

Les crêtes de l'Alaric depuis le Col du Fer à Cheval



Une randonnée proposée par jlucnet

Une boucle sur la partie centrale du massif de l'Alaric avec de beaux panoramas sur les Corbières et les Pyrénées depuis les points hauts. La boucle débute sur du bitume, puis longe les vignes des Corbières et emprunte pour finir le tracé du GR®36 sur les crêtes calcaires. Attention les yeux !

Durée	3h 20	Difficulté	Moyenne
Distance	5.70 mi	Retour au départ	Oui
Dénivelé positif	866 ft	Activité	Pédestre
Dénivelé négatif	846 ft	Commune	Montlaur (11220)
Point haut	1,535 ft	Région	Massif des Corbières
Point bas	732 ft		



Trace n° 85082931

Description

Se garer sur un parking en gravier au Fer à Cheval, en bordure de la RD57. **(D/A)** S'engager **avec prudence** sur la RD57 en suivant la trace du GR®36 sur 400 m.

(1) Avant une épingle, laisser le GR®36 à votre gauche et poursuivre sur la route **avec prudence**. Poursuivre la descente sur le bas-côté de la route et atteindre l'entrée de Réquy.

(2) Prendre à droite sur la route qui traverse le hameau et poursuivre sur la petite route en impasse en direction du domaine viticole de Roquenégade. Arrivé au domaine au bout d'un kilomètre, le laisser à main gauche et poursuivre sur la piste qui monte sur environ 300 m.

(3) À la fourche, prendre la piste à droite en montée sur la variante du GR®36 en direction de Miramont (panneau). Aller jusqu'au col.

(4) Poursuivre en face sur une piste en direction du Prieuré Saint-Jean. La piste se transforme en chemin monotrace et rejoint les vestiges du prieuré.

(5) Traverser les restes de la bâtisse (deux murs et une grande table) et s'enfoncer à droite en sous-bois sur un sentier qui débouche au pied d'une barre calcaire, témoin d'un plissement anticlinal. Suivre la trace du GR®36 en attaquant droit devant la montée sèche dans les pierres et arriver au pied d'un beau massif rocheux calcaire (abri). Le longer à son pied et le traverser en suivant le sentier à droite qui débouche sur le plateau : **panorama à 360°**.

(6) Continuer sur le plateau et engager la montée sèche du Cachoche. Au sommet (gros cairn), admirer la vue sur les Corbières et les Pyrénées, et à travers la végétation sur la plaine de [Carcassonne](#) et la Montagne Noire. Poursuivre sur le GR® vers l'Est.

(7) Possibilité de faire un petit détour en suivant la marque Jaune pour rejoindre à faible distance un panneau explicatif. Revenir sur le GR® en rebrousant chemin et reprendre le circuit sur le sentier qui s'enfonce dans la végétation et descend en suivant plus ou moins un talweg.

(8) À cette croisée de chemins, poursuivre à droite sur le GR® qui continue de descendre et rejoindre le point de départ **(D/A)**.

Informations pratiques

Suivre le balisage Rouge et Blanc du GR® du départ **(D/A)** jusqu'au **(1)**, puis après le **(5)** jusqu'à l'arrivée **(D/A)**. De **(3)** à **(5)**, balisage Jaune.

(D/A) Variante : pour réduire la partie bitumée du départ et être plus en sécurité, remonter à contre-sens la piste de la fin de randonnée sur 20 m et prendre à gauche un chemin noir très peu marqué. Le suivre en descente jusqu'à la D57.

(7) Variante : poursuivre sur le sentier qui rejoint le GR® un peu plus loin. Non testé, suivre les marques Jaunes du sentier géologique.

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 : pas de risque de dévaler des pentes, ni de points vertigineux mais cela peut rendre difficile la randonnée avec le vent de face.
- 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/auode/>

Points de passage

- D/A Parking du Fer à Cheval**
N 43.157916° / E 2.565214° - alt. 1,040 ft - mi 0
- 1 Abandon GR®34**
N 43.156583° / E 2.569288° - alt. 984 ft - mi 0.24
- 2 Réquy**
N 43.149532° / E 2.560238° - alt. 732 ft - mi 1.16
- 3 Fourche variante GR36**
N 43.151922° / E 2.540948° - alt. 814 ft - mi 2.19
- 4 Col sans nom**
N 43.156386° / E 2.534828° - alt. 1,073 ft - mi 2.72
- 5 Prieuré Saint-Jean**
N 43.162316° / E 2.526369° - alt. 1,030 ft - mi 3.34
- 6 Sommet de la barre calcaire**
N 43.163338° / E 2.530521° - alt. 1,306 ft - mi 3.6
- 7 Embranchement panneau explicatif**
N 43.163145° / E 2.540421° - alt. 1,430 ft - mi 4.14
- 8 Croisée de chemins**
N 43.162375° / E 2.548751° - alt. 1,161 ft - mi 4.59
- D/A Parking du Fer à Cheval**
N 43.157916° / E 2.565214° - alt. 1,040 ft - mi 5.7

Plusieurs panneaux (format entre A2 et A1) présentent des thématiques liées au massif de l'Alaric : géologie, pastoralisme, flore, avifaune, etc.

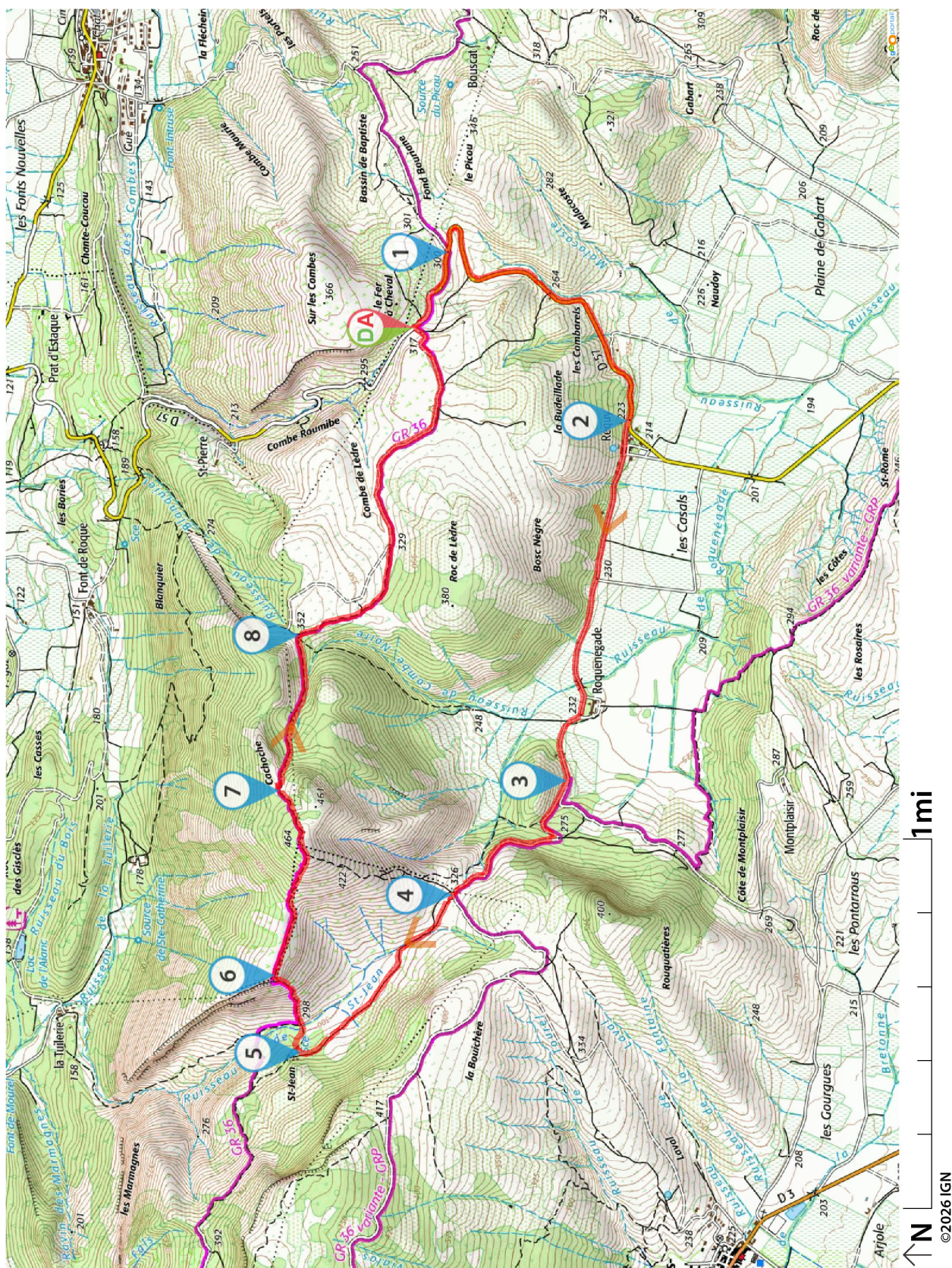
À voir

Panorama sur les Corbières et les Pyrénées.

Domaine viticole de Roquenégade : visite du chai possible suivant l'heure, le jour et la saison. Le domaine est à 3,5 km du point de départ, accessible en voiture si on veut acheter des bouteilles après la randonnée.

Donnez-nous votre avis sur <https://www.visorando.com/randonnee-les-cretes-de-l-alaric-depuis-le-col-du-/>

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

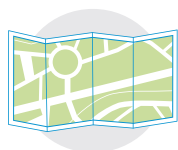
équipement particulier, moyen d'alerte, trousse à pharmacie, vêtements, carte numérique ou papier de la randonnée... et prendre de quoi boire et s'alimenter.



PRÉVENIR

au moins une personne du projet de randonnée.

Comportement pendant la randonnée



RESTER SUR LES SENTIERS

(sauf cas exceptionnel).



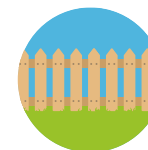
RESPECTER

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



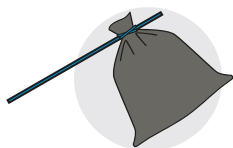
RESPECTER LES INTERDICTIONS

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.



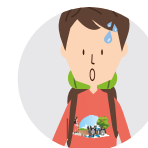
ÊTRE DISCRET

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.