

# Mirepoix / Couiza

## La Vélosud



**Départ**  
Mirepoix

**Arrivée**  
Couiza

**Durée**  
3 h 25 min

**Distance**  
51,30 Km

**Niveau**  
J'ai l'habitude

**Thématique**  
Montagnes, Nature &  
petit patrimoine

Il faut attendre cette antépénultième étape de la Vélosud pour passer un cap géographique d'importance dans cette traversée à vélo du piémont pyrénéen : le franchissement de la ligne de partage des eaux entre Atlantique et Méditerranée. C'est-à-dire le point où les eaux des rivières et fleuves que nous suivons ne vont plus s'écouler vers l'Océan Atlantique, mais vers la Mer. C'est donc au col des Tournets, proche du château de Puivert, que les pentes ruissellent désormais vers la Méditerranée. Avant cela, une voie verte permet de remonter la vallée secrète de l'Hers, jalonnée du château féodal de Lagarde, d'haltes patrimoniales à Camon et dans la bastide audoise de Chalabre. Prochaine escale, Puivert, son château et son musée, avant de franchir ce fameux point de bascule et se laisser porter dans cette longue et bucolique vallée du Faby, jusqu'à Couiza.

### L'itinéraire

Itinéraire qui suit tout d'abord une voie verte dédiée à revêtement rugueux sur 21 km, jusqu'au bourg de Chalabre. La suite audoise de la progression se fait sur voies partagées, à circulation moyenne à faible (réseau secondaire).

Moulin-Neuf, bifurcation de voies vertes : au 7ème km de cette étape, attention à bien bifurquer à droite pour suivre la V81 dans la vallée de l'Hers (direction Chalabre et Montségur), car en pédalant tout droit on rejoint le Canal du Midi !

### Points de vigilance :

- Pour quitter Chalabre, l'itinéraire emprunte la D12 sur 8,4 km jusqu'à Puivert (sans aménagements), route à circulation pouvant être rapide et conséquente en saison estivale. Se maintenir bien à droite de la chaussée.
- À Couiza : entrée par la D118, axe important entre Quillan et Limoux, restez prudents.

### Connexion véloroute

- À Moulin-Neuf (au km 7 de l'étape), connexion avec la voie verte Canal du Midi-Montségur. En venant du Canal du Midi, c'est une belle opportunité de rejoindre ici la V81, ou de la quitter vers Bram, Toulouse ou Carcassonne.
- À Chalabre (au km 21 de l'étape), la voie verte Pyrénées cathares se prolonge jusqu'à Lavelanet. On pourra alors revenir à Foix (bus régionaux LiO, ligne 451).

### Infos pratiques

- [Office de Tourisme des Pyrénées Cathares](#)
- [Office de Tourisme de Chalabre](#)
- [Office de Tourisme de Puivert](#)
- [Office de Tourisme du Pays de Couiza](#)

### Transports : trains et bus

#### SNCF

- Gare SNCF de Pamiers, pour un accès à Mirepoix par la V81 ou avec les bus LiO (ligne 450).

- Gare SNCF de Couiza, trains TER Occitanie (transport gratuit des vélos), arrêt sur la ligne Carcassonne-Limoux.

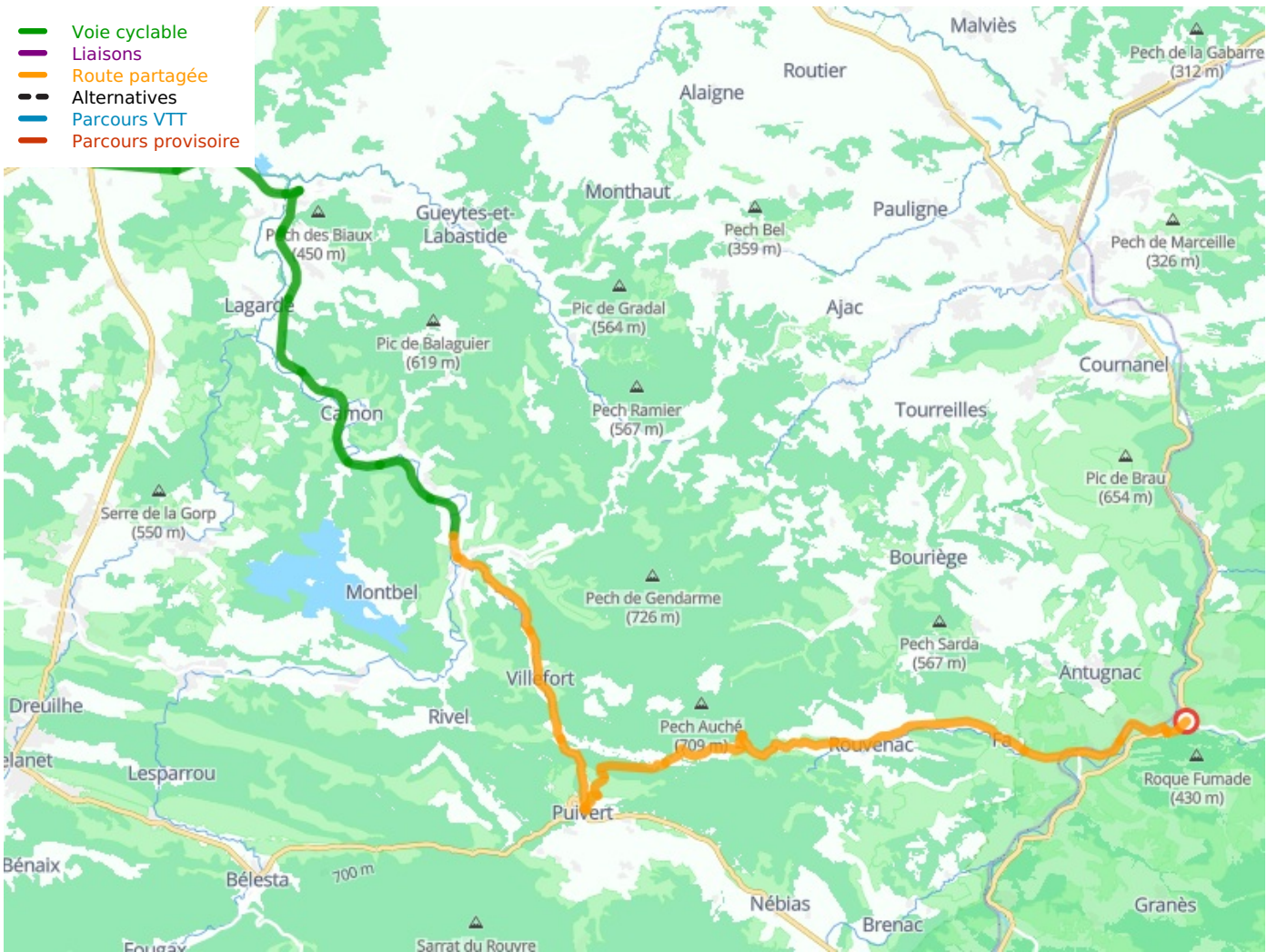
## BUS

- Réseau bus régionaux LiO, accès à Mirepoix par la [ligne 450](#) depuis Pamiers.
- Réseau bus régionaux LiO, départ de Couiza par la ligne 411 vers Castelnaudary ou Axat.
- Réseau bus régionaux LiO, départ de Couiza par la ligne 402 vers Carcassonne ou Axat.  
<https://www.lio-occitanie.fr/horaires-et-plans/>

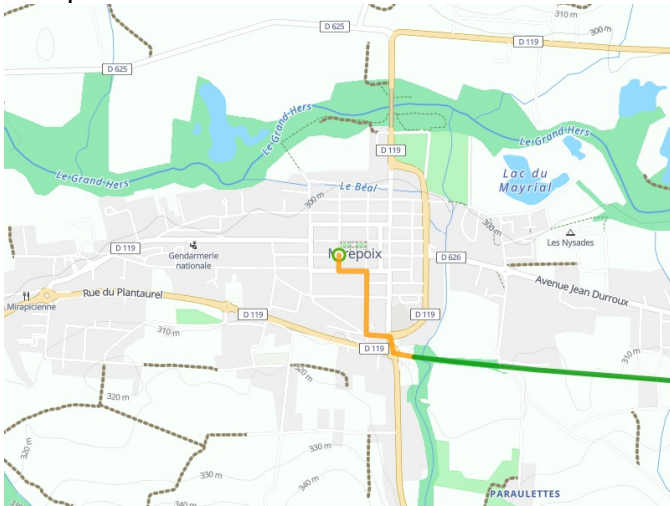
## À ne pas manquer

- **Voie Verte du Canal du Midi à Montségur** : c'est en 1903 qu'entre en service la ligne de chemin de fer reliant Lavelanet, cité industrielle du textile, à Moulin-Neuf, la connectant ainsi avec la voie toute récente entre Pamiers et Bram. La Compagnie des Chemins de fer du Midi transporte des voyageurs mais aussi des matières premières (bois) et produits manufacturés (textile, draps et peignes en bois) produits par-delà le Plantaurel. Avec le déclin industriel, le dernier train circule en 1973. Depuis 2006, à l'initiative des communautés de communes, le tracé est désormais une voie verte.
- **Camon** : un pont sur l'Hers laisse entrevoir le village de Camon, étymologiquement la forteresse du méandre. À l'origine, c'est une abbaye qui est implantée ici à la demande de Charlemagne au VIIIe siècle, puis confiée plus tard à l'autorité de l'abbaye bénédictine de Lagrasse.
- **Chalabre** : sur les rives de l'Hers, la petite ville de Chalabre est une ancienne bastide du XIIe siècle, urbanisation de forme carrée aux rues perpendiculaires, dont le point central est la place du marché et sa halle aux grains couverte. Un château médiéval domine également le village, il fût remanié jusqu'au XVIIIe siècle.
- **Puivert** : le Musée du Quercorb présente des scènes de vie quotidienne au cours du siècle passé, les métiers d'autrefois et les richesses de ces hautes terres. Un volet particulier est dédié à la musique du Moyen-âge, avec un bel instrumentarium. Le château de Puivert, les historiens s'accordent sur le fait qu'il fut édifié au milieu du XIIe siècle.
- **Fa** : la vallée du Faby était un axe de transit important entre vallée de l'Aude et plateau du Quercorb, dont Fa était la porte d'entrée. Un village d'occupation très ancienne, dont le nom viendrait du latin Fanum désignant un temple, car des vestiges gallo-romains ont été découverts sur la commune.

- Voie cyclable
- Liaisons
- Route partagée
- - - Alternatives
- Parcours VTT
- Parcours provisoire



**Départ  
Mirepoix**



**Arrivée  
Couiza**

