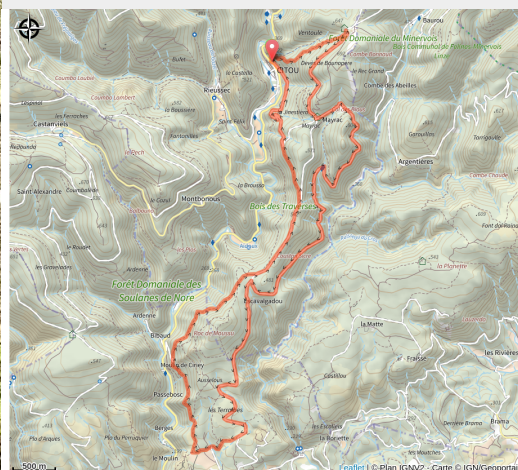


# Boucle de Citou - VTT

Montagne Noire - Citou



*Une agréable et longue boucle roulante au départ du village de Citou, dans la Montagne Noire juste au dessus du village de Caunes-Minervois.*

La majeure partie de la randonnée se fait en sous bois, ce qui la rend agréable même par temps chaud. Un passage en crête, aux points culminants du parcours, offre de magnifiques panoramas sur les environs, notamment sur le village de Lespinassière.

## Infos pratiques

Pratique : VTT

Durée : 2 h

Longueur : 16.7 km

Dénivelé positif : 638 m

Difficulté : Difficile

Type : Boucle

Thèmes : Point de vue

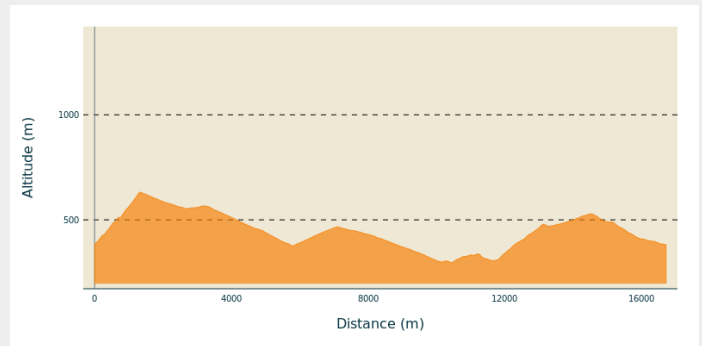
# Itinéraire

**Départ** : CITOU - Avenue de l'Argent-Double

**Arrivée** : CITOU - Avenue de l'Argent-Double

**Communes** : 1. Citou  
2. Caunes-Minervois

## Profil altimétrique



Altitude min 296 m Altitude max 631 m

## Balisage : jaune + logo M vert

Au niveau de la fontaine, emprunter le chemin de Mayrac situé juste au-dessus de l'Avenue de l'Argent-Double. Celui-ci monte doucement puis dans un virage, contourne une vieille grange.

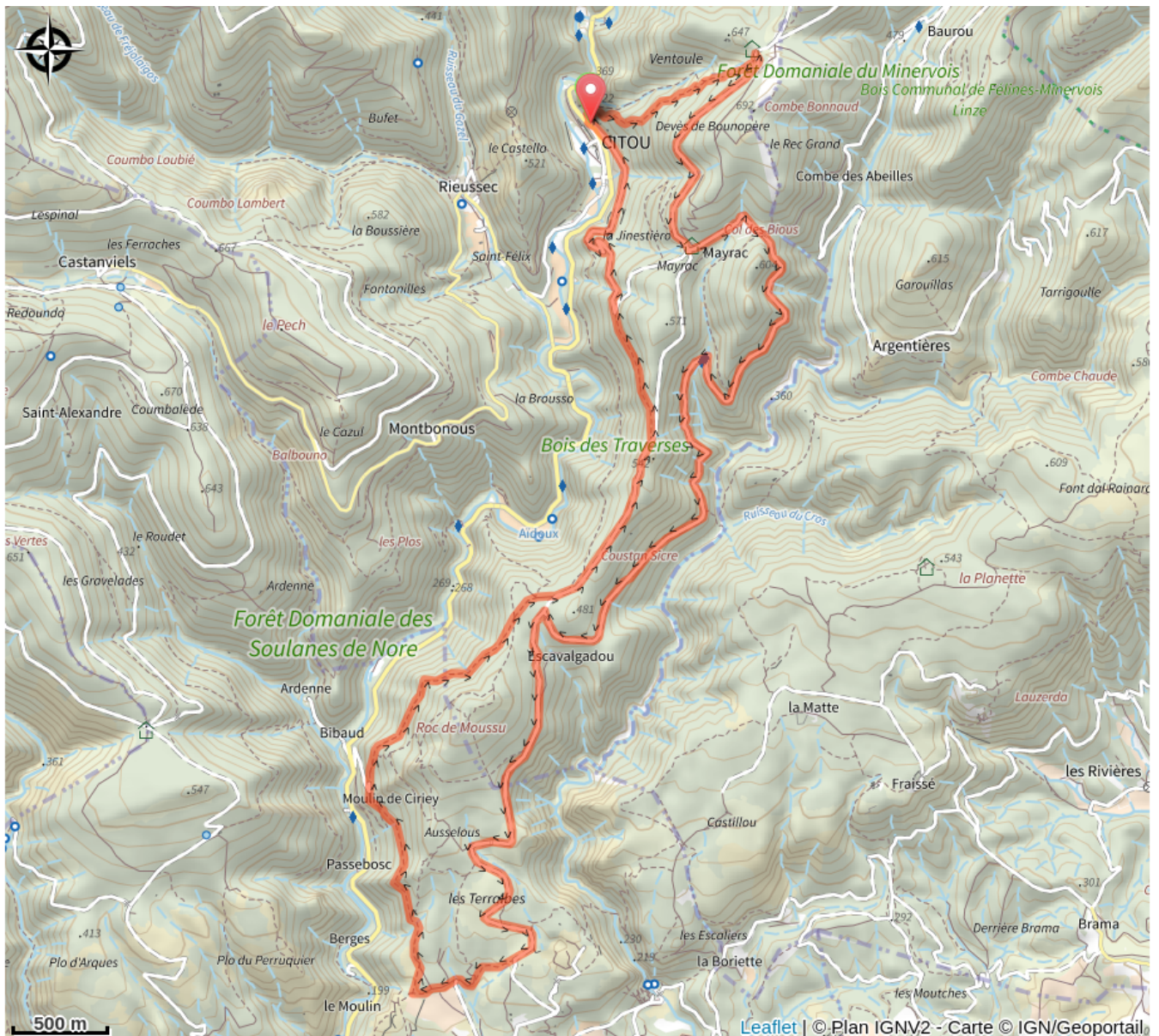
Plus loin, prendre à l'extérieur d'un virage un sentier ombragé fort agréable l'été. Sur la piste forestière, partir à droite pendant 1 km puis une nouvelle fois à droite sur un chemin.

Plus loin, après avoir laissé une capitelle sur votre droite, en arrivant sur un carrefour en T, tourner à gauche pour rejoindre la piste forestière. Remonter celle-ci afin d'atteindre un carrefour de pistes, bifurquer à droite en passant une barrière peinte en vert.

Bien plus loin, arrivé sur un carrefour de pistes en croix, prendre une nouvelle fois à droite en laissant du même côté l'abri forestier.

Après environ 1,5 km, s'engager sur la gauche, un sentier descendant qui permet d'arriver au-dessus du village et qui surplombe le château de CITOU.

# Sur votre chemin...



# Toutes les infos pratiques

## Comment venir ?

Transports

[RTCA - ligne A](#)

Accès routier

Depuis Carcassonne, suivre D118 et D620 en direction de Citou, en direction de Villalier/Villegly/Caunes Mvois.

Dans Caunes-Minervois, prendre à gauche sur Av. de la Montagne Noire/D620 puis roulez 7.4 km jusqu'à Citou

Parking conseillé

Avenue de l'Argent-Double stationnement le long du mur

## Lieux de renseignement

### Office de Tourisme - Antenne Minervois

Ruelle du Monestier, 11160 Caunes-Minervois

[contact@grand-carcassonne-tourisme.fr](mailto:contact@grand-carcassonne-tourisme.fr)

Tel : 04 68 76 34 74

<https://www.grand-carcassonne-tourisme.fr/votre-sejour/pratique/loffice-de-tourisme/nos-bureaux-dinformations/antenne-de-caunes-minervois/>