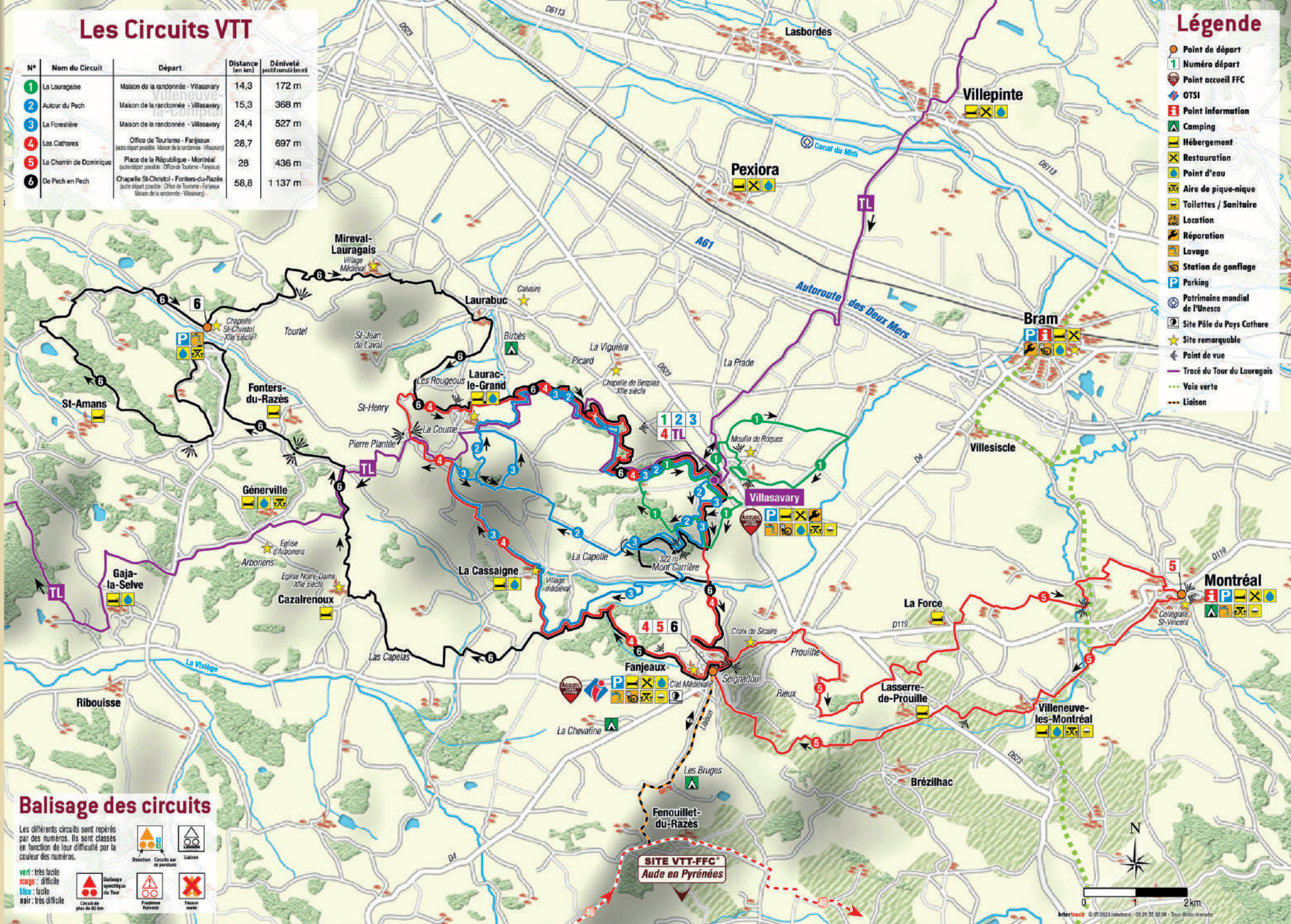




Aux portes des Pyrénées, cet espace vous propose des parcours variés, entre crêtes et vallons, qui vous conduiront sur des chemins empreints de culture et d'histoire.

Tour à tour sauvages, techniques, et roulants, ces circuits qui vous feront découvrir de splendides panorama sur les Pyrénées au Sud, le Lauragais et la Montagne Noire au Nord ne vous laisseront pas indifférent.



### Légende

- Point de départ
- Numéro départ
- Point accueil FFC
- OTS
- Point information
- Camping
- Hébergement
- Restauration
- Point d'eau
- Aire de pique-nique
- Toilettes / Sanitaire
- Location
- Réparation
- Lavage
- Station de gonflage
- Parking
- Patrimoine mondial de l'Unesco
- Site Pôles du Pays Cathare
- Site remarquable
- Point de vue
- Tracé du Tour du Lauragais
- Voie verte
- Liaison

Office de Tourisme Intercommunal au cœur des collines cathares  
6, place du Trail - 11270 FANJEAUX - 04 68 24 75 45  
toursme@ccplm.fr

OTI Castelnaudary Tourisme  
Face de la République - 11400 CASTELNAUDARY  
04 68 23 05 73 - accueil@castelnaudary-tourisme.com

### MANIFESTATIONS

« Les Coustous », randonnée VTT organisée chaque année au printemps par le club Lous Pounpils.

### INFOS PRATIQUES

Office du Tourisme Intercommunal  
Au Cœur des Collines Cathares - Tél. 04 68 24 75 45 - [toursme@ccplm.fr](mailto:toursme@ccplm.fr)

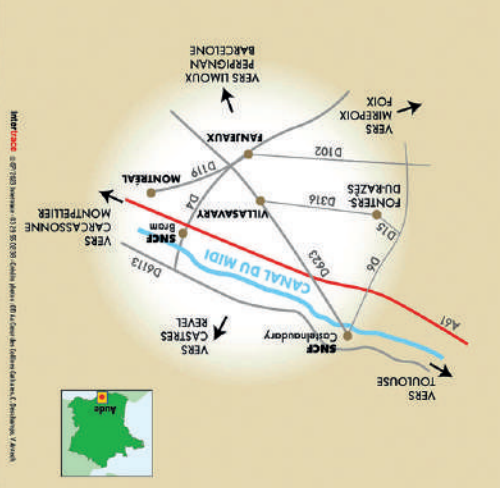
OTI Castelnaudary Tourisme  
Tél. 04 68 23 05 73 - [accueil@castelnaudary-tourisme.com](mailto:accueil@castelnaudary-tourisme.com)

### LOUEURS VTT

• La Roue qui tourne  
44 avenue Paul Riquet - 11400 CASTELNAUDARY - Tél. 07 68 13 87 23

### CLUB VTT

• Lous Pounpils  
11150 VILLASAVARY - [www.lous-pounpils.net](http://www.lous-pounpils.net)



### 1 - La Lauragaise

Départ : **Villasavary**, Maison de la Randonnée  
Distance : **14,3 km**  
Dénivelé : **172 m**

Ce parcours familial à la découverte de Villasavary vous propose une partie nord roulante en plaine, et une seconde partie vallonnée au sud, en bordure du bois des Canonges.

### Balises des circuits

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

- vert : très facile
- orange : facile
- rouge : difficile
- bleu : facile
- noir : très difficile

### 2 - Autour du Pech

Départ : **Villasavary**, Maison de la Randonnée  
Distance : **15,3 km**  
Dénivelé : **368 m**

Sur ce magnifique parcours boisé, vous alternerez passages en crête et sous-bois.

Depuis le Mont Carrière, 4 tables d'orientation vous décriront un panorama à 360°.

### 3 - La Forestière

Départ : **Villasavary**, Maison de la Randonnée  
Distance : **24,4 km**  
Dénivelé : **527 m**

Ce circuit vous mènera à La Cassaigne, joli village médiéval, et après avoir admiré un panorama saisissant sur la plaine du Lauragais, vous conduira à Besplais, 1<sup>ère</sup> ferme école au 19<sup>ème</sup> siècle.

### 4 - Les Cathares

Départs possibles : **Fanjeaux**, Office du tourisme ou **Villasavary**, Maison de la Randonnée  
Distance : **28,7 km**  
Dénivelé : **697 m**

Ce parcours sportif et exigeant au départ de la Cité Médiévale de Fanjeaux, vous emmènera à Laurac-le-Grand, capitale historique du Lauragais.

Vous rentrerez par les chemins sinueux et intimes du Bois des Communaux.

### 5 - Le chemin de Dominique

Départs possibles : **Montréal**, Place de la République ou **Fanjeaux**, Office du tourisme  
Distance : **28 km**  
Dénivelé : **436 m**

Sur les pas de Saint Dominique, personnage incontournable de l'histoire du catharisme en Languedoc, cet itinéraire roulant relie Montréal à Fanjeaux, depuis le vignoble de la Malepère jusqu'aux portes de la Piège.

### 6 - De Pech en Pech

Départs possibles : **Fonters du Razès**, Chapelle St Christol ou **Fanjeaux**, Office de Tourisme ou **Villasavary**, Maison de la Randonnée  
Distance : **58,8 km**  
Dénivelé : **1 137 m**

Longue et technique, cette boucle au cœur des collines de la Piège comblera les plus sportifs, en leur faisant découvrir la chapelle de Fonters-du-Razès et l'Eglise de Cazalrenoux, datant du 12<sup>ème</sup> siècle.

## Espace VTT-FFC n°203 Les Vallons de l'Autan

SENTIERS VTT inscrits au plan départemental de l'Aude

## Espace VTT-FFC n°203 Les Vallons de l'Autan

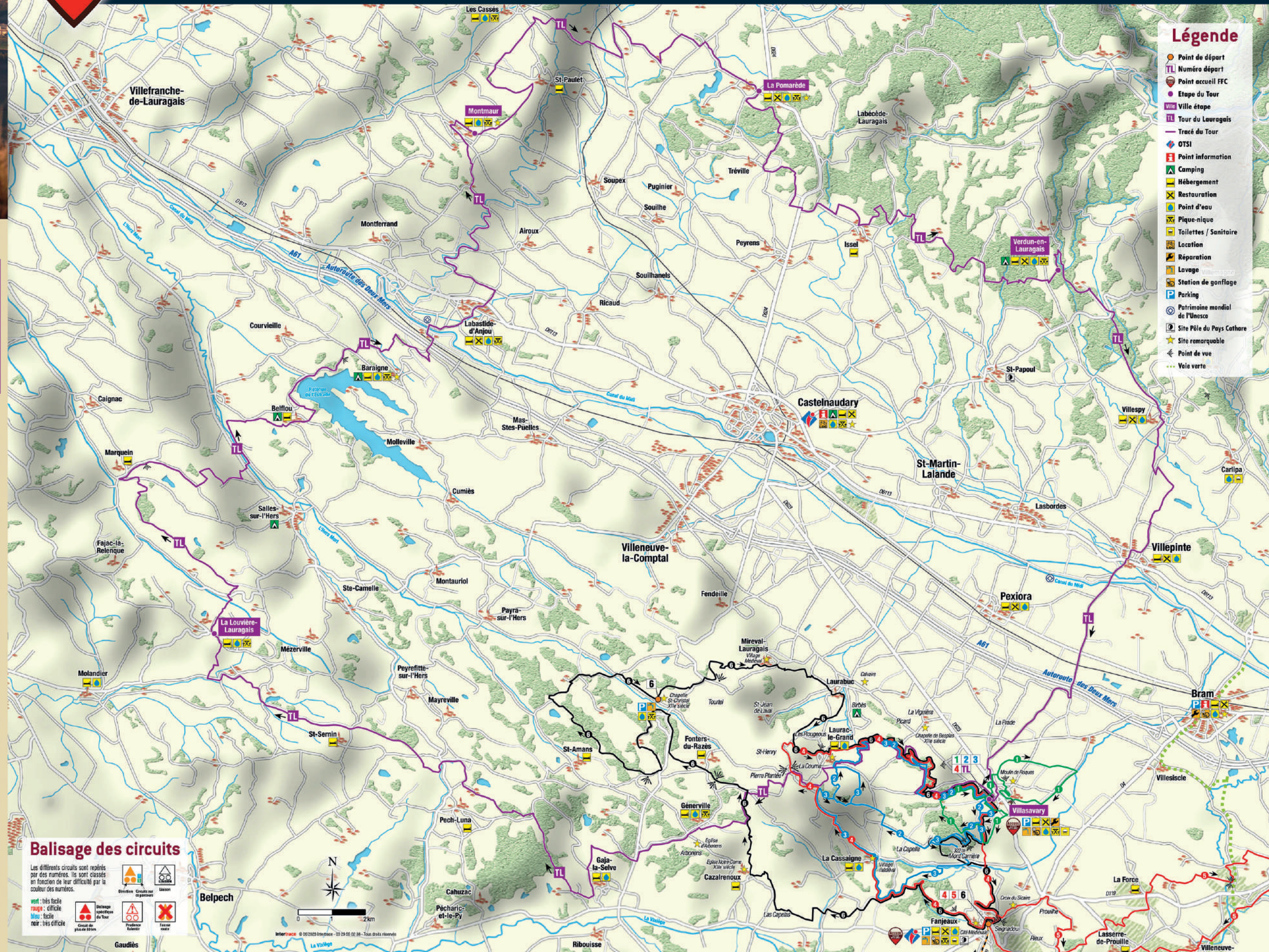
170 km de boucles balisées  
150 km de Tour du Lauragais





# Espace VTT-FFC n°203 Les Vallons de l'Autan

Secteur :  
Piège - Lauragais - Malepère



## Légende

- Point de départ
- Numéro départ
- Point accueil FFC
- Étape du Tour
- Ville étape
- Tour du Lauragais
- Tracé du Tour
- OTSI
- Point information
- Camping
- Hébergement
- Restauration
- Point d'eau
- Pique-nique
- Toilettes / Sanitaire
- Location
- Réparation
- Lavage
- Station de gonflage
- Parking
- Patrimoine mondial de l'Unesco
- Site Pôle du Pays Cathare
- Site remarquable
- Point de vue
- Voie verte

## Tour du Lauragais VTT

- ÉTAPE 1 : Villasavary - La Louvière : 40 km
- ÉTAPE 2 : La Louvière - Montmaur : 40 km
- ÉTAPE 3 : Montmaur - Verdun en Lauragais : 36 km
- ÉTAPE 4 : Verdun en Lauragais - Villasavary : 34 km
- TOTAL : 150 km

## Code du vététiste

Les recommandations pour bien vivre le VTT

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

- Empruntez 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 ;
- Pour les parcours passant par un tunnel, prévoyez un éclairage ;
- Contrôlez l'état de votre V.T.T. et prévoyez ravitaillement et accessoires de réparation ;
- Si vous partez seul, laissez votre itinéraire à votre entourage ;
- Respectez les propriétés privées et les zones de cultures ;
- Attention aux engins agricoles et forestiers ;
- Refermez 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.

Pendant la période de chasse (de la mi-août à la mi-janvier, les mercredis, samedis et dimanches), nos amis les chasseurs empruntent certains circuits. Nous vous recommandons d'être prudent, notamment durant cette période.

## Quelques précautions

Certains circuits traversent des propriétés privées pour lesquelles un droit de passage a été négocié avec les propriétaires. Toute détérioration, toute atteinte au droit de propriété, est susceptible d'entraîner l'annulation de ce droit de passage et par la même la suppression de l'itinéraire de randonnée. Aussi, lorsque vous traversez une parcelle, veillez à refermer les barrières après les avoir franchies. Respectez les prairies, les cultures, n'effrayez pas les troupeaux.

« Les itinéraires du site FFC n°203 sont inscrits au PDESI (Plan départemental des Espaces, Sites et Itinéraires) du département de l'Aude. »

## 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
- rouge : difficile
- bleu : facile
- noir : très difficile

