



Organisé
par 2FOPEN

RANDONNÉE

ITINÉRANTE SUR LE SENTIER CATHARE

Foix à Ax-les-Thermes (Ariège)

DIMANCHE 21 À SAMEDI 27 AVRIL 2024

Préinscriptions par mail ou téléphone
Inscriptions avant le 16 mars 2024
16 places maximum

Pour nos licenciés 2FOPEN

7 jours/6 nuits
en pension complète
en gîtes d'étape,
avec accompagnement
et transfert de bagages

620€

7 jours/6 nuits
en pension complète

Prix par personne

FÉDÉRATION FRANÇAISE OMNISPORTS DES PERSONNELS DE L'ÉDUCATION NATIONALE (2FOPEN)
www.2fopen.com - 02 47 40 05 39

Renseignements et inscriptions : Benoit David - Tél. 06 13 51 36 45 - benoit.david@2fopen.com

Randonnée itinérante sur le sentier cathare

Foix à Ax-les-Thermes (Ariège)

Du dimanche 21 (18h) au samedi 27 avril 2024 (15h30)

7 jours/6 nuits en pension complète en gîtes d'étape,
avec accompagnement et transfert de bagages



Après trois secteurs du pays cathare explorés en 2019, en 2022 et en 2023, la 2FOPEN propose à nouveau de découvrir un itinéraire magnifique, historique (berceau du catharisme) et peu fréquenté, de Foix à Ax-les-Thermes. De gîte en gîte, avec des étapes de 2 h 30 à 5 h de marche par jour, le groupe suivra des sentiers nets et réguliers. Au détour du chemin, les châteaux cathares.

HÉBERGEMENT - RESTAURATION

Hébergement en pension complète du dîner du dimanche 21 avril 2024 au déjeuner samedi 27 avril 2024.

Dîners dans les gîtes, vin inclus. Repas froids le midi, sans boissons.

Nuits en gîte d'étape ou équivalent en chambre, dortoir, certains lits 2 personnes à partager. Éventualité de chambres ou dortoirs mixtes. Sanitaires collectifs le plus souvent. Prévoir un drap cousu ou duvet (couvertures fournies, draps non fournis en général), une serviette de toilette.

Hébergements réservés à Foix, Roquefixade, Montségur, Comus, Ascou-la-Forge.

TRANSPORT-PARKING

- Le transport aller-retour domicile/Foix n'est ni organisé, ni inclus dans le prix. Foix possède une Gare SNCF avec une liaison vers Toulouse.

- L'hébergement de la première nuit, Gîte étape Léo de Foix 16 rue Peyrevidal 09000 Foix Tél. 05.61.65.09.04 - Gare SNCF à 10 min (Coordonnées : 42°57'53"N 1°36'22"E). Pour les voitures, stationnement gratuit à proximité (rue des moulins).

- Le trajet en bus Foix – Mongaillard s'effectuera en bus. Il n'est pas inclus dans le prix.

- Le retour de Ax-les-Thermes à Foix s'effectuera en train. Il est inclus dans le prix.

ENCADREMENT

Choix de l'itinéraire et encadrement : Serge Capdessus, titulaire du Brevet d'État d'Accompagnateur en moyenne montagne et responsable de la section montagne de la 2FOPEN 65.

NIVEAU ET DIFFICULTÉS

Randonnée accessible à toute personne aimant la montagne et la vie au grand air. Pas de passages techniques. Temps de marche de 2h30 à 5h par jour environ. Dénivelé positif de 300 à 600 m par jour. L'itinéraire emprunte des sentiers réguliers au cœur de panoramas superbes, changeant sans cesse.

TRANSFERT DE BAGAGES

Les bagages seront transférés d'un hébergement à l'autre : un seul bagage par personne, avec comme taille et poids maximum : 65 x 33 x 23 cm ; 15 kg. Tout bagage supplémentaire ou hors norme ne sera pas pris en charge.

Prévoir un petit sac à dos pour les affaires de la journée et des couverts, une gourde et des contenants pour le pique-nique.

INFORMATIONS TOURISTIQUES

Ariège Pyrénées - Tél. 05 61 02 30 <https://www.ariègepyrenees.com>

LICENCE ET CERTIFICAT MÉDICAL

Chaque participant est tenu d'être en possession de sa licence 2FOPEN 2023-2024 et de fournir un certificat médical (ou copie) de non contre-indication à la pratique de la randonnée pédestre (ou à défaut l'attestation questionnaire de santé, sous certaines conditions).

RÈGLEMENT

- Acompte de 186 € à la signature du contrat, à recevoir avant le 16 mars 2024.

- Le solde au plus tard le 22 mars 2024.

Moyens de paiement : virement, carte bancaire, chèques, chèques vacances

ANNULATION ASSURANCE FACULTATIVE

En cas d'annulation du stage de la part des participants, se référer aux conditions particulières de vente.

Il est possible de souscrire une assurance voyage* :
▪ Annulation (avant le séjour) : 24 €/personne (garanties Groupe MAIF / ASSURINCO) - en souscrivant vous-même à :

<https://unat.assurinco.com/souscrire>

▪ Découverte 2 (avant et pendant le séjour) : 27 €/personne (garanties Groupe MAIF / ASSURINCO) - en souscrivant vous-même à :

<https://unat.assurinco.com/souscrire>

*La souscription doit impérativement être effectuée au moment de l'inscription.

Pour connaître la procédure cliquez ici.

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS AVANT LE 16 MARS 2024

Renseignements concernant la randonnée :
Serge CAPDESSUS - Tél. 06 10 32 01 20

Autres renseignements et inscriptions :
Benoît DAVID
2FOPEN - Maison des Sports de Touraine
Rue de l'Aviation 37210 PARÇAY-MESLAY
Tél. 06 13 51 36 45 ou 02 47 40 05 39
E-mail : benoit.david@2fopen.com
Site : www.2fopen.com



PROGRAMME

Ce programme est indicatif. Il est susceptible d'être modifié en fonction des conditions météorologiques ou autres aléas. Les durées de marche indiquées sont approximatives et peuvent varier selon le groupe et les arrêts souhaités (photos, visites, etc.).

Jour 1 - Dimanche 21 avril 2024

Foix. Prologue

A partir de 18 h, c'est le rassemblement de tout le groupe. Les participants et l'accompagnateur se retrouvent au centre de Foix au gîte étape « Le Léo ». Nous prenons ensemble le repas du soir et nous préparons notre randonnée.

Gîte d'étape « Le Léo ». Foix 6 rue Peyrevidal 09000 Foix Tél. 05.61.65.09.04

Jour 2 - Lundi 22 avril 2024

De la ville de Foix au village de Roquefixade

Au matin, nous prenons un bus régulier jusqu'à Mongaillard puis nous marchons jusqu'à Roquefixade, petit village de 150 habitants. Nuit au gîte d'étape. Visite du château de Roquefixade en fin d'après-midi.

4 h de marche. Dénivelé positif : 600 m

Jour 3 - Mardi 23 avril 2024

Du village de Roquefixade au village de Monségur

De Roquefixade nous traversons la forêt jusqu'à Montferrier 700 mètres d'altitude et nous remontons ensuite au col de Monségur puis au château. Nuit en chambres d'hôtes au village.

5 h de marche. Dénivelé positif : 600 m

Jour 4 - Mercredi 24 avril 2024

Du village de Monségur au village de Comus

Nous marchons jusqu'au modeste hameau de Pelail pour remonter les gorges de la Frau. Itinéraire spectaculaire et absolument sans danger. Nuit au gîte d'étape communal.

4 h 30 de marche. Dénivelé positif : 600 m

Jour 5 - Jeudi 25 avril 2024

Du village de Comus au village de Camurac

Nous prenons un itinéraire détourné qui nous fera apprécier le charme de ces montagnes isolées. Nous passons par le col du Boum 1305m, le plaau du Boum avant d'arriver tranquillement au gîte de Camurac 1230 habitants.

4 h 30 de marche. Dénivelé positif : 500 m

Jour 6 - Vendredi 26 avril 2024

Du village de Camurac au village d'Ascou-la-Forge

Nous traversons le grand plateau de Montailou avec son château, passons au col de Balague 1669 m et descendons ensuite sur les villages de Sorgeat et de Ascou. Nuit au gîte de la Forge 1107 m.

5 h 45 de marche. Dénivelé positif : 500 m

Jour 7 - Samedi 27 avril 2024

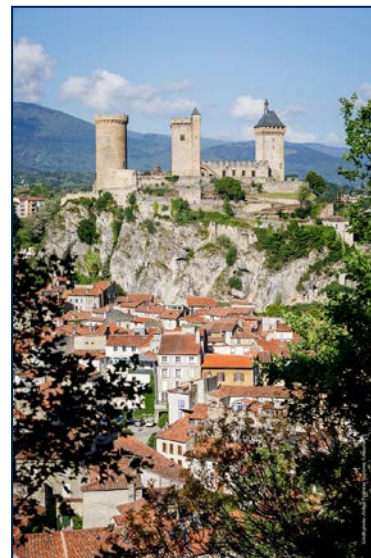
village d'Ascou-la-Forge à la ville de Foix. Épilogue

Le matin, nous descendons à pied à Ax les Thermes 745 m. Nous visitons cette ville thermale très étonnante. Dans l'après-midi, nous prenons le train qui nous ramène à Foix.

15 h 03 arrivée à la gare de Foix (Horaires indicatifs)

Fin du séjour.

3 h de marche. Dénivelé négatif : 300 m



TARIF PAR PERSONNE

en chambre ou dortoir : 620 €

(7 jours/6 nuits). Groupe de **16 personnes**

*Attention : ce tarif est établi sur la base d'un groupe de **16 personnes**. Si ce nombre n'est pas atteint, le prix du séjour pourra être revu à la hausse ou le séjour pourra être annulé (information communiquée avant le 22/03/2024).*

Ce prix comprend :

- ◆ L'hébergement en pension complète du dîner du 21 avril au déjeuner du 27 avril 2024/ Dîners et petits déjeuners pris au gîte, repas froids le midi
- ◆ La taxe de séjour
- ◆ Le transfert des bagages (un seul bagage par personne avec comme taille et poids maximum : 65 x 33 x 23 cm ; 15 kg)
- ◆ L'encadrement de la randonnée itinérante
- ◆ Les entrées dans les châteaux prévues au programme

Ce prix ne comprend pas :

- ◆ Le transport aller-retour domicile/Foix
- ◆ Transport en car de Foix à Mongaillard et en train entre Ax-les-Thermes et Foix
- ◆ Les boissons supplémentaires et autres extras dans les hébergements
- ◆ Les draps et le linge de toilette dans la plupart des hébergements
- ◆ La licence 2FOPEN 2023-2024
- ◆ Les déplacements sur place non prévus au programme
- ◆ L'assurance annulation facultative

La Fédération 2FOPEN est immatriculée au registre des opérateurs de voyages et de séjours sous le N° IM037150001 - RCP : MAIF (200 avenue Salvador Allende - 79038 NIORT cedex 9 - contrat n° 0902908N) - Garantie Financière : FMS-UNAT (8 rue César Franck - 75015 PARIS) - Agrément JS : 11773

Credits photos : 2FOPEN - ©Serge_Capdessus ©Canva - ©Moulin de Cucugnan - ©Chateau de Peyrepertuse

