

## Randonnées des châteaux cathares

**Samedi 8 mai, au départ de Foix, par une magnifique journée ensoleillée, 8 cyclos ont effectué la randonnée des châteaux cathares de Montségur et de Roquefixade.**

Départ à 9H10 sur un long faux-plat montant, suivi d'une descente, dans une petite vallée où se succèdent les ruisseaux de L'Alses, de la Prade, du Douctouyre et du Sautel.

Deux groupes se forment dès le départ, les plus rapides devant, les autres autour de Serge pour qui cette sortie est une "première" : premier col et premiers 80 kilomètres.

Premier arrêt et regroupement à Laroque-d'Olmes pour une pause sans café, pandémie oblige, le deuxième a lieu après Bélesta, à la fontaine de Fontestorbes pour voir de plus près cette source particulière.

La pente se cabre dès la sortie du village Fougax-et-Barrineuf. Sur cette route à faible trafic les zones ombragées et ensoleillées se succèdent et permettent de supporter la chaleur de cette « journée d'été ».

Pause pique-nique dans le village de Montségur, sur une petite place où tout est prévu pour les randonneurs : point d'eau, bancs ombragés ou ensoleillés et wc.

Dernier effort et pas des moindres, sur 2 kms et une pente à 9 et 10% pour arriver au sommet du col de Montségur. Le paysage est grandiose, le château prône sur son piton et les sommets sont encore recouverts de taches neigeuses. Pause photo avant de descendre vers Montferrier

Serge et Gérard préfèrent sagement rentrer directement à Foix en restant dans la vallée, que nous quittons pour monter à Roquefixade par une route ombragée, mais assez pentue (9% sur plus de 3 km) présentant de nombreux passages gravillonnés. Pause regroupement à l'entrée du village où beaucoup de monde circule en ce début d'après-midi, les touristes sont de sortie.

Il ne reste plus qu'à descendre vers Foix par cette petite route bucolique. A 15H20, tout le monde était de retour aux voitures. Superbe randonnée de 84 km et 1 243 m de dénivelé.