que l'on peut désormais découvrir à travers une application mobile "la Clape Insolite". Gruissan, le Gouffre de l'œil doux, Fleury d'Aude... laissez-vous conter l'histoire de ces incroyables lieux !

www.parc-naturel-narbonnaise.fr
Balades ludiques au programme !



FOCUS

ACTIVITÉS ENTRE MER ET ÉTANGS / SLOW ET ADRÉNALINE

KAYAK ADDICT

Destination "le bout du monde" avec cette balade lagunaire en kayak. Garrigues et vignobles, étangs et îles sauvages... On se laisse glisser au rythme des clapotis pour admirer un paysage oscillant entre terre et mer. En transparence, on aperçoit les habitants sous-marins et au fil de l'eau, on prend plaisir à se reconnecter à la nature ! Avant de regagner la base nautique, on accoste sur l'île de l'Aute, pour une parenthèse chargée d'histoire en terre sauvage...

www.portmahonsigean.fr/kayak



PLANÈTE RIDE !

En mer ou sur les étangs, la Narbonnaise et ses 200 jours de vent par an est reconnue pour être classée parmi les meilleurs spots mondiaux de planche à voile, funboard et kitesurf... Idéal pour les fans de glisse ! Plutôt planche ou plutôt kite ? Débutant ou pratiquant confirmé ? 12 spots pour s'éclater toute l'année. Stages et écoles, location de matériel, il y en a pour tous ! Des événements majeurs ponctuent l'année Glisse dans l'Aude, le mythique Mondial du Vent à Leucate fréquenté par les meilleurs kiteurs du monde entier, le Défi Wind et le Défi Kite à Gruissan et la Coupe du Monde Junior de Kitesurf Freestyle à Saint-Pierre-la-Mer pour les plus jeunes.

www.visit-lanarbonnaise.com/fr/les-spots-de-glisse



LA MÉDITERRANÉE À VÉLO (EUROVELO 8)

Le maillon audois de l'itinéraire cyclable européen de l'EuroVelo 8 permet de découvrir en VTT/VTC ou Gravel toutes les richesses du Parc Naturel de la Narbonnaise.

Le panorama sur les vignes depuis Leucate y est à couper le souffle. S'ouvre ensuite la station au charme intemporel de La-Franqui et l'immense plage des Coussoules jusqu'au début de la jonction du Canal de la Robine à Port-la-Nouvelle. Se profile alors la Réserve Naturelle de Sainte-Lucie, joyau de la biodiversité permettant de contempler les flamants roses sur les étangs. Changement d'ambiance en longeant le chemin de halage, les écluses rythment la progression vers Narbonne pour découvrir son ensemble patrimonial d'exception et ses célèbres halles de style "Belle Epoque", le Canal de Jonction se borde ensuite de splendides allées de pins parasols jusqu'à Sallèles-d'Aude et Argeliers... un must !

www.lamediterraneeavelo.com



Intensément ART DE VIVRE

Et si votre escapade dans l'Aude était aussi l'occasion d'une parenthèse gourmande ? ... Au gré de votre découverte, partez à la rencontre d'un pays riche de saveurs entre terre et mer. Tables de grands chefs, auberges familiales, assiettes de pays, fêtes gastronomiques... Les Audois conservent un esprit épicurien qui se perpétue de génération en génération et font de la qualité une priorité (Marque Pays Cathare et Vignobles & Découvertes). A picorer comme il vous plaît tout au long de l'année ! Ici, le vin est une composante essentielle de l'art de vivre et de recevoir. Rencontrez nos vignerons dans les nombreux caveaux et domaines, ils sauront vous conter leurs terroirs avec passion. Moments de convivialité assurés autour de la dégustation de leurs meilleurs crus.

VOUS AIMEREZ...



LES CABANES À HUÎTRES

Une petite sortie en mer pour découvrir la pêche artisanale ou l'élevage des huîtres sur l'étang de Leucate. Vous apprendrez tout sur les techniques d'ostréiculture, sur les qualités nutritionnelles et les spécificités de l'huître "Cap Leucate". Vous finirez comme il se doit par une dégustation aux cabanes à huîtres !

A Gruissan, au bout de la plage des Chalets, la Perle Gruissanaise vous accueille tous les jours pour la dégustation ou l'achat de fruits de mer. Installez-vous sur les terrasses avec vue sur mer, dégustez, profitez !

gruissan-mediterranee.com
www.tourisme-leucate.fr



DES VINAIGRES, COMME DES GRANDS CRUS

Au pays du vignoble aux mille visages, deux artisans ont su redonner ses lettres de noblesse à ce qui n'était au départ qu'un résidu du vin. Condiment de tradition par excellence, Laurent Faure et Cyril Codina ont choisi de le sublimer en s'appuyant sur des méthodes ancestrales

Au sein de leurs ateliers à Coursan et Lagrasse, ces deux "créateurs" vous accueillent et vous dévoilent tous les secrets de fabrication.

granhota.com
vinaigrescodina.com



LA MAISON GUINOT À LIMOUX

Venez percer les secrets et la magie de la bulle dans la plus ancienne Maison de Blanquette et Crémant de Limoux, vigneron et producteur de père en fils depuis 5 générations (1875). La Maison Guinot a créé un concept unique de visite de cave, inédit et totalement novateur, pour tout savoir sur la fabrication de ce vin effervescent !

www.blanquette.fr

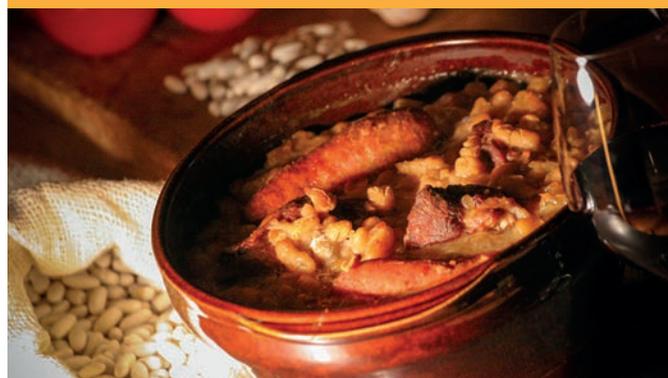
LE SAVIEZ-VOUS ?

Le cassoulet

C'est le plat le plus emblématique de l'Aude ! Une recette, un savoir-faire et une tradition qui se découvrent du lingot à la cassole, du producteur à l'assiette ! Indispensable pour un bon cassoulet, le haricot lingot de Castelnaudary IGP pour son goût unique au fondant délicat. A déguster absolument lors de votre séjour, accompagné d'un vin des Corbières ou du Minervois bien sûr !

www.castelnaudary-tourisme.fr

Un plat qui se déguste et se fête !





FOCUS

SOUVENIRS DE VACANCES !

DE LA RUCHE À LA TARTINE !

Dans l'Aude, nos abeilles ont bien travaillé... Venez vous régaler avec les récoltes de miel Pays Cathare de la miellerie des Clauses. Petits et grands pourront goûter tout une palette de miels qui séduira toutes les papilles : Romarin, Acacia, Lavande, Châtaigner, Maquis, Garrigue, Forêt... Vous découvrirez toutes les subtilités gustatives et aromatiques des différentes variétés : vous trouverez sûrement votre préférée ! De quoi garnir votre panier avec ce nectar doré et emporter avec vous les parfums de notre garrigue.

miellerie-des-clauses.com



UN COUP DE CHAPEAU

Pendant plus de 150 ans, la Haute Vallée de l'Aude était parmi les plus grandes régions françaises pour la fabrication de chapeaux. En 2019, la volonté de quelques irréductibles a permis de faire revivre la dernière chapellerie française à transformer la laine en chapeau et préserver ce savoir-faire unique. Faites un tour à la boutique de la chapellerie Montcapel à Montazels. Craquez-vous pour cet indémodable chapeau de feutre fabriqué sur place dans les ateliers de plus de 100 ans ?

www.montcapel.com



LA CÉLÈBRE CRÈME DE CABANEL

Avez-vous goûté la crème de menthe de chez Cabanel ? Un petit bonheur qui prendra naturellement sa place dans votre valise. C'est à l'émblématique Maison Cabanel, une institution Carcassonnaise, qu'on la dégote, qu'on la trouve. Ce lieu mythique perpétue depuis 1868 le métier de liquoriste en fabriquant apéritifs, liqueurs à base de vin, d'alcool et de plantes. La boutique de vente a conservé toute son authenticité et l'atelier artisanal rappelle les savoirs-faire ancestraux : vieux alambics en cuivre, foudres magnifiques, machine à étiqueter, machine à bouchons. Préparez-vous à un voyage dans le temps.

etscabanel.fr



BON À SAVOIR

Pour prolonger la saveur des vacances, rien de tel que de remplir sa valise de souvenirs gourmands, sucrés ou salés, bons vins, liqueurs ou objets de fabrication artisanale... Pour donner du sens à vos achats, voici une sélection de quelques pépites "made in Aude". Depuis plus de 30 ans la marque Pays Cathare® valorise le patrimoine gastronomique, économique et culturel audois. 900 professionnels y sont engagés dans une démarche de qualité qui vise à offrir pour chaque activité le meilleur de l'Aude !

www.payscathare.com

Intensément NATURE OUTDOOR

Sports d'eaux vives, randos, pêche, cyclo ou VTT... en toute saison, l'Aude est une destination pleine de ressources pour vos activités extérieures : véritable aire de jeux pour les familles, les amoureux des grands espaces, chacun y trouvera son bonheur. Que vous soyez friands d'aventure, de sensations fortes ou simplement en quête d'instant de détente, l'Aude vous offre tout ce dont vous rêvez ! N'oubliez pas votre combi cycliste, ni vos chaussures de marche, votre canne à pêche non plus ... encore moins votre maillot de bain.

VOUS AIMEREZ...



DESCENDRE LE FLEUVE AUDE EN RAFT

En parcours découverte ou parcours sportif dans les gorges sauvages de Saint-Georges et de la Pierre-Lys dans les Pyrénées, découvrez l'eau vive et le rafting sans compétences techniques requises. Des parcours très étudiés permettent de débiter ou de s'entraîner à la compétition. De nombreux clubs et prestataires ouverts toute l'année vous accueilleront et vous encadreront sur des parcours sur mesure. Sensations garanties !

www.pyreneesaudioises.com



AVOS GODILLOTS! L'AUDE LE PARADIS DES RANDONNEURS

L'Aude compte plusieurs GR qui sillonnent et traversent le département et pour tous les types de mollets plus ou moins entraînés, de nombreuses boucles permettent de découvrir la nature audoise. Le long d'un canal, au cœur d'une forêt, une petite promenade botanique ou une exploration des cimes pyrénéennes, l'Aude présente une diversité de paysages et de niveau de pratique pour tous les goûts. De la balade facile en famille à la véritable rando sportive, le choix est immense. Demandez les suggestions de balades auprès des Offices de Tourisme qui sauront utilement vous renseigner. Et pour ceux qui aiment l'excitation sur la ligne de départ et le goût de l'effort, de nombreux trails sont organisés tout au long de l'année.

www.audetourisme.com



PASSION PÊCHE

Initiez-vous à la pêche à la mouche sur des parcours No-kill et prenez plaisir à pratiquer la pêche de loisir en famille sur les parcours aménagés aux bords des cours d'eau et plans d'eau. La Haute-Vallée de l'Aude et les lacs accrochés aux pentes du massif de la Montagne Noire sont réputés pour être de bons terrains de jeu pour la pêche à la truite. Les berges de l'Aude et du Canal du Midi traversent des secteurs abritant des populations de carpes, silures, brochets, sandres et perches. ...

www.fedepêche11.fr



LE SAVIEZ-VOUS ?

Le Vélorail du Train Rouge

Embarquer sur un des 12 vélorails du Train Rouge ou à assistances électriques depuis la gare d'Axat est une expérience mémorable à partager en famille, entre amis, entre collègues de bureau. Confortablement installé à contempler les toits du village et les paysages forestiers, ce véhicule léger propulsé par la seule force des mollets, garantit des sensations fortes lorsqu'il prend de la vitesse en direction des tunnels plongés dans l'obscurité et des ponts surplombants le fleuve Aude qui transportait jadis le bois de la Haute-Vallée.

www.veloraildutrainrouge.fr



FOCUS

EN SELLE SUR LES ROUTES ET CHEMINS DE L'AUDE

L'Aude propose de nombreuses boucles cyclo touristiques pour tous les types de mollets plus ou moins entraînés où de nombreux parcours permettent de découvrir les plus beaux panoramas.

Le long du Canal du Midi, au cœur d'une forêt, d'un vignoble, pour une petite sortie sur le littoral ou pour une rando sportive sur les routes vallonnées du Lauragais ou sinueuses des Corbières, l'Aude présente une diversité de paysages et de niveau de pratique pour tous les goûts, il n'y a que l'embarras du choix.

Découvrez sur notre site internet la sélection des meilleures cyclo boucles, les Offices de Tourisme sauront vous proposer leurs suggestions de pépites pour réussir à coup sûr votre échappée !

www.audetourisme.com



LE CHEMIN DU PIÉMONT PYRÉNÉEN GR 78

VERS SAINT-JACQUES-DE-COMPOSTELLE : L'AVENTURE CONTEMPORAINE

Les chemins vers Compostelle sont porteurs de valeurs et de sens. A la rencontre des hommes, des cultures et de la nature, le randonneur trouvera le long du sentier des sites emblématiques classés UNESCO et Grands Sites Occitanie, et un petit patrimoine jacquaire plus confidentiel... l'occasion de se ressourcer et de changer de rythme de vie.

Dans l'Aude, il suit le GR78 Chemin du Piémont Pyrénéen jusqu'à Saint-Jean-Pied-de-Port, traverse le département sur 130 km, du Mont Caramel à l'Est de Bize-Minervois jusqu'à Malegoude (Ariège).

Fait unique, les vieux cadastres évoquent les pèlerins qui ont donné leur nom à l'itinéraire : le Camin Romieu.

En empruntant le Canal du Midi depuis le Minervois, jusqu'aux bastides de Carcassonne, Montréal d'Aude et Fanjeaux, ... Le chemin du Piémont Pyrénéen, encore confidentiel, enchante les pèlerins par la sérénité de ses paysages et la beauté de ses églises, abbayes et petits villages.

Après une journée de marche, les cheminants seront récompensés par un savoureux cassoulet de Carcassonne ou Castelnaudary à déguster avec les vins du Minervois et de la Malepère.





FOIX

PORT-LA-NOUVELLE

Roquefixade, Montségur, Puivert, Nébias, Quillan, Bugarach, Cubières-sur-Cinobles, Duilhac-sous-Peyrepertuse, Tuchan, Comus, Espezel/Belvis, Quirbajou, Axat, Aigues-Bonnes/Puilaurens, Prugnanes, Durban-Corbières

ITINÉRANCES NATURE

LE SENTIER CATHARE®

Le Sentier Cathare... c'est sans doute l'une des plus célèbres randonnées de France, également connue sous le nom de GR 367. De Port-la-Nouvelle sur les bords de la Méditerranée à Foix aux confins des Pyrénées, 12 étapes dont 9 dans l'Aude ponctuent ce Sentier de 250 km de long. A travers le Parc Naturel Régional Corbières-Fénelouilles, une succession de paysages plus envoûtants les uns que les autres, le sentier vous mènera jusqu'aux célèbres Citadelles du Vertige : Aguilar, Quéribus, Peyrepertuse, Puilaurens, Montségur, ainsi que les Châteaux de Puivert, Roquefixade et Foix... Les plus courageux pourront même poursuivre sur le "Chemin des Bonshommes" jusqu'en Espagne.

www.lesentiercathare.com



LE CANAL DU MIDI ET DE LA ROBINE

Ouvrage de 240 km de long, le Canal du Midi, œuvre de Pierre-Paul Riquet construite au 17^{ème} siècle et inscrite au Patrimoine Mondial de l'Humanité par l'UNESCO, constitue une prouesse technique et architecturale exceptionnelle. De Toulouse à la Mer Méditerranée, empruntez les chemins le long de la voie d'eau, suivez le parcours des péniches d'écluse en écluse. En VTT, VAE ou Gravel, à pied ou à bord d'un bateau de plaisance, vivez à votre rythme une expérience unique à la découverte d'un territoire et de ses habitants, des plaines céréalières du Lauragais aux vignobles du Minervois jusqu'au Parc Naturel Régional de la Narbonnaise en Méditerranée.



LA VOIE VERTE DU CANAL DU MIDI À MONTSÉGUR

Sur l'ancienne voie ferrée entre Bram et Lavelanet en Ariège, la Voie Verte relie désormais le Canal du Midi à Montségur, le parcours sécurisé permet de découvrir toute la richesse du patrimoine bâti ferroviaire et naturel grâce aux panneaux d'interprétation et aux expositions du conservatoire fruitier ainsi que 70 ouvrages d'art, ponts, aqueducs et tunnels.

www.audetourisme.com

ESCAPADES À LA JOURNÉE



Nos suggestions de circuits en voiture pour ne rien manquer de l'Aude et de ses richesses.

CARCASSONNE - 60 km en boucle

On part découvrir les vignobles du Minervois, le patrimoine historique et naturel avec des sites impressionnants, et bien-sûr la gastronomie locale ! Direction Caunes-Minervois, village médiéval entouré de vignes et célèbre à plusieurs titres : son architecture, son vin, son abbaye et son marbre ! La visite de l'abbaye est indispensable, suivie d'une flânerie dans les ruelles à l'architecture exceptionnelle. Puis balade à Villeneuve-Minervois, capitale audoise de la truffe où on visitera la Maison de la Truffe d'Occitanie qui propose de découvrir tous les secrets du Diamant Noir produit localement. Dans la Montagne Noire, le Gouffre Géant de Cabrespine, est époustouflant : 80 m de large et 250 m de profondeur, on s'y sent tout petit ! La passerelle de verre au-dessus du vide, et le son et lumière ravira tous les publics !



NARBONNE - 75 km en boucle

La journée débute à Montredon-des-Corbières chez les Chocolatiers Cathares et l'univers de la Gourmandise. Après la visite guidée vous serez incollable sur le cacao. On poursuit à quelques km de là, à l'abbaye de Fontfroide, une des plus grande d'Europe dans un état de conservation exceptionnel. Halte au caveau de dégustation puis au restaurant de l'Abbaye. Au cœur du Parc Naturel Régional de la Narbonnaise en Méditerranée, Bages village de pêcheurs perché sur son rocher surplombe la lagune et offre une vue à couper le souffle. Sillonnez les ruelles escarpées ! Poursuivez votre route vers un autre village en bord d'étang, Peyriac-de-Mer : les pontons sur l'eau offrent une balade nature inoubliable. On finit la journée à Terra Vinea, et ses immenses galeries souterraines. Vous y découvrirez le travail du vin et de la vigne au fil des époques.



CASTELNAUDARY - 63 km en boucle

Vous serez surpris par la richesse de cette terre attachante et tous ces petits trésors ! Première étape : Saint-Papoul village fortifié où on visitera l'abbaye-cathédrale, son cloître et son riche mobilier baroque. A proximité, le village rond de Bram se glorifie d'un passé très riche, à retrouver au musée archéologique Eburomagus. Toute proche la maison des Essar(t)s accueille des expos temporaires souvent de grande qualité ! Petit crochet par Montréal pour admirer l'immense Collégiale Saint Vincent et participer à un atelier d'œnologie du Domaine Le Fort, ou faire une dégustation des vins de Malepère à Villesiclé aux Cèdres de Robert. Fanjeaux, village perché domine tout le Lauragais. Saint Dominique vint s'y installer pour prêcher contre les Cathares. La balade dans la cité médiévale au riche patrimoine (médiéval et contemporain) est très agréable et enrichissante.



LES INSOLITES

Des visites et des activités atypiques, surprenantes qui nous plongent dans un passé lointain et mystérieux... ou au coeur de l'Afrique, si si ! Voici quelques exemples de visites et activités insolites piochées pour vous :



LE TRÉSOR DES CATHARES

Cap sur le château d'Arques pour tenter de mettre la main sur le trésor des Cathares enfoui dans une mystérieuse et angoissante crypte depuis la prise de Montségur par les Croisés en 1244 ! Aussitôt la porte de ce sanctuaire souterrain franchie que celle-ci se referme sur les participants retrouvés emprisonnés par une redoutable société secrète. Les joueurs disposent d'une heure pour trouver ce précieux trésor et s'évader... Une immersion réaliste dans l'histoire du catharisme au coeur d'un site classé "Monument historique" !

www.travelrealfrance.com



VIRÉE EN TROTTINETTE ÉLECTRIQUE

Faire le tour du lac de Jouarres sans prendre l'eau, c'est possible si on opte pour la trottinette électrique ! Ce nouveau circuit accompagné vient compléter la liste de parcours proposés par Session Outdoor jusqu' alors. Un pur bonheur de profiter de ce cadre naturel en pratiquant une activité facile et écolo en prime ! Et si la tentation est trop forte, il reste possible de prendre la direction de la plage et sa pinède ombragée, près du Port Minervoys, pour un plouf bien mérité.

www.audetourisme.com/fr/fiche/homps



LA RÉSERVE AFRICAINE DE SIGEAN

Faire un safari photo dans la savane entre girafes et éléphants... dans l'Aude c'est possible et c'est à la Réserve Africaine de Sigean que ça se passe. Plus de 3 800 animaux y vivent en semi-liberté. La visite se compose d'une partie en voiture à la découverte des lions, des ours, des girafes, des rhinocéros... et d'une partie à pied où vous côtoierez les dromadaires, les chimpanzés, et les alligators... ! Une visite incroyable, ludique et pédagogique à la fois !

www.reserveafricainesigean.fr

DÉCOUVRIR L'AUDE EN S'AMUSANT

Escape Games Luc-sur-Orbieu

L'avenir de la production viticole tout entière repose sur vous : retrouvez la cuvée perdue d'Irma et Auguste Fabre et déjouez les plans des fraudeurs avides d'argent. Enfermé dans la cave du château, il vous faut résoudre les énigmes et mettre vos papilles à l'épreuve lors de la dégustation, au cours de cet escape game palpitant inspiré de faits réels.

www.famillefabre.com



AVANT VOTRE SÉJOUR

Préparez vos vacances, partez tranquille : pour vous aider à organiser votre séjour (hébergements, visites, activités), plusieurs agences spécialisées sont là pour vous aider, vous conseiller et effectuer les réservations selon vos souhaits. Elles proposent également des séjours thématiques tout compris. Réservez en ligne ou contactez directement les agences réceptives suivantes :

Sudfrance.fr

contact@sudfrance.fr
www.sudfrance.fr

Travel Real France

contact@travelrealfrance.com
www.travelrealfrance.com

Aud'tour

pascale@aude-tour.com
www.aude-tour.com

Glisse & Kite

Spécialisé sports de glisse, stages, initiations
geraldine@glisseetkite.com
www.glisseetkite.com

Les pépites du sud

www.lespépitesdusud.wine

PENDANT VOTRE SÉJOUR

L'association des Guides et Conférenciers du PAYS CATHARE

Elle regroupe une quinzaine de guides professionnels à votre service pour tout type de visite (patrimoine, nature, randonnée pédestre, itinérances...). Ils peuvent intervenir dans plusieurs langues. Pour tout savoir sur l'Aude et ses richesses !

www.guidespayscathare.com
planning.asso.guides@gmail.com

Bureau des Guides Accompagnateurs PYRÉNÉES AUDOISES

De par sa connaissance approfondie du terrain, l'accompagnateur vous enlèvera le poids non seulement de choisir le meilleur itinéraire en fonction de multiples paramètres (météo, dénivelé, curiosités) mais aussi celui de trouver le bon sentier sans avoir à se battre avec cartes et GPS. Randos à la journée ou demi-journée possibles.

www.bureau-guides-aude.com
bureaudeguides11@gmail.com



LES OFFICES DE TOURISME VOUS ACCUEILLENENT

OFFICE MUNICIPAL DE TOURISME DE CARCASSONNE

CATÉGORIE I

28 rue de Verdun
11000 CARCASSONNE
+33 4 68 10 24 30
accueil@carcassonne-tourisme.com
www.tourisme-carcassonne.fr

OFFICE DE TOURISME GRAND CARCASSONNE TOURISME

CATÉGORIE II

2 square Gambetta
11000 CARCASSONNE
+33 4 68 78 58 90
contact@grand-carcassonne-tourisme.fr
www.grand-carcassonne-tourisme.fr

OFFICE DE TOURISME DE CASTELNAUDARY LAURAGAIS AUDOIS

CATÉGORIE I

Place de la République
11400 CASTELNAUDARY
+33 4 68 23 05 73
accueil@castelnaudary-tourisme.com
www.castelnaudary-tourisme.com

OFFICE DE TOURISME CORBIÈRES SALANQUE MEDITERRANÉE

2 route de Duilhac-sous-Peyrepertuse
11350 CUCUGNAN
+33 4 68 45 69 40
info@corbieresroussillontourisme.com
www.corbieresroussillontourisme.com

OFFICE DE TOURISME INTERCOMMUNAL AU CŒUR DES COLLINES CATHARES

CATÉGORIE II

6 place du Treil
11270 FANJEAUX
+33 4 68 24 75 45
tourisme@ccplm.fr
www.collinescathares.com

OFFICE DE TOURISME DE GRUISSAN

CATÉGORIE I

80 boulevard du Pech Maynaud
11430 GRUISSAN-PORT
+33 4 68 49 09 00
office.tourisme@gruissan-mediterranee.com
www.gruissan-mediterranee.com

OFFICE DE TOURISME LEUCATE MÉDITERRANÉE

CATÉGORIE I

Espace Henry de Monfreid
11370 LEUCATE-PORT
+33 4 68 40 91 31
info@leucate.net
www.tourisme-leucate.fr

PAYS TOURISTIQUE CORBIÈRES - MINERVOIS

2 place des Vosges
11200 LÉZIGNAN-CORBIÈRES
+33 4 68 27 57 57
info@promotion.ptcm.fr
www.tourisme-corbieres-minervois.com

OFFICE DE TOURISME DU LIMOUXIN

CATÉGORIE II

7 avenue du pont de France
11300 LIMOUX
+33 4 68 31 11 82
tourisme@cc-limouxin.fr
www.tourisme-limoux-in-aude.fr

OFFICE DE TOURISME DE LA CÔTE DU MIDI

CATÉGORIE I

31 boulevard Jean Jaurès
11100 NARBONNE
+33 4 68 48 14 81
bonjour@cotedumidi.com
www.cotedumidi.com

OFFICE DE TOURISME INTERCOMMUNAL DES PYRÉNÉES AUDOISES

CATÉGORIE II

Square André Tricoire
11500 QUILLAN
+33 4 68 20 07 78
tourisme@pyreneesaudioises.com
www.pyreneesaudioises.com

OFFICE DE TOURISME INTERCOMMUNAL DE LA MONTAGNE NOIRE

19 place de la Mairie
11310 SAISSAC
+33 4 68 76 64 90
contact@tourisme-montagnenoire.com
www.tourisme-montagnenoire.com



COMMENT VENIR



Autoroute des Deux Mers (A61) :

Sorties à Castelnaudary (sortie 21),
Bram (sortie 22), Carcassonne Ouest (sortie 23),
Carcassonne Est (sortie 24),
Lézignan-Corbières (sortie 25),
Narbonne Sud (sortie 38).

Autoroute "la Languedocienne" (A9) :

Sorties à Narbonne Est (sortie 37),
Narbonne Sud (sortie 38),
Sigean-Port la Nouvelle (sortie 39),
Fitou - Leucate (sortie 40)

Lignes TGV

Paris et Lille-Europe et grandes
lignes régionales

LGV Espagne

Madrid
Barcelone Narbonne
Carcassonne

Principales gares SNCF

- Carcassonne
- Castelnaudary
- Narbonne

Aéroport de Carcassonne

www.aeroport-carcassonne.com

- Royaume-Uni : Londres Stansted, Edimbourg, Manchester, East Midlands
 - Italie : Cagliari
 - Irlande : Dublin, Cork
 - Belgique : Bruxelles-Charleroi
 - Portugal : Porto
- www.ryanair.com

Aéroport de Toulouse à 1h de route de Carcassonne : www.toulouse.aeroport.fr

Aéroport de Montpellier à 1h de route de Narbonne : www.montpellier.aeroport.fr

AUDE
PAYS CATHARE

LE SUD
A SON HISTOIRE

AGENCE DE DÉVELOPPEMENT TOURISTIQUE DE L'AUDE

Allée Raymond Courrière - 11855 Carcassonne cedex 9 - Tél. + 33 4 68 11 66 00
documentation@audetourisme.com - www.audetourisme.com - www.payscathare.org

@audetourisme

Réalisation : claudinemapella.com / Carte et mises à jour 2022 : Guylaine Gilles - Impression : Imprimerie du Mas - Edition 2022

© Crédits photo : ADT Aude - S.Alibeu - D.Mateos - ailium - r-kann - Vincent-photographie - federation-peche-aude - mediterrane-a-velo - CG Deschamps - C.Baudot - S-briez-vin-4-heures-tour - Réserve Africaine - D-Louis-OT Collines Cathares - S. Dossin - Famille Fabre - Vincent Antech - J.L. Sacquet Juglard - P.Davy - E.De Puy - Gruissan Tourisme Richard Photographe - OT Castelnaudary - OT Leucate - VB-Leucate - Ceres Franco-Alain Machelidon - Ludovic Charles - Rogier Fackeldey - Maison Guinot - C.codina - Le Boat

