

Boucle du Signal de l'Alaric par Gorges du Congoust et plaine de Gabart



Une randonnée proposée par jlucnet

Une randonnée sportive sur de belles pistes pour rejoindre le Signal de l'Alaric, point culminant de la chaîne éponyme où le panorama est à couper le souffle, terme à prendre au sens propre pour les sportifs qui feraient la boucle en sens inverse.

La descente qui suit est sportive, dans les cailloux, avec un dernier kilomètre à plus de 20% de pente et la chaîne des Pyrénées et les Corbières en visuel permanent.

La fin, plus reposante, mais en grande partie sur le bitume, ne sert qu'à boucler la boucle. La variante finale, un peu plus longue, permet de réduire la partie sur le bitume.

Durée	6h 20	Difficulté	Moyenne
Distance	10.88 mi	Retour au départ	Oui
Dénivelé positif	1,575 ft	Activité	Pédestre
Dénivelé négatif	1,581 ft	Commune	Montlaur (11220)
Point haut	1,969 ft	Région	Massif des Corbières
Point bas	492 ft		

Description

Le départ est au bord de la RD57 à l'entrée d'un large chemin à gauche, un peu après le Col du Fer à Cheval. Il est possible de se garer (parking de chasse) sans gêner la circulation sur la D57 ou sur ce chemin.

Balisage GR®36

(D/A) Emprunter le chemin en terre et graviers qui reste à niveau, puis descend au milieu de la garrigue et de quelques vignes.

(1) Laisser le chemin principal descendre vers [Comigne](#) et tourner à droite pour rester sur le chemin balisé. Monter cet autre chemin sur 650 m jusqu'à environ 300 m d'altitude et une intersection en T.

(2) Poursuivre à gauche. Le chemin carrossable (DFCI), monte régulièrement à travers la végétation typiquement méditerranéenne jusqu'à 450 m d'altitude. La pente se raidit ensuite jusqu'à l'intersection avec une piste venant de la gauche.

(3) Rester sur la piste principale et continuer de monter avec une pente plus adoucie.

(4) Rejoindre la tour de guet DFCI en terminant la montée par un demi-cercle à gauche après les panneaux indicateurs avec le GR®36 à droite et le GR®77, à suivre quasiment jusqu'à la vigie (il bifurque à droite 50 m avant).

(5) Profiter du panorama à 360° : au Sud, la chaîne des Pyrénées (au plus proche le Madrès et le Canigou), les Corbières (dont le promontoire de [Tuchan](#) et ses éoliennes) ; au Nord : le Carroux, la Montagne Noire : à l'Ouest l'Alaric et la plaine de [Carcassonne](#) et à l'horizon Est, la mer Méditerranée. Descendre plein Sud par le chemin en pierre pour retrouver la piste de la montée initiale en contrebas.

(4) La suivre à gauche sur quelques dizaines de mètres pour retrouver la croisée de chemins.

(6) Suivre, à droite, le sentier très pierreux en direction de [Lagrasse](#) sur un plateau rocheux sans dénivelé. Quand il prend fin, entamer la descente avec les Corbières et les Pyrénées en ligne de mire. **Être prudent** dans la descente car la pente et les pierres et cailloux du sentier sont source de potentiels dérapages et glissades.

(7) Arrivé à un petit replat, faire un mini aller-retour pour voir les deux pans de mur du prieuré en ruines de Saint-Michel de Nahuze. Reprendre ensuite la trace du GR®36. Le sentier reste très caillouteux, serpente au milieu des buis, des chênes verts et autres pins et sa **pente se raidit** de plus en plus au fil de la descente (**plus de 20%** sur le dernier kilomètre). Le chemin ne possède aucun passage vertigineux (j'y suis très sensible) mais la vue sur la route 300 m plus bas peut être impressionnante, d'autant que c'est le point à rallier. Arrivé au bout de la partie la plus pentue, virer à droite. Les cailloux du sentier laisse la place à de la terre : **prudence** quand le sentier est humide, même si la pente s'atténue sur cette dernière partie de la descente. La descente prend fin en rejoignant la RD114, où des petits

Points de passage

- D/A Piste en bord de D57**
N 43.156634° / E 2.569442° - alt. 988 ft - mi 0
- 1 GR36 à droite**
N 43.160147° / E 2.579162° - alt. 823 ft - mi 0.58
- 2 GR36 à gauche**
N 43.155665° / E 2.582072° - alt. 1,004 ft - mi 0.98
- 3 Fusion de pistes en Y**
N 43.145339° / E 2.619132° - alt. 1,854 ft - mi 3.15
- 4 Bifurcation**
N 43.147187° / E 2.627575° - alt. 1,936 ft - mi 3.64
- 5 Vigie DFCI**
N 43.147743° / E 2.62785° - alt. 1,965 ft - mi 3.76
- 6 Bifurcation**
N 43.147201° / E 2.628056° - alt. 1,942 ft - mi 3.82
- 7 Ruines du - Prieuré de Saint-Michel de Nahuze**
N 43.132238° / E 2.619503° - alt. 1,404 ft - mi 5.1
- 8 RD114**
N 43.126585° / E 2.609138° - alt. 492 ft - mi 5.94
- 9 Chemin de vigne**
N 43.133459° / E 2.573658° - alt. 623 ft - mi 8.18
- 10 Chemin grave**
N 43.135962° / E 2.570732° - alt. 620 ft - mi 8.43
- 11 Chemin à droite**
N 43.135682° / E 2.566728° - alt. 633 ft - mi 8.64
- 12 Fourche**
N 43.138278° / E 2.569345° - alt. 627 ft - mi 8.88
- 13 Épingle**
N 43.146767° / E 2.56371° - alt. 692 ft - mi 9.82
- 14 RD57**
N 43.150148° / E 2.563364° - alt. 784 ft - mi 10.14

panneaux rappellent que le GR®36 relie la Manche aux Pyrénées ou l'inverse suivant le sens de la marche.

Sans balisage

(8) Quitter le GR®36 et partir à droite sur la RD114 pour remonter les Gorges du Congoust. La route est sinueuse mais peu empruntée :

prudence néanmoins.

(9) Après 3,5 km sur le bitume, et après avoir franchi un énième vallon sec, s'engager à droite sur un chemin en terre qui longe des vignes, et embrayer à droite puis à gauche pour contourner une autre parcelle de vigne et rejoindre un chemin communal non bitumé.

(10) Poursuivre à gauche sur ce chemin jusqu'à un carrefour en T, 350 m plus loin.

(11) Poursuivre à droite sur une route communale qui traverse des vignes. Franchir un gué peu prononcé (route bien au-dessus du ruisseau) et arriver à une fourche, 400 m après le départ de ce tronçon.

(12) Partir à gauche sur un autre chemin communal, toujours au cœur des vignes. Au pied de la colline, le chemin vire à gauche, puis une seconde fois à gauche pour longer un ruisseau intermittent. Il rejoint enfin un autre chemin à un croisement en Y.

(13) L'emprunter en épingle vers la droite pour monter au milieu du vignoble. Sur la fin, le chemin oblique à gauche et rejoint la RD67.

(14) Partir à droite avec **prudence** sur la route en montée et, après 1 200 m, retrouver le lieu de stationnement (D/A).

 **D/A Piste en bord de RD57**

N 43.156603° / E 2.569404° - alt. 984 ft - mi 10.88

Informations pratiques

Suivre le balisage Rouge et Blanc du GR® du départ (D/A) jusqu'au (8) en excluant la courte descente entre (5) et (6).

(D/A) **Variante** : se garer un peu plus haut au parking du Col du Fer à cheval, mais un peu plus de marche sur le bitume au début et à la fin.

(12) **Variante** : à la fourche, poursuivre le chemin qui finit par rejoindre le (2) en serpentant sur le versant, puis prendre dans l'autre sens qu'à l'aller pour descendre au (1) et remonter au point de départ (D/A). Compter 1,5 km, 70 m de dénivelé positif et environ 30 min en plus. Variante non testée, prévue à l'origine mais abandonnée la fatigue aidant et le soleil baissant à l'horizon. Elle a le mérite de ne pas finir par le bitume de la RD57.

Pas d'eau sur le chemin et peu d'ombre. Bien se renseigner sur la météo avant le départ :

- le vent (Autan ou Tramontane) peut souffler très fort sur les crêtes et rendre très désagréable la randonnée, à la limite dangereuse pour la descente suivant la force des rafales.
- en été, le massif peut être déconseillé ou interdit suivant le niveau de risque d'incendie. Se renseigner sur le site de la préfecture audoise : <https://www.risque-prevention-incendie.fr/aude/>

Si on ne parcourt pas le GR®36 en continu, Trois à quatre boucles permettent de parcourir l'intégralité de la Montagne de l'Alaric de Monze au Signal.

À voir

Panorama à 360° au signal de l'Alaric, point culminant du massif.

Ruines du prieuré Saint-Michel de Nahuze.

Donnez-nous votre avis sur <https://www.visorando.com/randonnee-boucle-du-signal-de-l-alaric-par-gorges-/>

Téléchargez l'application Visorando pour suivre cette randonnée



Soyez toujours prudent et prévoyant lors d'une randonnée. Visorando et l'auteur de cette fiche ne pourront pas être tenus responsables en cas d'accident ou de désagrément quelconque survenu sur ce circuit.

Téléchargez l'application Visorando pour suivre cette randonnée



Soyez toujours prudent et prévoyant lors d'une randonnée. Visorando et l'auteur de cette fiche ne pourront pas être tenus responsables en cas d'accident ou de désagrément quelconque survenu sur ce circuit.

Préparation de sa randonnée



BIEN CHOISIR SA RANDONNÉE

en fonction de sa durée, et de sa difficulté, en fonction de ses compétences et de sa condition physique. Connaître ses limites et savoir renoncer à poursuivre une randonnée.



CONSULTER LA MÉTÉO

et se renseigner sur les particularités du site : neige, température, horaires et coefficient des marées, vent, risque d'incendie...



S'ÉQUIPER EN CONSÉQUENCE

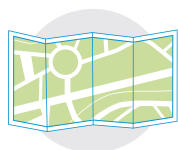
équipement particulier, moyen d'alerte, trousse à pharmacie, vêtements, carte numérique ou papier de la randonnée... et prendre de quoi boire et s'alimenter.



PRÉVENIR

au moins une personne du projet de randonnée.

Comportement pendant la randonnée



RESTER SUR LES SENTIERS

(sauf cas exceptionnel).



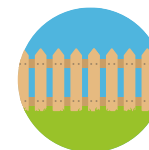
RESPECTER

les cultures et les prairies, ne pas cueillir ou ramasser les fruits.



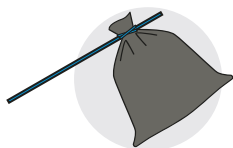
RESPECTER LES INTERDICTIONS

propres au site : ne pas cueillir, ne pas faire de feu, ne pas camper...



REFERMER

les clôtures et barrières après les avoir ouvertes, demeurer prudent en cas de troupeau et s'en écarter.



RAMENER SES DÉCHETS

ne pas laisser de traces de son passage.



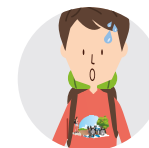
ÊTRE DISCRET

respectueux et courtois vis à vis des autres usagers.



GARDER LA MAÎTRISE DE SON CHIEN

le tenir attaché, l'avoir auprès de soi à chaque croisement d'autres usagers, pouvoir le rappeler à tout moment. Randonner avec son chien est à proscrire en présence de troupeaux.



LA NATURE EST UN MILIEU VIVANT

qui évolue avec le temps, randonner c'est partir à l'aventure avec les risques qui y sont liés. Savoir renoncer et faire demi-tour est aussi un geste responsable.

Qu'il soit privé ou public, vous randonnez toujours sur un terrain ne vous appartenant pas, particulièrement s'il est privé, les propriétaires autorisent (généreusement, gracieusement ou aimablement) le passage.

Merci de ne pas poursuivre en justice en cas d'accident ceux chez qui vous randonnez au risque de se voir interdire ce loisir; mais vous pouvez signaler tout risque rencontré.