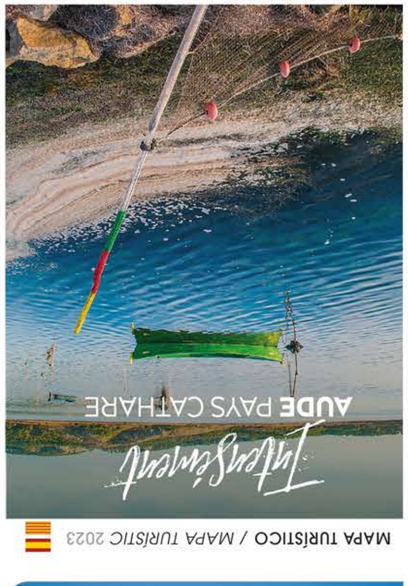


audetourisme.com/es/

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

@audetourisme

Crédit photo : Allium-ADT-Aude - Cite-P Davy - G. Deschamps - Vincent-Photographie
Conseil Départemental de Aude - Site-Pays-Cathare-Causses - UPO-Occitanie - N. Diolez - P. Benoist
S. Albeu-M. Gassion-ADT Aude - A. Manseau - J. Bellondrade - Dossin-OT-Pyrénées-Audoises - J. Bigou-Gilles
G. Maurel-Villemarcheux - D. Mateos - Raphaël Karin - Edgard - de Puy - Exposition-Davodeau - J. Del Arco Aguirre
Fédération de Pêche de l'Aude - Olivier Octobre - Cartographie : LC-Latitude Cartagène
France.fr Maquette : Guylaine Gilles - Mise à jour 2023 : Claudine Mapella - Impression : Maraval

EL ABUSO DE ALCOHOL ES PELIGROSO PARA SU SALUD. CONSUME CON MODERACIÓN - L'ABUS D'ALCOHOL ÉS PERILLÓS PER A LA SEVA SALUT, CONSUMEIX AMB MODERACIÓ.

BUENO SABER
És bo saber-ho

Los artes de leer
L'art de llegir

Capítulo cultural en Corbières

Un parentesis cultural en el corazón de Corbières, el objetivo del concepto «arte de leer» es crear un vínculo entre la valorización patrimonial de la abadía de Lagrasse y el proyecto artístico y cultural sobre esta temática específica. Porque sí, leer es un arte y cuando se practica, lleva al lector a buscar sentido. Con un silencio casi religioso en la biblioteca y ágora de la lectura, este centro cultural abrirá sus puertas en la abadía en la primavera de 2023.

Patrimoni cultural de Corbières

El concepte d'«art de la lectura», un veritable paréntesi cultural al bell mig del massís de Corbières: te per objectiu enllaçar l'explotació patrimonial de l'abadia de Lagrasse i el projecte artístic i cultural al voltant de la temàtica específica de «l'art de la lectura». Perque és ben cert que llegir és un art i, serse importar com el practiqui, el lector es veu empès a una cerca de sentit. Entre el silenci quasi religiós de la biblioteca i àgora de lectura, aquest centre de trobada cultural obrirà les portes dins de l'abadia la primavera de 2023.

ZOOM

EXPOSICIÓN DAVODEAU EN CAUNES-MINERVOIS

En el marco de una colaboración con el Centro Belga del Cómic, la abadía de Caunes-Minervois expone la obra de Etienne Davodeau «Les ignorants». Un relato de iniciación ilustrada entre el dibujante y un viticultor preocupado por el medio ambiente que se inscribe lógicamente en la cultura del pueblo de Caunes-Minervois: interconocimiento de diferentes oficios y culturas, apertura y curiosidad... Una exposición para saborear durante las diferentes degustaciones organizadas en esta ocasión, en la próxima visita a la abadía o durante un paseo bucólico por el pueblo.

EXPOSICIÓ DE DAVODEAU A CAUNES-MINERVOIS

En el marc de la col·laboració amb el Centre Belge de la Bande Dessinée (Centre Belga del Cómic), l'abadia de Caunes-Minervois exposa l'obra d'Etienne Davodeau «Les ignorants». Una història d'iniciació entrecreuada entre el dibuixant i un viticultor preocupat pel respecte per l'entorn el qual, lògicament, forma part del món cultural del poble de Caunes-Minervois: interconvivència dels diferents oficis i cultures, obertura i curiositat. Una exposició de la qual gaudir juntament amb les diferents experiències que s'han organitzat aprofitant l'avinentesa, i que tindran lloc durant la visita propera visita a l'abadia o mentre feu un passeig bucòlic pel poble.

INELUDIBLE
Imprescindible

El Mediterráneo
El Mediterrani

Naturaleza, deporte u ocio

A lo largo de 50 km de playas de arena, se suceden estaciones balnearias y espacios naturales: Saint-Pierre-la-Mer, Narbonne-Plage, Gruissan, La-Palme, Port-la Nouvelle, Leucate. Cada estación tiene un ambiente singular y ofrece una amplia gama de actividades para todos los gustos: deportes de deslizamiento, actividades náuticas y balneanas para familias, excursiones, playas salvajes.

El parque natural regional de la Narbonnaise en Méditerranée cuenta con una gran biodiversidad. Acoge una flora y una fauna excepcionales y pueblos típicos del Languedoc en los que se han conservado aires ancestrales.

Natura, esport o lleure

En 50 km de platges de sorra, se succeeixen els centres turístics costaners i els espais naturals: Saint-Pierre-la-Mer, Narbonne-Plage, Gruissan, La Palme, Port-la-Nouvelle, Leucate. Cadascun d'aquests centres té el seu ambient particular i ofereix un gran nombre d'activitats per a tots els gustos: esports de llisament, activitats nàutiques i marineres per a famílies, senderisme, platges salvatges.

El Parc Natural Regional de Narbonnaise en Méditerranée és ric en biodiversitat. Albergа una flora i una fauna excepcionals i pobles típics del Languedoc, on se n'ha conservat el saber fer.

ZOOM

PUEBLOS A ORILLAS DEL MAR

A lo largo de la costa y de los estanques existe un litoral más discreto, más salvaje... Les Cabanes de Fleury, l'Ayrolles (Gruissan), Bages, Peyriac-de-Mer, La Palme, la Franqui... aldeas de pescadores o pueblecitos con encanto de otra época que podrás descubrir mientras paseas por las cabañas de pescadores, las galerías de arte, las antiguas casas de bodegueros y todo un patrimonio rural como si fuese el extremo del mundo... Si estás buscando un poco de tranquilidad y algo pintoresco, ¡aquí encontrarás vuestra felicidad!

POBLES A LA VORA DEL MAR

Al llarg de la costa i a la riba dels estanys hi ha un litoral més discret, gairebé salvatge... Les Cabanes de Fleury, l'Ayrolles (Gruissan), Bages, Peyriac-de-Mer, La Palme, la Franqui... Pobles de pescadors o petits ports amb una calma d'una altra època, on hot passejant descobrireu cabanes de pescadors, petites galeries d'art, petits vitiscultors d'abans i tot un patrimoni rural que us transportarà a tot un altre món... Si el que busqueu és una mica de tranquil·litat i un entorn pintoresc, esteu de sort!

INELUDIBLE
Imprescindible

El Sendero Cátaro
El camí dels càtars

A los pies de las Ciudadelas

Desde el Mediterráneo hasta los Pirineos, "Le Sentier Cathare" (GR® 367) ofrece una gran variedad de paisajes repartidos a lo largo de 250 kilómetros (estanques costeros, colinas vitícolas, garrigas, bosques, gargantas, llanuras y montañas).

Este itinerario serpentea entre Aguilar, Quéribus, Peyrepertuse, Puilaurens, Montségur, Foix... Las Ciudadelas de vértigo, erigidas en imponentes picos rocosos, sirvieron antaño como guardia fronteriza frente al reino de Aragón... ¡Estos centinelas evocan una página de la historia medieval del sur de Francia! Desde Port-La Nouvelle hacia Foix, este camino emblemático en 12 etapas sin grandes dificultades técnicas se puede realizar a pie o a caballo.

Als peus de les Ciutadelles

Des del Mediterrani fins als Pirineus, "Le Sentier Cathare" (GR® 367), en català conegut com 'El camí dels càtars', ofereix en 250 quilòmetres una gran varietat de paisatges (estanys litorals, turons vitícoles, garrigues, boscos, congostos, planes i muntanyes). Aquesta ruta serpenteja entre Aguilar, Quéribus, Peyrepertuse, Puilaurens, Montségur, Foix... Les Ciutadelles del vertigen erigides sobre impressionants cims rocosos van servir antigament de guardies fronteres amb el Regne d'Aragó... Sentinelles que evoquen una pàgina de la història medieval del sud Des de Port-la-Nouvelle fins a Foix, aquest camí emblemàtic en 12 etapes, sense grans dificultats tècniques, es pot practicar a peu o a cavall.

ZOOM

¡PREPARAD EL CALZADO!

El sendero cátaro GR®367 se ha convertido en el terreno de predilección de los trailers. En 2021 surgió una nueva carrera: Ultra-Trail Sentier Cathare. Esta carrera internacional, de 5 días de duración, ofrece a los participantes la oportunidad de hacer el Sendero Grande Port-La-Nouvelle hasta Puivert por la variante norte a la ida y luego, la variante sur a la vuelta. Es decir, 320 kilómetros de carrera con un desnivel positivo de unos 12 000 metros en paisajes excepcionales. ¡Nos vemos el próximo 39 de septiembre!

CALCEU-VOS LES SABATILLES!

El camí dels càtars, el GR®367, s'ha convertit en el terreny predilecte dels senderistes. El 2021 es va presentar una nova cursa: l'Ultra-Trail Sentier Cathare. Aquesta cursa internacional, que té una durada de 5 dies, ofereix als senderistes l'oportunitat de fer el camí des de Port-La-Nouvelle fins a Puivert per la variant del nord a l'anada i per la variant del sud a la tornada, en total, 320 quilòmetres de curse amb un desnivell positiu d'uns 12.000 metres envoltats de paisatges espectaculars. Participeu-hi el proper 39 de setembre!

INELUDIBLE
Imprescindible

Narbonne
Narbonne

Romano y medieval

Cerca del mar Mediterráneo, entre estanques y viñedos, Narbonne seduce por su cultura de vivir. La ciudad de Charles Trenet posee un patrimonio muy rico. Esta ciudad de arte y historia atravesada por el Canal de la Robine se descubre paseando por los callejones del centro de la ciudad: Palacio de los Arzobispos, Catedral de Saint Just, museo de Arte e Historia, el magnífico museo Narbo Via y el Horreum románico, sin olvidar del mercado cubierto, un lugar capital de la gastronomía local.

Los macizos de La Clape y de Fontfroide y las lagunas también son paisajes protegidos que debes descubrir.

Romana i medieval

A prop del Mediterrani entre estanys i vinyes, Narbonne seduate pel seu tranquil estil de vida. La ciutat de Charles Trenet posseeix un patrimoni molt ric. Aquesta ciutat d'art i història, travessada pel Canal de la Robine, es descobreix passejant pels carrerons del centre de la ciutat: el Palau dels Arquebisbes, la Catedral de Sant Just, museu de Arte e Historia, el magnífic museu Narbo Via i l'Horreum romà, sense oblidar Les Halles, mercat de referència de la gastronomia local.

Els massissos de la Clape, Fontfroide i les llacunes són també paisatges conservats per descobrir.

ZOOM

NARBO VIA Y LA ANTIGUA NARBONNE

Narbo Via se ha convertido en un lugar ineludible a la hora de entender la antigua Roma y los desafíos que plantea la investigación arqueológica. A partir de ahora, dentro de él encontramos: el nuevo museo, los yacimientos arqueológicos de Horreum, en el corazón de Narbonne, y de Amphoralis, en Sallèles-d'Aude. En conjunto, ¡representan una rica colección formada por más de 10 000 piezas! Una pared monumental formada por adelaidor de 800 bloques de piedra procedentes, en su mayor parte, de las necrópolis romanas de la antigua ciudad abre el recorrido del Musée Narbo Via. El emplazamiento actual, de más de 3000 m², cuenta con más de 580 piezas de Narbo Martius, durante el Imperio Romano y, en segundo plano, ofrece un balance sobre las excavaciones en curso en la región.

NARBO VIA I L'ANTIGA NARBONNE

Narbo Via es un lloc essencial per entendre l'antiguitat romana i els reptes de la investigació arqueològica. Aquest espai reuneix el nou museu, els jaciments arqueològics de l'Horreum, al cor de Narbonne, i de l'Amphoralis, a Sallèles-d'Aude. Junts, representen una rica col·lecció de més de 10.000 peces! La ruta del Museu Narbo Via comença amb una muralla monumental de prop de 800 blocs de pedra procedents, en gran part, de les necròpolis romanes de l'antiga ciutat. Aquest espai, de més de 3.000 m², mostra al voltant de 580 peces de Narbo Martius, rom amb el que es connexa sota l'Imperi romà, i que representa un inventari de les excavacions en curs dins el territori.

INELUDIBLE
Imprescindible

El Canal du Midi
El Canal du Midi

La Epopeya contemporánea

Viaja en el tiempo a pie, en bicicleta o en una embarcación de recreo por el Canal du Midi al ritmo de las esclusas. ¡Disfrute de una experiencia bucólica de puro relax y quedá fascinado por las mecánicas complejas de esta obra de arte viva! Déjate llevar y embelesar por las cosas sencillas en la terraza de un chiringuito y sé a conocer a las gentes del lugar, personas orgullosas, encantadoras y unos grandes apasionados de esta vía de agua. El canal también es un estilo de vida que se puede compartir: un aperitivo en la barcasa de un navegante aficionado, animadas partidas de petanca en las pistas de los pueblos ribereños y una gran abundancia de patrimonio menor, como castillos vitícolas, casas de las esclusas, molinos antiguos...

L'odissea contemporània

Remunteu el temps a peu, en bicicleta, en vaixell de lleure al ritme de les rescloses al llarg del Canal du Midi. Viviu una experiència bucòlica de total relaxació i hipnosi mentre admireu la complexa mecànica d'aquesta obra d'art viva! Deixeu-vos anar i meraveliеu-vos amb les coses senzilles a la terrassa d'una guingueta. I coneigueu gent local, orgullosa, embarcadís i apassionada de la via fluvial. El canal també és un estil de vida que es pot compartir: aperitius a la barcassa d'un navegant aficionat, partides de petanca animades als terrenys dels pobles que travessa el canal, etc. És un petit patrimoni en abundància, castells vitícoles, cases de guardes de rescloses, antics molins...

ZOOM

ITINERANCIA EN BICICLETA. La gran ciclo-evasión

Solo con pronunciar sus nombres, ya entran ganas de subirse a la MTB/bicicleta híbrida y empezar a recorrerlos: "Le Canal des 2 Mers à Vélo (V80)" y "La Méditerranée à Vélo (EV8)". Las etapas "audiosiec" de estos itinerarios ciclistas internacionales son excepcionales mientras bordean los caminos de sirga, cruzando desde los campos de girasoles de Lauragais hasta los viñedos de Minervois, desde las extensiones de lagunas protegidas del litoral hasta el Canal de la Robine, flanqueado por pinos piñoneros. Nueva Via Verde que conecta el Canal du Midi a la altura de Bram con Montségur, en Ariège, este itinerario acondicionado es accesible para todos los niveles de práctica y permite realizar descubrimientos agradables sobre el patrimonio natural (gracias a los paneles de interpretación), así como un gran número de obras de arte.

RECORREGUT EN BICICLETA. La gran escapada

Tan sols mencionar-la fa que vulgueu entrar-vos a la BTT/VTC i explorar "Le Canal des 2 Mers à Vélo (V80)" i "La Méditerranée à Vélo (EV8)". Els enllaços de l'Aude d'aquestes mitiques rutes per a bicicletes travessen territoris excepcionals al llarg del camí de sirga, a través del camps de gira-sols del Lauragais fins a les vinyes del Minervois, unes extensions plenes de llacunes preservades del litoral fins al Canal de la Robine envoltat de pins. La nova via verda que uneix el Canal du Midi de Bram a Montsegur, a l'Ariège, l'Itinerari és accessible a tots els nivells de pràctica, i permet una magnífica descoberta del patrimoni natural (gràcies als panells d'interpretació) i de moltes obres d'art.

INELUDIBLE
Imprescindible

El Cassoulet de Castelnaudary
El Cassolet de Castelnaudary

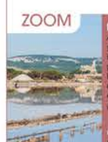
¡Popular, familiar y a la moda!

Un patrimonio culinario emblemático. La leyenda cuenta que el cassoulet nació durante la Guerra de los Cien Años. ¿Mito o realidad? Dirigen mول antic, aquest plat siègbora exclusivament a base de productes del Lauragais y es cuina en un plat de fang d'Issel anomenat «La Cassola», que li va donar nom. Ric i generós, es compon de mongetes llingot, trossos de porc: i cam d'au (confit, ossos d'espinada, pit, peus i braons). El podeu tastar a molts restaurants de l'Aude o atrevir-vos a cuinar-lo amb una mica de coneixement i paciència!

Popular, familiar i de moda!

Un patrimoni culinari emblemàtic. La llegenda explica que el cassolet s'hauria inventat en plena Guerra dels Cent Anys. Mite o realitat? D'origen molt antic, aquest plat siègbora exclusivament a base de productes del Lauragais i es cuina en un plat de fang d'Issel anomenat «La Cassola», que li va donar nom. Ric i generós, es compon de mongetes llingot, trossos de porc: i cam d'au (confit, ossos d'espinada, pit, peus i braons). El podeu tastar a molts restaurants de l'Aude o atrevir-vos a cuinar-lo amb una mica de coneixement i paciència!

ZOOM



LAS SALINAS - LAS OSTRAS

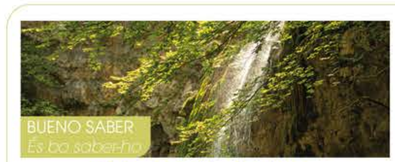
Amantes de las ostras, dejaos llevar por las de Gruissan y de Leucate, sus sabores yodados y su carne firme. Se degustan con una copa de vino bien fresquito de La Clape y/o con numerosos alfoncinos en los restaurantes de la playa o en el pueblo de los ostricultores.

La recogida de la sal, una actividad milenaria, ha modelado los paisajes. Descubrid este saber hacer ancestral en un entorno protegido, en Gruissan o La Palme donde se extienden, a orillas del mar, las salinas de colores irreales que también se pueden visitar. ¡Es el equilibrio perfecto entre naturaleza y cultura!

LES SALINES - LES OSTRES

Amants de les ostres, deixeu-vos temptar per les de Gruissan i Leucate, el seu sabor iodat i la fermesa de la carn. Es degustaran de valent amb un vi de la Clape ben fresc, i a menen un bon nombre d'alfoncinos que visiten sovint els restaurants de la platja o el poble dels ostricultors.

La recollida de la sal és una activitat milenària que ha donat forma al paisatge. Descobriu aquest «fer» ancestral en un entorn protegit, a Gruissan o a La Palme, on les salines de colors increïbles s'estenen a la vora del mar i es poden visitar. Es l'equilibri perfecte entre la natura i la cultura.



BUENO SABER
És bo saber-ho

Paisajes y Ecoturismo
Paisatges i ecoturisme

Maravillas medioambientales

Los bosques de Haute-Vallée, las garrigas mediterráneas, las turberas, las grutas, las cascadas y los ríos: todos estos entornos acogen una cantidad increíble de especies vivas y constituyen el tesoro patrimonial natural de Aude, el cual debemos proteger. Los Espacios Naturales Sensibles (ENS) ofrecen, gracias a un completo programa de actividades, un terreno ideal para aventurarse y abierto a los entomólogos en ciernes, a los aficionados de las especies vegetales atípicas, a los apasionados de las grandes rapaces, a los geólogos veteranos y a los observadores de aves migratorias... ¡Déjate maravillar!

Esplendors ambientals

Des dels boscos de la Haute-Vallée fins a les garrigues mediterrànies, passant per les torberes, les coves, els salts d'aigua i els rius, tots aquests entorns alberguen un nombre increïble d'espècies vives i constitueixen un tresor del patrimoni natural de l'Aude que cal preservar. Els Espais Naturals Sensibles (ENS) ofereixen, gràcies a un programa complet d'activitats, un magnífic parc d'aventures obert a entomòlegs en potència, apassionats a les espècies vegetals atípiques, amants dels grans ocells rapinyaires, geòlegs experimentats o simples observadors d'ocells migratoris... deixeu-vos sorprendre!

ZOOM

LA PESCA EN AUDE

Aude propone numerosos recorridos que se organizan en 3 categorías (familia, pasión y recorrido departamental).

Pesca con mosca en recorridos no-kill, en los ríos o en los estanques, la Haute-Vallée de l'Aude y la Montagne Noire son puertas y te invitan a viajar en el tiempo. Los castillos, abadías, museos y ciudades medievales repartidos por todo el País Cátaro te permitirán sumergirte en las historias que forjaron el carácter de este destino turístico, la de los hombres y mujeres que pasaron por allí, la de las piedras edificadas en estos lugares, la del Catarismo...

payscathare.org/es

PESCA A L'AUDE

L'Aude us proposa nombrosos recorreguts que s'adaptaran als vostres gustos. I que podem dividir en tres categories (família, passió i recorregut pel departament)

La pesca amb mosca per rutes no-kill, en rius o estanys... L'Haute Vallée de l'Aude i la Montagne Noire tenen fama de ser terrenys idonis per pescar la truita, mentre que les riberes de l'Aude i el canal du Midi acullen nombroses espècies: carpes, silurs, llucs de riu, lucioperques i perques.

Tingueu en compte: El 2024 l'Aude acollirà una de les etapes del Campionat Mundial de pesca amb mosca.

INELUDIBLE
Imprescindible

Ubicaciones País Cátaro
Llocs País Càtar

País Cátaro: ¡rico en historia!

Una red de espacios patrimoniales que refleja la riqueza del patrimonio del País Cátaro. Estos lugares excepcionales te abren sus puertas y te invitan a viajar en el tiempo. Los castillos, abadías, museos y ciudades medievales repartidos por todo el País Cátaro te permitirán sumergirte en las historias que forjaron el carácter de este destino turístico, la de los hombres y mujeres que pasaron por allí, la de las piedras edificadas en estos lugares, la del Catarismo...

payscathare.org/es

País Càtar, ric en història!

Una xarxa de llocs patrimonials que reflecteixi el ric patrimoni del País Càtar. Aquests llocs excepcionals us obren les seves portes i us conviden a un viatge en el temps. Els castells, les abadies, els museus i les ciutats medievals repartidos per tot el País Càtar us submergiran en la història: la dels homes i dones que hi han passat, la de les pedres construïdes en aquests llocs, la del catarisme... que han forjat el caràcter d'aquesta destinació.

payscathare.org/es

ZOOM

LAS CIUDADELAS DEL VÉRTIGO

Los castillos de Aguilar, Lastours, Montségur, Peyrepertuse, Puilaurens, Quéribus y Termes forman, junto a la ciudadela de Carcassonne, un conjunto impresionante. En el siglo XIII los reyes de Francia impusieron su autoridad en estos territorios convirtiendo la ciudadela en un fugaz inexpugnable y transformando algunos castillos señoriales en fortalezas reales. Los constructores realizaron grandes proezas para adaptar la arquitectura real a los nuevos escarpados. Esta red de monumentos presenta un valor universal excepcional y hoy en día es candidata para ser declarada como Patrimonio Mundial de la UNESCO. ¡Apoyad la candidatura!

Más información en: citadellesduvertige.aude.fr

FORTALESES DE VERTIGES

Els castells d'Aguilar, Lastours, Montségur, Peyrepertuse, Puilaurens, Quéribus i Termes formen, juntament amb la ciutat de Carcassonne, un conjunt impressionant. Al segle XIII els reis de França van imposar la seva autoritat en aquests territoris: van convertir la Cité de Carcassonne en una fortalesa imperenyable i van transformar una sèrie de castells senyorials en fortaleses reials inexpugnables. Els constructors van haver de fer proeses per adaptar l'arquitectura reial als nous escarpats de les muntanyes. Aquesta xarxa de monuments presenta un valor universal excepcional i actualment és candidata a inscriure's a la llista del patrimoni mundial de l'Unesco. Recolzeu la candidatura!

Més informació: citadellesduvertige.aude.fr

INELUDIBLE
Imprescindible

Los Viñedos de Aude
Les vinyes de l'Aude

Ven y sumérgete en los misterios de nuestros vinos

Recorre las carreteras de Aude y sumérgete en el mayor viñedo del mundo, el cual se extiende desde el Mediterráneo hasta las llanuras de Lauragais, desde la Montagne Noire hasta los contrafuertes de los Pirineos. En este país de piedras y con un viento que hace cantar las viñas, la diversidad de los climas, de los territorios y de los paisajes ofrece una gran variedad de vinos y los mejores "crus" de las 10 AOP: los cuales podrás degustar para gran placer de tu paladar. Apasionados o curiosos, conocedores o aficionados: salid y conoced a nuestros viticultores y viticultoras y embarcaos en un viaje por el mundo de las viñas.

Veniu a descobrir els misteris dels nostres vins

Recorreu les carreteres de l'Aude i endinseu-vos en la vinya més gran del món, que estén des del Mediterrani fins a les planes del Lauragais, des de la Montagne Noire fins als contraforts dels Pirineus. Terra de pedres i vent que fa cantar les vinyes, la diversitat de climes, de terres i de paisatges ofereix una gran varietat de vins i les millors anyades de les 10 AOP per sé tastades per al major plaer de les papil·les gustatives. Apassionats o curiosos, coneixedors o aficionats, coneixeu els nostres viticultors i viticultores i deixeu-vos embarcar en un viatge pel món de la vinya.

ZOOM

DESCUBRIR EL MUNDO DEL VINO

El mundo del vino puede parecer complejo y llegar a dar un poco de miedo. No obstante, las bases son totalmente accesibles.

¿Dejas las principales y quieres conocer los secretos de la fabricación de este néctar? Existe un gran número de talleres y cursos que permiten descubrir de un modo lúdico la vid y el trabajo de los viticultores, aprender a degustar y reconocer las variedades y enseñar a tener éxito con los maridajes. Te enseñarán incluso a elaborar tu propio vino. ¡Pero lo más importante es poder conocer a las mujeres y a los hombres que cuidan de las viñas y hacen el vino!

Más información en: audetourisme.com/es/descubrir-el-mundo-del-vino

DESCOBRIR EL MÓN DEL VI

El món del vi pot semblar complicat i provocar aprensions, tot i que les bases són completament accessibles.

Sou principants i teniu ganes de conèixer els secrets de l'elaboració d'aquest nèctar? Hi ha molts tallers i cursos que permeten descobrir, de manera lúdica, la vinya, el treball dels viticultors, aprendre a tastar i a recomanar les varietats de raïm o encapritar-vos per bons maridatges de menjar i vi. Fins i tot aprendreu a fer el vostre propi vi. Però el més important és conèixer aquestes persones que treballen la vinya i el vi!

Més informació: audetourisme.com/es/descubrir-el-mundo-del-vino

INELUDIBLE
Imprescindible

La Ciudadela de Carcassonne
La Ciutat fortificada de Carcassonne

¡Un monumento grandioso!

"La Cité" es un conjunto fortificado único en Europa: 3 km de murallas, 52 torres, un castillo, una verdadera fortaleza dentro de la fortaleza, una basílica y un pueblo junto con sus callejones medievales, aún habitados.

Es Patrimonio de la Humanidad de la UNESCO.

Allí, podrás correr sin problema (independientemente de tu presupuesto) y hospedarte en alojamientos situados en el interior de las murallas.

Se ofrecen animaciones durante todo el año, como el festival de Carcassonne, los torneos medievales, la Marche aux flambeaux (en invierno) o, por supuesto, ¡los famosos fuegos artificiales del 14 de julio! ¡Mítico!

Un gran monument!

La Ciutat és un conjunt fortificat únic a Europa: 3 km de muralles, 52 torres, un castell, una veritable fortalesa dins de la fortalesa, una basílica, un poble i els seus carrers medievals encara habitats.

Està catalogada com a Patrimoni de la Humanitat per la UNESCO.

Allí podràs córrer sin problema (independientemente de tu presupuesto) y hospedarte en alojamientos situados en el interior de las murallas.

Ofereixen animacions durante todo el año, como el festival de Carcassonne, torneigs de cavalleria, la processó de torres a l'hivern i, evidentment, el famós castell de focs artificials del 14 de juliol! Mític!

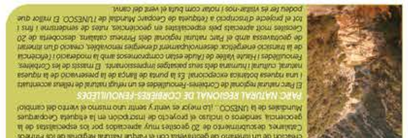
ZOOM

DE LA CIUDADELA A LA BASTIDA, CARCASSONNE, 2 CIUDADES EN 1

La ciudad medieval, perfectamente conservada, es una visita obligada para visitantes de todo el mundo. Pero Carcassonne no es sólo la Ciudadela. El corazón de la ciudad, la Bastida St-Louis, le permitirá completar su visita. Crisol de Port Vieux y parte más antigua del centro patrimonio, a menudo desconocido: palacetes privados, iglesias y capillas, el Museo de Bellas Artes, el Canal du Midi y su marina, también Patrimonio Mundial de la UNESCO. Sin olvidar los numerosos restaurantes y calles para una pausa en las terrazas y las boutiques para ir de compras... Y para refrescarse, el lago de la Cavayère, a menos de 10 minutos de la Ciudadela, con su complejo de ocio, ¡no tiene nada que envidiar a las playas de la costa!

DE LA CIUTAT A LA BASTIDA, CARCASSONNE 2 CIUTATS EN 1

La Cité, la ciutat medieval perfectament conservada, és una visita imprescindible per a visitants de tot el món. Però Carcassonne és molt més que la Cité! Al centre de la ciutat, la Bastida de Sant Lluís us permet completar la visita d'una marina agradable. Travesseu el Port Vell i feu un passeig per descobrir el ric patrimoni de la ciutat, que sovint passa desapercebut: palauets curiosos, esglésies i capelles, el Museu de Belles Artes i el Canal du Midi amb el port esportiu, que també formen part del patrimoni mundial de l'UNESCO. I no oblidem pas els diversos restaurants i carrers que ferem al vostre abast, que us permetran una pausa en una terrassa, a mes de les botiques per anar una estona de compres. I per a una escapada refrescant, el Lac de la Cavayère, a menys de 10 minuts de la Cité amb el seu complex d'oci no té res a envejar a les platges de la costa!



PARQUE NATURAL REGIONAL DE CORBIÈRES FENOUILLÈDES

El Parque Natural Regional de Corbières Fenouillèdes está a 1 hora de la Costa Mediterránea y a 1 hora de Toulouse. Es un lugar de encuentro entre montaña y mar, entre Corbières y Fenouillèdes, que ofrece una gran variedad de actividades para todos los gustos: senderismo, bicicleta de montaña, escalada, deportes de agua, observación de aves, gastronomía, cultura y tradiciones. Descubrid el Parque Natural Regional de Corbières Fenouillèdes y sus pueblos de piedra, sus castillos y sus bodegas, y disfrutad de un entorno natural excepcional, de una naturaleza protegida y una riqueza patrimonial y cultural de gran belleza.

Los Parques Naturales Regionales de Aude
Els Parcs Naturals Regionals de l'Aude

Escapadas a la natura
Escapades naturals

Desde 2021, Aude cuenta con 2 parques naturales regionales: las Corbières Fenouillèdes y la Montagne Noire, que convierten los primeros en el Mediterráneo y la Montaña Central en unas auténticas joyas naturales. Ambos parques ofrecen una amplia gama de actividades para disfrutar de la naturaleza: senderismo, bicicleta de montaña, escalada, deportes de agua, observación de aves, gastronomía, cultura y tradiciones. Descubrid el Parque Natural Regional de Corbières Fenouillèdes y sus pueblos de piedra, sus castillos y sus bodegas, y disfrutad de un entorno natural excepcional, de una naturaleza protegida y una riqueza patrimonial y cultural de gran belleza.

Des Natural Regional de la Montagne de Alberatine: www.parc-naturel-haboulaire.fr
Des Natural Regional de Corbières-Fenouillèdes: www.parc-corbieres-fenouilledes.fr

ZOOM

A descubrir
Informació d'interès

Paseos / visitas temáticas :
- Sendero Escultórico en Mayronnes — D2
- Paseo Digital del Camino del patrimonio en Villasavary — B1
- Molino de papel de Brousses en Brousses-et-Villaret — C1
- Terra Vinéa en Portel-des-Corbières — E2
- Dominio del Abad Saunière en Rennes-le-Château — C2
- La Reserva Africana de Sigean — E2

Centros de arte :
- Spiktri en Ferrals-des-Corbières — D2
- Coop Art en Servies-en-Val — D2
- L.A.C en Sigean — E2

Cuevas :
- La Sima Gigante de Cabrespine — D1
- Cueva de Limousis — C1

Museos :
- Eburomagus en Bram — C1
- Museo de la Sombrerería en Espéraza — C2
- Dinosauria en Espéraza — C2
- Narbo Via en Narbonne — E2
- Amphoralis en Sallèles-d'Aude — E1
- Casa de la Tófona de Occitania en Villeneuve-Minervois — D1

Passeigs i visites temàtiques
- Camí de l'escultura a Mayronnes — D2
- Passeig digital del Camí del Patrimoni a Villasavary — B1
- Molí paperer a Brousses-et-Villaret — C1
- Terra Vinéa a Portel-des-Corbières — E2
- Domini de l'Abat Saunière a Rennes-le-Château — C2
- Reserva africana a Sigean — E2

Centres d'art :
- Spiktri a Ferrals-des-Corbières — D2
- Coop Art a Servies-en-Val — D2
- L.A.C a Sigean — E2

Coves subterrànies :
- L'Avenc gegant a Cabrespine — D1
- Cova de Limousis — C1

Museus :
- Eburomagus a Bram — C1
- Museu de la Barreteria a Espéraza — C2
- Dinosauria Museum a Espéraza — C2
- Narbo Via a Narbonne — E2
- Amphoralis a Sallèles-d'Aude — E1
- Casa de la Tófona d'Occitania a Villeneuve-Minervois — D1

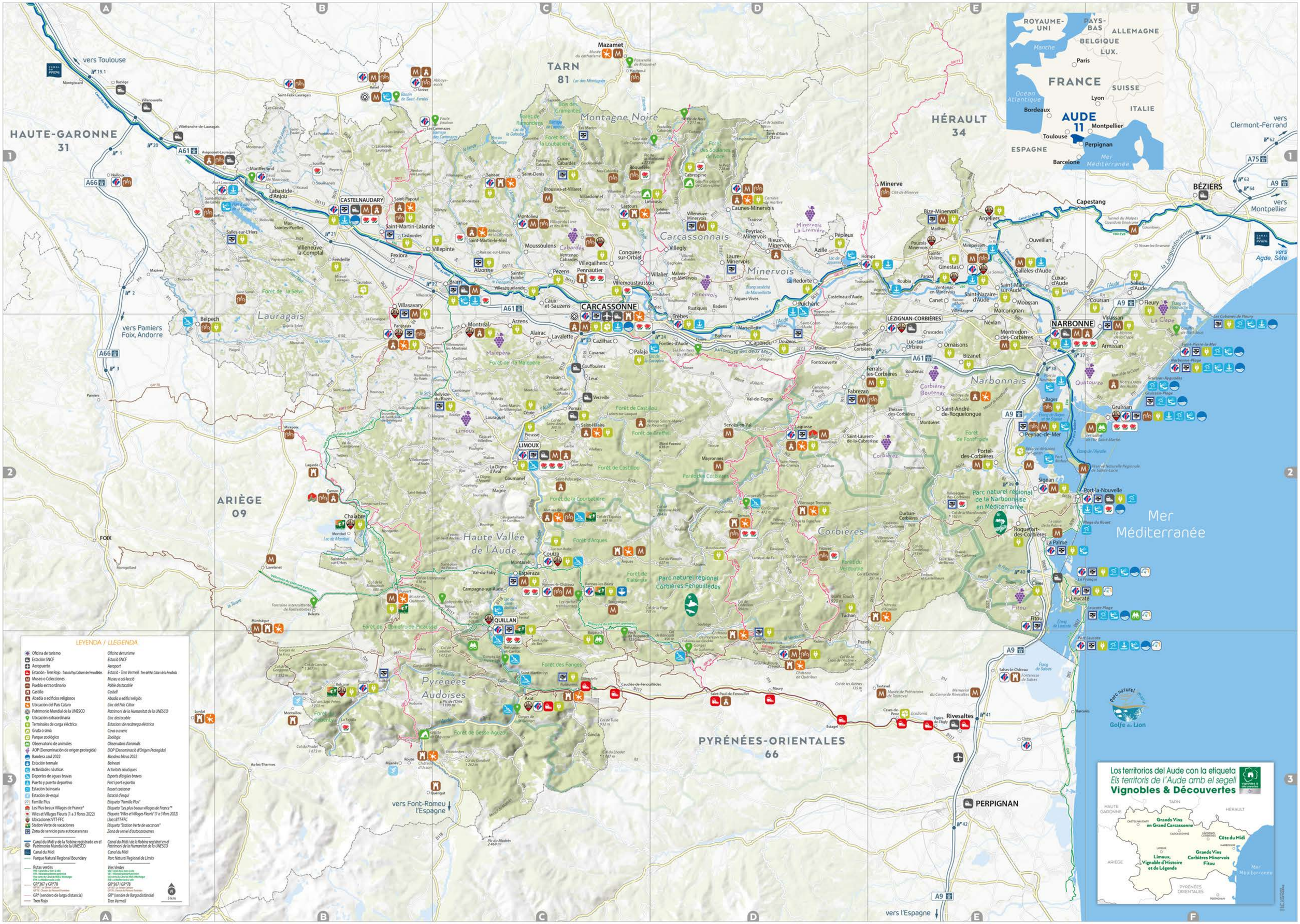
Mercados y encuentros culinarios
Mercats i esdeveniments gurmet

Turistas, gourmets y locávoros curiosos se reúnen a lo largo de todo el año en estas grandes citas culinarias o en los mercados de productores para hacer catas in situ o hacerse con provisiones de productos de la tierra:

Turistes, experts gastronòmics o "locavores" curiosos es reuneixen durant tot l'any amb motiu d'aquestes grans cites gurmet o als mercats de productors per degustar in situ o aprovisionar-se de bons productes de proximitat:

Mercados al aire libre (por la mañana)
El mercats a l'aire lliure (al matí)

LUNES / DILLUNS	MARTES / DIMARTS	MIÉRCOLES / DIMECRES
Castelnaudary Gruissan Saint-Pierre-la-Mer	Carcassonne Leucate Narbonne Quillan Saint-Laurent-de-la-Cabrerisse Sigean Saint-Pierre-la-Mer	Belpech Bram Gruissan Lezignan-Corbières Port-la Nouvelle Saint-Pierre-la-Mer
JUEVES / DIJOUS	**VIERNES / DIVENDRES**	**SÁBADO / DISSABTE**
Axat Carcassonne Espéraza Narbonne Saissac Saint-Pierre-la-Mer	Leucate Limoux Duveillan Sigean Saint-Pierre-la-Mer	Carcassonne Coursan Fanjeaux Gruissan Lagrasse Narbonne Port-la Nouvelle Quillan Saint-Pier


HAUTE-GARONNE
31
TARN
81
HÉRAULT
34
AUDE
11
ARIÈGE
09
PYRÉNÉES-ORIENTALES
66
Mer Méditerranée
vers Toulouse
vers Pamiers Foix, Andorre
vers Clermont-Ferrand
vers Montpellier
vers Agde, Sète
vers Font-Romeu l'Espagne
vers l'Espagne
CASTELNAUDARY
CARCASSONNE
LIMOUX
QUILLAN
NARBONNE
LÉZIGNAN-CORBIÈRES
BÉZIERS
PERPIGNAN
Rivesaltes
Mazamet
Montagne Noire
Carcassonnais
Minervois
Lauragais
Malepère
Haute Vallée de l'Aude
Corbières
Corbières Boutenac
Narbonnais
Pyrénées Audoises
Parc naturel régional de la Narbonnaise en Méditerranée
Parc naturel régional Corbières Fenouillèdes
Fitou
Golfe du Lion
ROYAUME-UNI
PAYS-BAS
ALLEMAGNE
BELGIQUE
LUX.
FRANCE
SUISSE
ITALIE
ESPAGNE
Paris
Lyon
Bordeaux
Toulouse
Montpellier
Perpignan
Barcelone
Océan Atlantique
Manche
Mer Méditerranée
LEYENDA / LLEGENDA
Oficina de turismo
Estación SNCF
Aeropuerto
Estación - Tren Rojo - Train du Pays Cathare des Fenouillèdes
Museo o Colecciones
Pueblo destacable
Castillo
Abadía o edificios religiosos
Ubicación del País Cátaro
Patrimonio Mundial de la UNESCO
Ubicación extraordinaria
Terminales de carga eléctrica
Gruta o sima
Parque zoológico
Observatorio de animales
AOP (Denominación de origen protegida)
Bandera azul 2022
Estación termale
Actividades náuticas
Deportes de aguas bravas
Puerto y puerto deportivo
Estación balnearia
Estación de esquí
Famille Plus
Les Plus beaux Villages de France®
Villes et Villages Fleuris (1 a 3 flores 2022)
Ubicaciones VTT-FFC
Station Verte de vacaciones
Zona de servicio para autocaravanas
Canal du Midi y de la Robine registrado en el Patrimonio Mundial de la UNESCO
Canal du Midi
Parque Natural Regional Boundary
Rutas verdes
GR®367 y GR®78
GR® (sendero de larga distancia)
Tren Rojo
Oficina de turisme
Estació SNCF
Aeroport
Estació - Tren Vermell - Tren del País Càtar i de la Fenolleda
Museu o col·lecció
Poble destacable
Castell
Abadia o edifici religiós
Lloc del País Càtar
Patrimoni de la Humanitat de la UNESCO
Lloc destacable
Estacions de recàrrega elèctrica
Cova o avenc
Zoològic
Observatori d'animals
DOP (Denominació d'Origen Protegida)
Bandera blava 2022
Balneari
Activitats nàutiques
Esports d'aigües braves
Port i port esportiu
Resort costaner
Estació d'esquí
Etiqueta "Famille Plus"
Etiqueta "Les plus beaux villages de France"
Etiqueta "Villes et Villages Fleuris" (1 a 3 flors 2022)
Llocs BTT-FFC
Etiqueta "Station Verte de vacances"
Zona de servei d'autocaravanes
Canal del Midi i de la Robine registrat en el Patrimoni de la Humanitat de la UNESCO
Canal del Midi
Parc Natural Regional de Límits
Vies Verdes
GR®367 i GR®78
GR® (sender de llarga distància)
Tren Vermell
5 km
Los territorios del Aude con la etiqueta
Els territoris de l'Aude amb el segell
Vignobles & Découvertes
HAUTE GARONNE
TARN
HÉRAULT
ARIÈGE
PYRÉNÉES ORIENTALES
Grands Vins en Grand Carcassonne
Côte du Midi
Limoux, Vignoble d'Histoire et de Légende
Grands Vins Corbières Minervois Fitou
Mer Méditerranée