

# GR®36

Montagne Noire - Castans



*Le GR®36, sentier européen E4, relie la Manche à la Méditerranée.*

*Arrivant de la Montagne Noire au niveau de Mazamet, il traverse l'Aude du Nord au Sud en passant par Carcassonne et ses deux sites inscrits au Patrimoine Mondial de l'Unesco : la Cité médiévale et le Canal du Midi*

Découvrez une palette variée de paysages, des panoramas grandioses, une nature sauvage et préservée, une flore et une faune d'une richesse exceptionnelle. (source aude-rando)

*Cet itinéraire est la portion du sentiers traversant Carcassonne agglo*

## Infos pratiques

Pratique : À pied

Durée : 18 h

Longueur : 86.9 km

Dénivelé positif : 1990 m

Difficulté : Intermédiaire

Type : Traversée

# Itinéraire

**Départ :** TRASSANEL

**Arrivée :** CAPENDU

**Balisage :**  GR

**Communes :** 1. Castans

2. Pradelles-Cabardès

3. Cabrespine

4. Fournes-Cabardès

5. Trassanel

6. Sallèles-Cabardès

7. Limousis

8. Villegly

9. Conques-sur-Orbiel

10. Villalier

11. Villedubert

12. Villemoustaussou

13. Carcassonne

14. Palaja

15. Montirat

16. Monze

17. Floure

18. Barbaira

19. Val-de-Dagne

20. Capendu

21. Comigne

22. Lagrasse

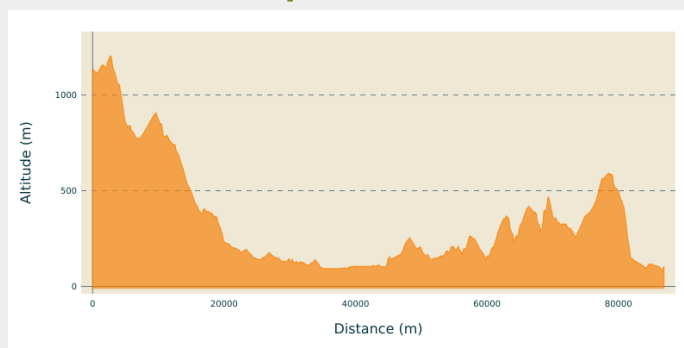
23. Douzens

24. Moux

25. Camplong-d'Aude

26. Ribaute

## Profil altimétrique



Altitude min 88 m Altitude max 1205 m

## Balisage : rouge et blanc

### *Montagne Noire*

Le sentier arrive par Trassanel (à voir : la Grotte du Maquis), à proximité de Limousis (à voir : La visite guidée de la grotte)  
Sallèles-Cabardès, Villegly, Conques-sur-Orbiel

### *Canal du Midi et Carcassonne*

Au nord de Villedubert, on rejoint le Canal du Midi et le GR 78 jusqu'à Carcassonne.  
Traversée de la bastide St Louis, passage sur le pont Vieux et dans la Cité médiévale, chemin de vignes au pied de la Cité vers le lac de la Cavayère.

### *L' Alaric*

Passage à Montirat et direction les Corbières et le mont Alaric par Monze, avant les ruines du château de Miramont, admirez les bénitiers de Floure...

Vous êtes sur le mont Alaric

# Sur votre chemin...



# Toutes les infos pratiques

## Comment venir ?

### Accès routier

Les communes d'arrivées et de départ sont données à titre indicatif , vous pouvez choisir de partir d'où vous le souhaitez