

Située au Cœur des Corbières Orientales, entre mer et collines, « La Ronde au Cœur des Corbières » compte 212 km de circuits balisés.

L'espace VTT-FFC s'étend sur les 14 communes du territoire de la Contrée de Durban-Corbières et emprunte une partie du Sentier Cathare, itinéraire mythique et technique.

La Ronde offre des paysages authentiques et un patrimoine exceptionnel.

Débutants et initiés pourront emprunter chemins, bordures de vignes, sentiers de garrigue et pistes à travers les Corbières sauvages.

Partez à la découverte de ces circuits variés dans une nature préservée (zone Natura 2000) et faites une halte dans les villages pour déguster les produits locaux.

Circuit n°1 bleu

DÉPART:
Saint Laurent de la Cabrerisse
Cave coopérative

DISTANCE: 29,1 km
DÉNIVELÉ POSITIF: + 785 m



Roca Dansaïra

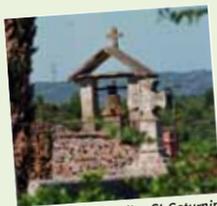
Après le cimetière, grimper (**parfois rude**) jusqu'au plateau puis descendre vers la D323, direction Jonquières. Rue du Moulin, monter la piste. Puis sentier en descente jusqu'à Coustouge. Direction Fontjoncouse. Au bout de la 1^{ère} ligne droite, après le pont, tourner sur la piste à gauche ; montée et série de lacets avant de déboucher sur un replat.

Après la ruine de Poursan, emprunter le second chemin

à gauche, direction Thézan, jusqu'au bâtiment de la Communauté de Communes.

Sortir du village par la rue du Moulin à Vent ; passer la Grangette et le chemin de Caraguilhes ; rejoindre la D611, direction Saint Laurent de la Cabrerisse. Tourner à gauche sur la D106 (direction Coustouge) et sur la ligne droite, après le chemin de la Sabine, tourner sur le deuxième chemin à droite (**! être attentif au balisage**) (**zone de vignoble**) jusqu'à la D613. Aller à gauche vers Saint Laurent.

Avis du vététiste: on a aimé les montées vers le Pech de La Garrigue et le Plateau de Poursan, la descente sur sentier vers Coustouge.



Eglise St-Saturnin

Circuit n°2 noir

DÉPART:
Cascastel-Cave coopérative

DISTANCE: 43,3 km
DÉNIVELÉ POSITIF: + 1430 m

Prendre la D106, puis un chemin en montée à droite et gagner Villeneuve des Corbières. D611 puis D205 et suivre le Sentier Cathare en montée vers La Recaoufa. Descente technique (**! chevaux**) vers Durban. Suivre la D611 et traverser la Berre.

Monter vers le Chamma et les Pausades. Après le hameau de la Salce, succession de pistes. Rejoindre le col de Vente Farine, rude d'accès.

Descendre par un ancien sentier muletier technique jusqu'au ruisseau (**! à la traversée**). Arrivée à Fontjoncouse.



Fontjoncouse

Rue de la Vignolle puis tourner à gauche en montée.

Traversée de la garrigue. Laisser l'itinéraire n°6 vers Thézan à droite et continuer sur le N°2 vers Coustouge.



Coustouge

Après la bergerie de Poursan, descendre la piste en lacets jusqu'à la D323, puis à droite jusqu'à Coustouge. Monter par un sentier, que coupe la route, jusqu'à Jonquières. Après le lavoir, prendre la petite route à gauche longeant le réservoir.

Rejoindre la Serre de La Camp puis traverser le ruisseau de la Soulane (**! très accidenté**) pour grimper peu à peu sur la crête au moulin d'Albas. Descendre par une piste en lacets et rejoindre la D40. Aller à gauche, et dans Albas prendre la D106 jusqu'à Cascastel.

Avis du vététiste: on a aimé la montée entre Coustouge et Jonquières, la montée vers le Moulin d'Albas.

Circuit n°3 rouge

DÉPART:
Cascastel-Cave coopérative

DISTANCE: 29,7 km
DÉNIVELÉ POSITIF: + 1130 m

Par la D123, direction Quintillan ; environ 500m après, descente à gauche vers une petite route. Puis tout droit le long du ruisseau et piste en montée jusqu'au terre-plein du col de Taulepette. Montée à droite jusqu'au col de Mairolles. Rejoindre la D123.



Château de Cascastel des Corbières

Vers Quintillan, puis la petite route de la source de la Berre. La quitter pour une piste à droite qui grimpe vers Sinsac.



Albas

Avis du vététiste: montée raide vers Sinsac ; jusqu'à Albas quelques passages techniques : ne pas hésiter à descendre de vélo.

Circuit n°4 noir

DÉPART:
Villesèque-Château Bonnafous

DISTANCE: 17 km
DÉNIVELÉ POSITIF: + 580 m



Prendre la D50 vers Villesèque. 500m après, tourner à droite puis après le pont à gauche.

Longer des parcelles (**! balisage**) jusqu'au village. Suivre l'itinéraire pédestre et monter par le chemin de la Cabayride jusqu'au plateau du Bosc. Passer devant les éoliennes et continuer la piste.

Tourner ensuite à droite sur le Sentier Cathare. Descendre par un sentier sportif le long de la falaise (**! danger**) vers la D50 et continuer en face sur le Sentier Cathare (**! escarpé et à double-sens**).

Avant la D611, prendre à droite et suivre l'itinéraire équestre (**balisé orange**). Le quitter pour un chemin à gauche longeant le ravin de Bebedou. A la petite route, aller à droite jusqu'à la D50. Retrouver à gauche le château Bonnafous.

Avis du vététiste: montée technique vers plateau de Bosc ; descente dangereuse et montée technique sur le Sentier Cathare : ne pas hésiter à pousser le vélo.

Circuit n°5 noir

DÉPART:
Embres et Castelmaure - Cave coopérative

DISTANCE: 29 km
DÉNIVELÉ POSITIF: + 920 m



Fraïsse des Corbières



Chapelle St-Félix

Prendre la D205 vers Villeneuve ; à la sortie du village, tourner à gauche sur le chemin en montée. Suivre le Sentier Cathare. Continuer par une descente technique (**zone ravinée**). Juste avant la bergerie en ruine, tourner à droite et descendre à la route. Prendre la D205 à droite sur environ 450m et tourner à gauche. 500m après, monter à gauche vers La Recaoufa.

Continuer ensuite en descente (**! chevaux**) ; rejoindre la D611. Traverser Durban. Prendre le Sentier Cathare (**! double sens**) jusqu'à la D50. Environ 650m après la ferme de Mandourelle, tourner à droite sur un chemin, le quitter avant la D27 ; monter à gauche sur un talus et longer une vigne. (**! Être attentif au cheminement**). Longer la colline du Calla, suivre un cheminement entre vignes et garrigue. Par un chemin carrossable, rejoindre l'entrée de Fraïsse et la D205.



St-Jean de Barrou

Avis du vététiste: le Sentier Cathare : très technique et physique ; peut constituer un défi sur certaines portions.

Circuit n°6 noir

DÉPART:
Durban - Parking Piscine ou Thézan
Communauté de Communes

DISTANCE: 58,1 km
DÉNIVELÉ POSITIF: + 1786 m



Durban-Corbières

Monter vers le Chamma et les Pausades. Après le hameau de la Salce, succession de pistes. Rejoindre le col de Vente Farine, rude d'accès. Descendre par un ancien sentier muletier technique jusqu'au ruisseau (**! à la traversée**). Arrivée à Fontjoncouse.

Rue de la Vignolle puis tourner à gauche en montée. Traversée de la garrigue. Laisser l'itinéraire n°2 vers Coustouge et continuer à droite sur le N°6 vers Thézan jusqu'au parking de la Communauté de Communes.



Thézan des Corbières

Sortir du village par la rue du Moulin à Vent ; passer la Grangette et le chemin de Caraguilhes ; rejoindre la D611, direction Saint-Laurent de la Cabrerisse.

Tourner à gauche sur la D106 (**direction Coustouge**) et sur la ligne droite, après le chemin de la Sabine, tourner sur le 2^{ème} chemin à droite (**! être attentif au balisage**) (**zone de vignoble**) jusqu'à la D613. Aller à gauche vers St-Laurent. Après le cimetière, grimper (**parfois rude**) jusqu'au plateau puis descendre vers la D323, direction Jonquières. Après le lavoir, prendre la petite route à gauche longeant le réservoir.

Rejoindre la Serre de La Camp puis traverser le ruisseau de la Soulane (**! très accidenté**) pour grimper peu à peu sur la crête au moulin d'Albas. Descendre par une piste en lacets et rejoindre la D40. Aller à gauche, et dans Albas prendre la D106 jusqu'à Cascastel puis un chemin en montée à droite et gagner Villeneuve des Corbières. Par la D611 puis la D205, rejoindre le Sentier Cathare en montée vers La Recaoufa. Descente technique (**! chevaux**) vers Durban.



La Recaoufa

Avis du vététiste: On a aimé : site du Chamma : la montée sur sentier = technique mais agréable. La descente sur sentier avant Fontjoncouse = clou de la journée. La remontée vers le Moulin d'Albas ; le Sentier Cathare en montée et descente secteur de la Recaoufa, très technique.

ENTRE MONTAGUT ET LA RECAOUFA

Circuit n°7 vert

DÉPART:
Quintillan - Cave coopérative

DISTANCE: 6,2 km
DÉNIVELÉ POSITIF: + 238 m

Dans le village, descendre par un sentier vers une petite route. La prendre à droite en direction de la Berre.

Au premier carrefour, tourner à gauche et à travers les vignes monter rejoindre la D123. Aller à droite, jusqu'au Col d'Amiel (378m). Prendre la piste sur la gauche jusqu'au Col de Mairolles.



Quintillan

Redescendre par la piste de gauche vers le village.

Avis du vététiste: circuit roulant

INFORMATIONS PRATIQUES

- THEZAN DES CORBIÈRES
Communauté de Communes - Tél. 04 68 43 39 76
- QUINTILLAN
Auberge « La vue sur les vignes » - Tél. 04 30 16 17 50
- CLUB SUPPORT MJC CYCLO CLUB TUCHANAIS
Philippe Perez - Tél. 06 77 73 62 47
- Loueur VTT : Sport 2000 - MONDEVELO - Lézignan-Corbières
Chemin des romains - Tél. 04 68 27 20 21
- Atelier de réparation : Rayons Libres- Lézignan-Corbières
Chemin des romains, rue de l'Alaric - Tél. 04 68 41 62 71



© 04/2012 Itinéraire - 03 29 56 02 38 - Crédit photos : (photo de couverture) Plateau de Villeneuve des Corbières ; Colline de Deschamps, Cathar.

Aude

Corbières Minervois

Espace VTT-FFC

Ronde au Cœur des Corbières

Guide des Itinéraires VTT

212 km de circuits VTT balisés

DU PAYS DES BERGERS AU PAYS DES VIGNERONS

ENTRE VIGNES ET MOULINS

LE COL DE MAIROLLES

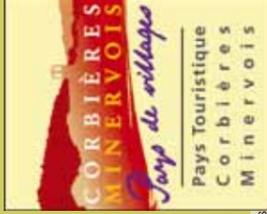
DES HAUTEURS DE MAIROLLES A LA JASSE DE RIVIERE

DES PECHS ET DES PLAS

LE CIRCUIT DES COLS ET DES CHAPELLES



Aude Espace VTT-FFC Corbières Minervois Ronde au Cœur des Corbières



Les Circuits VTT

N°	Nom	Départ	Distance totale	Dénivelé Cumulé
1	Du pays des bergers au pays des vigneron	Cave coopérative St-Laurent de la cabrerisse	29,1 km	+ 785 m
2	Entre vignes et moulins	Cave coopérative Cascastel des Corbières	43,3 km	+ 1430 m
3	Dés hauteurs de Mairolles à la Jasse de Rivière	Cave coopérative Cascastel des Corbières	29,7 km	+ 1130 m
4	Des pechs et des plâs	Château de Bonnafous Villesèque des Corbières	17 km	+ 580 m
5	Le circuits des cols et des chapelles	Cave coopérative Embres et Castelmaure	29 km	+ 920 m
6	Entre Montagut et la Récaoula	Parking piscine Divorces Corbières Communauté de Communes de Thézan	58,1 km	+ 1786 m
7	Cot de Mairolles	Cave coopérative Quintillan	6,2 km	+ 238 m

Code du Vététiste

Les recommandations pour bien vivre à VTT

Le *Vélo Tout Terrain* comme on veut ! mais...

- Empuntez les chemins balisés pour votre sécurité et respectez le sens des itinéraires
- Ne surestimez pas vos capacités et restez maître de votre vitesse
- Soyez prudent et courtois lors des dépassements ou croisements de randonneurs car le piéton est prioritaire
- Contrôlez l'état de votre VTT, et prévoyez ravitaillement et accessoires de réparation
- Si vous partez seul, laissez votre itinéraire à votre entourage
- Le port du casque est fortement recommandé
- Respectez les propriétés privées et les zones de cultures
- Attention aux engins agricoles et forestiers
- Retenez les barrières
- Évitez la cueillette sauvage de fleurs, fruits et champignons
- Ne troublez pas la tranquillité des animaux sauvages
- Gardez vos déchets, soyez discret et respectueux de l'environnement
- Soyez bien assuré, pensez au Pass'Loisir.
- Les incendies sont nombreux et catastrophiques dans notre région. En aucun cas n'allumez de feu.



« La chasse étant une tradition ancestrale, un respect mutuel entre chasseurs et randonneurs doit s'établir »

Si les jours de promenade sont chassés,

Les itinéraires du site N°198 sont inscrits au PDES (Plan Départemental des Espaces, Sites et Itinéraires)

du Département de l'Aude et ils sont à double vocation piédestre et vélo tout terrain,

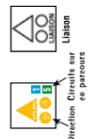
un respect entre randonneurs doit s'établir. Veuillez respecter le code de la route sur les portions routières.

Balilage des circuits

Les différents circuits sont repérés par des numéros. Ils sont classés en fonction de leur difficulté par la couleur des numéros.

vert : très facile
bleu : facile
rouge : difficile

noir : très difficile



Numéros Utiles

- 15 - SAMU
- 17 - POLICE
- 18 - POMPIERS
- 112 - Appel d'urgence depuis un portable

