

## Escapade nature sans voiture

DANS LES GRANDS SITES

CANAL DU MIDI - BÉZIERS  
CITÉ DE MINERVE, GORGES DE LA CESSÉ ET DU BRIAN  
CITÉ DE CARCASSONNE



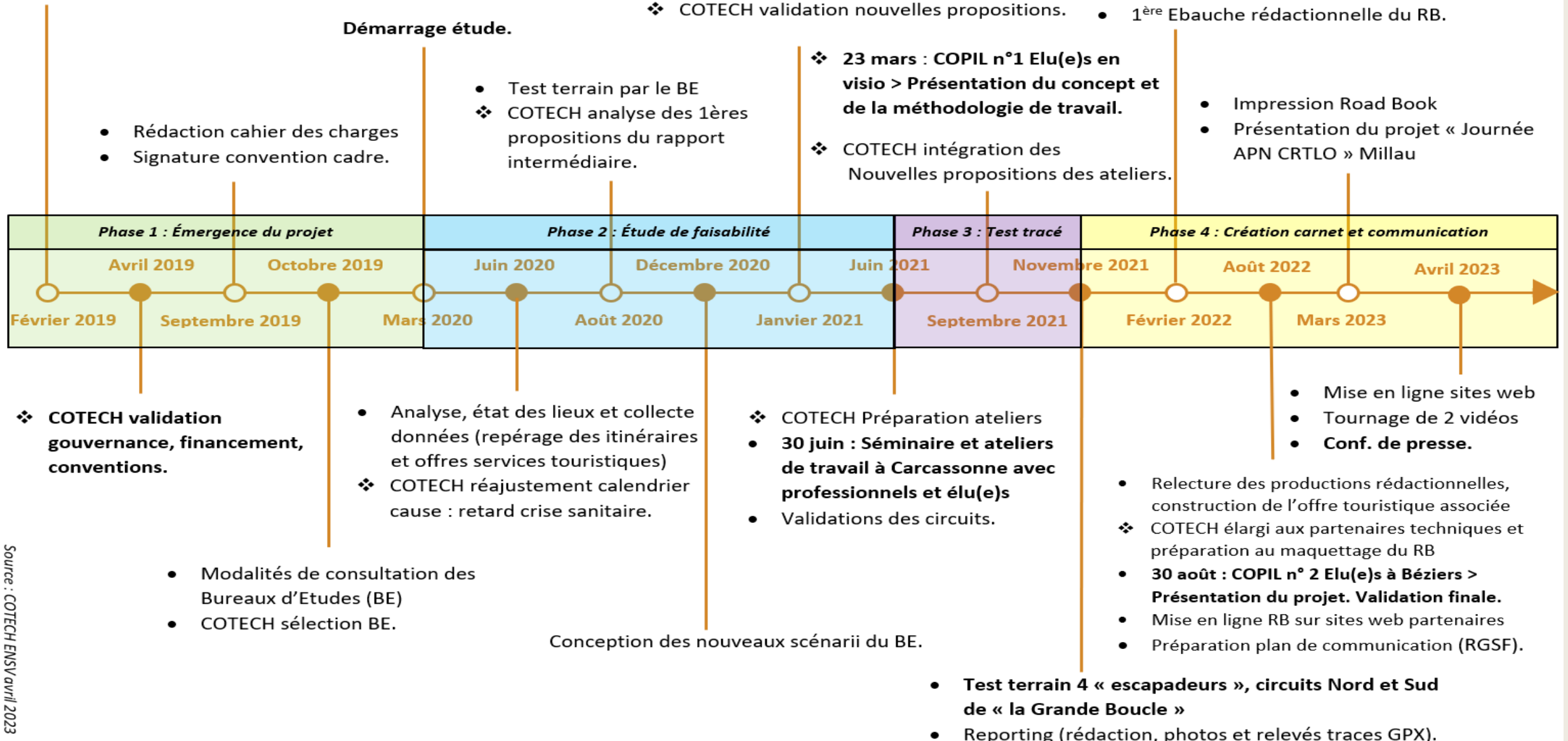
# « Escapade nature sans voiture » 3 Grands Sites entre Aude et de Hérault

## Objectifs :

- Travailler sur un projet de coopération Inter –Grands Sites avec les territoires
- « Désengorger » des Grands soumis à des problématiques de gestion de la fréquentation en proposant une expérience nouvelle
- Promouvoir un tourisme durable, fondé sur la qualité du paysage, de expérience du lieu, de l'accueil.
- Proposer une expérience globale s'appuyant sur des itinéraires existants sécurisés
- Favoriser une offre de découverte et de services ancrée dans les ressources locales (des professionnels engagés dans la durabilité de leur activité)
- Contribuer à la vie des territoires et à la dynamisation de l'économie locale
- Encourager et privilégier le hors saison
- Déconcentrer les lieux les plus visités, diffuser la fréquentation sur le territoire
- Favoriser le séjour et non la visite flash, prendre le temps de la découverte
- Développer l'écomobilité au travers des portes d'entrée des territoires Gares de Carcassonne et Béziers
- Donner les clés de compréhension aux visiteurs

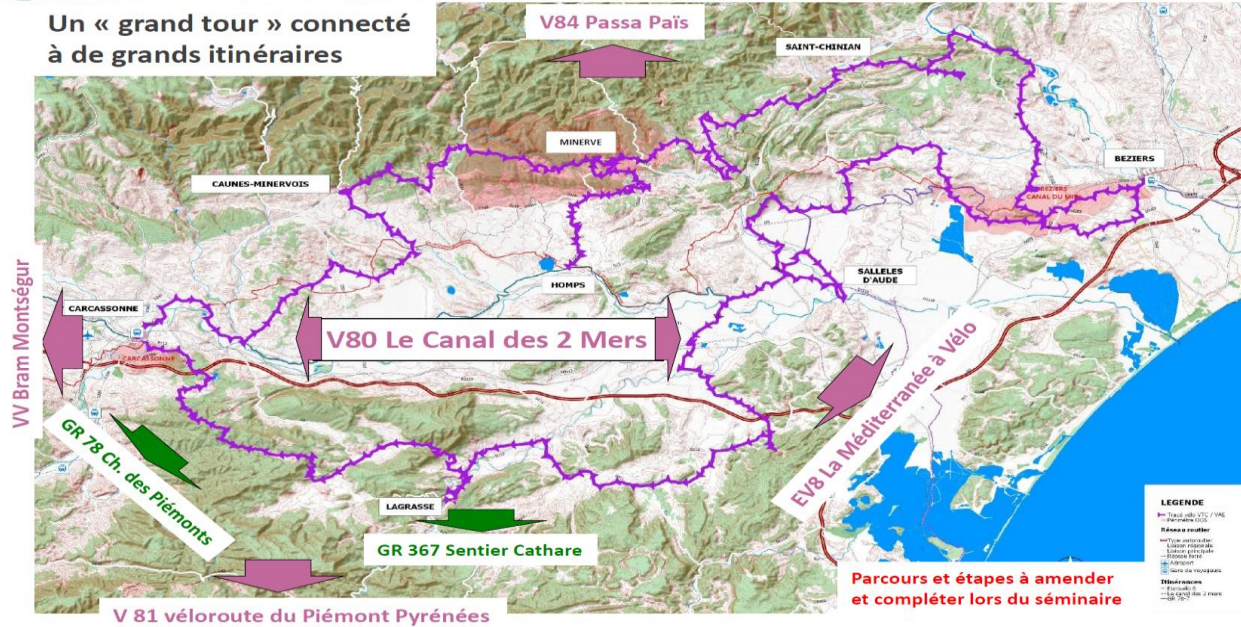


Préparation projet, consultation.



# En un coup d'oeil

## Un « grand tour » connecté à de grands itinéraires



## > Bilan des actions engagées

**Phase 2 : Étude de faisabilité**

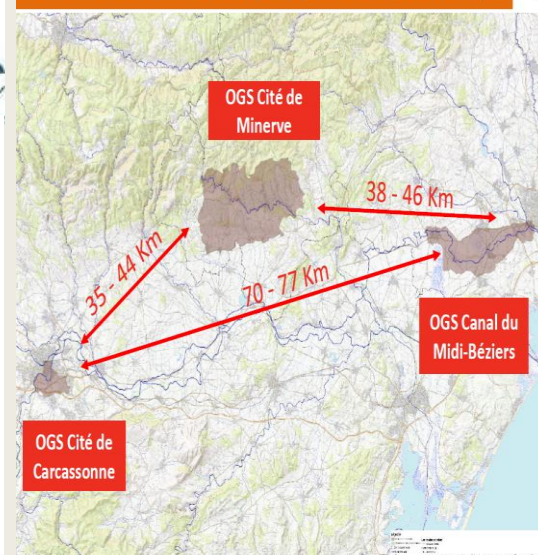
**GéoSystème**

**Semelles Au Vent**

**CARTO GRAPHIC**

*Solutions cartographiques*  
Aménagement du territoire - Urbanisme  
Paysages - Tourisme - Environnement

### Distances entre les 3 Grands Sites (à vol d'oiseau, sur la route)

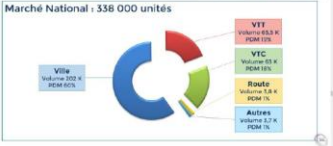


- Une plaine de l'Aude structurante
- 3 Grands Sites distants les uns des autres.
- Une plaine de l'Aude marquée par :
  - deux contreforts majeurs (Montagne Noire et Corbières)
  - une densité de villages et bourgs entre Béziers et Carcassonne (paysages artificialisés)
  - une mosaïque de cultures largement dominée par des vignobles de qualité
  - un réseau complexe de cours d'eau (l'Aude et ses affluents), de canaux (dont le Canal du Midi) permettant la gestion de lacs (Homs...) et d'étangs

## Zoom sur les VAE



### Une prépondérance de vélos de ville dans un marché de loisirs et tourisme



Le VAE s'affirme comme une offre unique pour favoriser le voyage intergénérationnel ou en groupe d'amis de niveaux différents et pour permettre ainsi une découverte accrue des richesses des territoires. Il constitue un élément de diversification de l'offre, d'allongement de la saison touristique et comme un moyen de toucher une nouvelle clientèle.

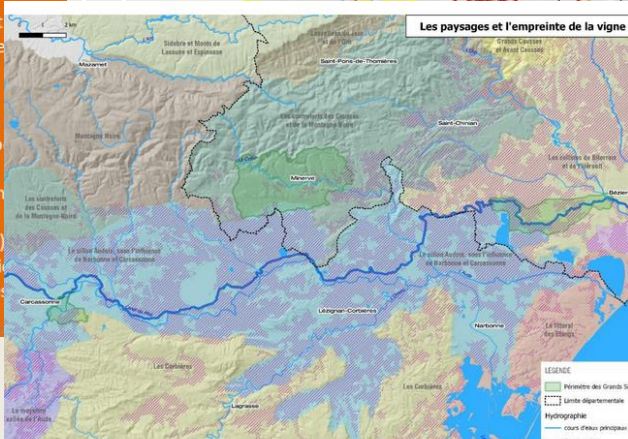
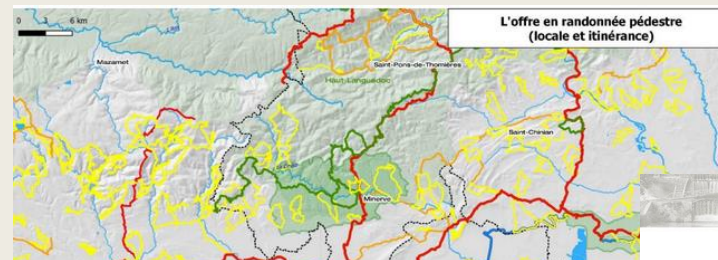
## Le VTC à Assistance Electrique

Un mode doux, qui semble parfaitement adapté au territoire, qui permet de parcourir de longues distances y compris en empruntant des portions à forts dénivelés. Il permet d'emprunter une grande variété de voies : voies vertes, routes partagées, pistes.

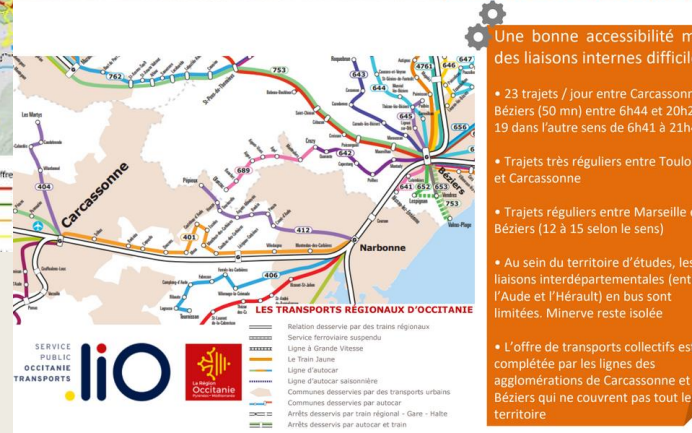
Sa pratique est simple et permet de toucher de nombreuses clientèles, compris les non cyclistes).

Les services liés aux VAE sont en développement et sa pratique peut faire sur le long terme (saison estivale et ailes de saison).

Le marché du VAE (et du VTC AE) est en pleine explosion et les prévisions à court et moyens termes sont très encourageantes.



## Transport en commun



- Une bonne accessibilité mais des liaisons internes difficiles
- 23 trajets / jour entre Carcassonne Béziers (50 mn) entre 6h44 et 20h20, 19 dans l'autre sens de 6h41 à 21h47
- Trajets très réguliers entre Toulouse et Carcassonne
- Trajets réguliers entre Marseille et Béziers (12 à 15 selon le sens)
- Au sein du territoire d'études, les liaisons interdépartementales (entre l'Aude et l'Hérault) en bus sont limitées. Minerve reste isolée
- L'offre de transports collectifs est complétée par les lignes des agglomérations de Carcassonne et de Béziers qui ne couvrent pas tout le territoire

# Réalisation de vidéo reportage itinéraire NORD 10 au 15 avril 2023 + reprogrammation avril 2024 > Printemps

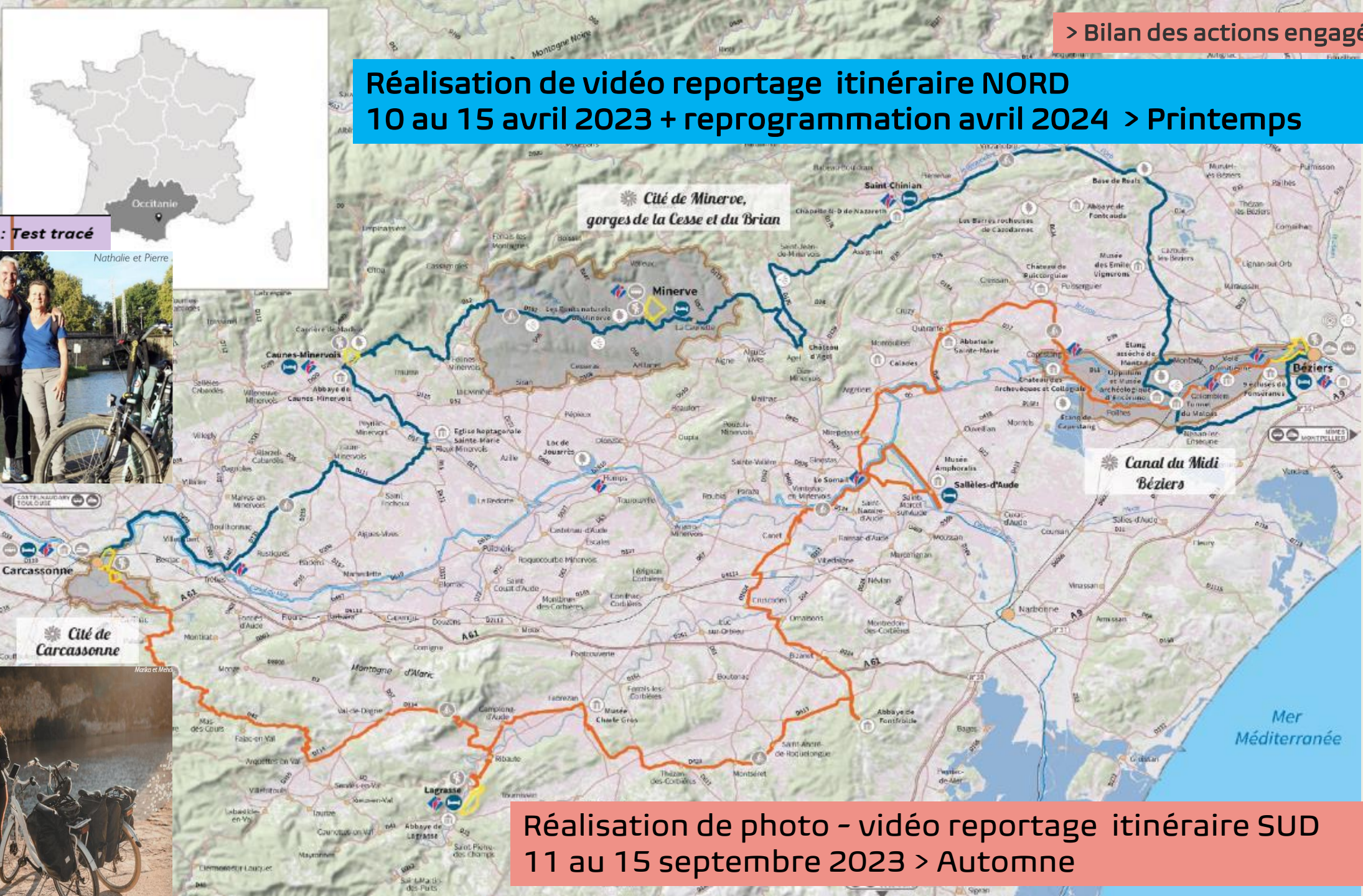
Phase 3 : Test tracé



Nathalie et Pierre



Marina et Mélanie



# Réalisation de photo - vidéo reportage itinéraire SUD 11 au 15 septembre 2023 > Automne

# Site Amiral RGSF : [www.escapadenature-sansvoiture.fr](http://www.escapadenature-sansvoiture.fr) + [www.grandsitedefrance.com/](http://www.grandsitedefrance.com/)



- Mise en ligne du site pour la conférence de presse du 19 avril 2023
- Téléchargement du carnet en haute définition sur Calameo <https://www.calameo.com/read/003315355e0703d46d8e5>
- Conception d'un Flyer Le flyer et le QR code renvoient vers le site Web Amiral ENSV



escapadenature-sansvoiture.fr/5-stes/32-escapade-herault-aude

Durée de l'escapade  
**6 jours + 4 jours**

La découverte des Grands Sites s'est faite en , à , à et en

Télécharger le carnet de voyage

Télécharger le parcours de l'Escapade

Voir la carte interactive et télécharger les coordonnées GPX de l'itinéraire Béziers > Carcassonne

Voir la carte interactive et télécharger les coordonnées GPX de l'itinéraire Carcassonne > Béziers



Immersion en douceur, au fil des paysages  
Le long du canal du Midi et des vignobles millénaires, de Béziers à la forteresse médiévale de Carcassonne en passant par la cité cathare de Minerve, les Grands Sites se parcourent au rythme des paysages, entre vignes et montagnes. Le plaisir nature ou dans les villages, ces itinéraires invitent à prendre le temps de la découverte et de la rencontre. Des hommes et des femmes, qui ont à cœur de transmettre l'identité singulière de leur territoire et de leur terroir, vous accueillent en toute saison.  
Pour vous guider, Nathalie et Pierre ainsi que Manika et Mehdi, sont partis sans voiture explorer les multiples facettes de trois paysages remarquables de l'Hérault et de l'Aude :

Le Canal du Midi - Béziers, la Cité de Minerve, gorges de la Cesse et du Brian et la Cité de Carcassonne.  
Découvrez dans ce carnet le récit de leur escapade, au fil des paysages...



# Escapade nature sans voiture

DANS LES GRANDS SITES

CANAL DU MIDI - BÉZIERS  
CITÉ DE MINERVE, GORGES DE LA CÈSSE ET DU BRIAN  
CITÉ DE CARCASSONNE



## INFORMATIONS pratiques

CETTE LISTE CORRESPOND AU CHOIX DES ESCAPEURS



### De Béziers à Carcassonne

#### JOUR 1 Béziers

- Les Halles de Béziers (Béziers) - 04 67 49 25 45
- Les Bons Amis (Béziers) - 04 67 48 55 85
- Villa Rosa (Béziers) - 06 25 27 40 86

#### JOUR 2 Béziers > Saint-Chinian

- Café de la Paix (Saint-Chinian) - 04 67 38 01 47

- La Cortanela (La Caunette) - 04 68 32 48 76

#### JOUR 4 Minerve > Caunes-Minervois

- Cantine du Curé (Caunes-Minervois) - 07 67 54 94 67
- L'Ancienne Boulangerie (Caunes-Minervois) - 06 75 29 07 03

#### JOUR 5 Caunes-Minervois > Carcassonne

- La Table du Vatican (Carcassonne) - 06 32 92 30 11
- Hôtel Astoria (Carcassonne) - 04 68 34 21 88

### De Carcassonne à Béziers

#### JOUR 1 Carcassonne > Lagrasse

- FloridiBlanca (Carcassonne) - 04 30 34 58 55
- La Cocotte Félicie (Lagrasse) - 04 68 75 90 54
- Chambres d'hôtes Chez Shona (Lagrasse) - 04 68 65 24 33
- Les Glycines (Lagrasse) - 04 68 43 14 54

#### JOUR 2 Lagrasse > Sallèles-d'Aude

vers Compostelle

### Pour plus de confort, PENSEZ À VOYAGER LÉGER !

- **Petit sac à dos (avec attaches ventrales et poitrine)**
- **Drap de soie (sac de couchage en flanelle)**
- **Gourde (min. 1l pers.)**
- **Gampe frontale**
- **Vêtements de pluie**
- **Vêtements de sport en matière synthétique qui séchent vite**
- **Casquette**
- **Yquettes de soleil**
- **Crème solaire**



Un accueil chaleureux à Carcassonne chez Jean-Loup



## > Conférence de presse

# CONFÉRENCE DE PRESSE Lancement Officiel de la phase communication du Projet ENSV entre Aude et Hérault - Grands Sites de France « Escapade Nature sans Voiture » Mercredi 19 avril 2023 Domaine de Roueire à QUARANTE (34)

### JOUR 3 Sallèles-d'Aude > Quarante

C'est avec un petit-déjeuner maison préparé par notre hôte que nous démarrons la journée à Sallèles-d'Aude dans les meilleures conditions possibles.

Nous remontons d'écluse en écluse pour rejoindre le canal du Midi et observer le spectacle attrayant des bassins qui se vident et se remplissent à mesure que les bateaux avancent. D'innombrables pins parasols jonchent les rives du canal, proposant aux promeneurs des coins d'ombre paisibles. Se dessine alors le musée Amphorales qui surplombe les fouilles archéologiques d'un atelier gallo-romain de production d'amphores.

L'heure dorée nous offre alors un spectacle magique. L'eau s'illumine de milliers de reflets d'or et nous savourons la chance de nous trouver en pareil endroit. Nous arrivons dans le charmant hameau de Somail. Son ensemble architectural et ses nombreuses guinguettes nous invitent à une pause gourmande sous le regard curieux des oies.

Les lumières du soir se muent de l'orange au rose, avant que la nuit ne nous enveloppe doucement, laissant apparaître au-dessus de nous les lumières du village de Quarante. Un dernier effort nous amène à notre résidence pour la nuit. C'est David qui nous accueille ce soir et son sens aigu de l'hospitalité ne manque pas de nous réconforter.



## Récapitulatif des actus 2023 Valorisation de ENSV Aude Hérault

- Présentation du projet ENSV aux Journées APN CRTLO – Millau (12) -7 et 8 mars
- Participation Salon Occ'Ygene - Mett Toulouse (31) OTI Béziers Méditerranée – 23 mars – 2 avril
- Réalisation de vidéo reportage itinéraire NORD– 10 au 15 avril (arrêt pour force majeure...)
- Mise en ligne pages dédiées sur les sites Web – 12 avril
- Conférence de Presse à Quarante (34) - 19 avril
- Séminaire Réseau des Grands Sites de France « Gérer durablement la fréquentation dans les territoires patrimoniaux ? » au Ministère de l'Économie et des Finances à Paris Bercy le 7 juin 2023
- Réalisation de vidéo reportage itinéraire SUD– 11 au 15 septembre
- Mini-Conférence dans le cadre du Festival international du film de voyage et d'aventure What a Trip ! Montpellier 28 sept au 1<sup>er</sup> oct.
- Présentation du projet aux 10emes Assises nationales APN à Tournons sur Rhône - 28 et 29 sept.





Comment gérer durablement la fréquentation dans les territoires patrimoniaux ?

Séminaire Réseau des Grands Sites de France « Gérer durablement la fréquentation dans les territoires patrimoniaux ? » au Ministère de l'Économie et des Finances à Patis Bercy le 7 juin 2023



Actions du CRTL Plateforme de services Tourisme durable Observatoire Emplois et stages

### Journées partenariales des activités de pleine nature



Journées partenariales des « Activités de Pleine Nature » du Comité Régional Occitanie à Millau (12) le 7 mars 2023

- Conférence dans le cadre du Festival international du film de voyage et d'aventure What a Trip ! Montpellier 28 sept au 1<sup>er</sup> oct.

- 10emes Assises nationales APN à Tournons sur Rhône les 28 et 29 septembre

DU JEUDI 28 AU VENDREDI 29 SEPTEMBRE 2023  
TOURNON-SUR-RHÔNE, FRANCE

# 10EMES ASSISES NATIONALES DES SPORTS & LOISIRS DE NATURE



> Bilan des actions engagées



Tournage du Vidéo-reportage « automne » de l'itinéraire Sud du 11 au 15 septembre – MAKING OFF



# ESCAPADE NATURE

SANS

# VOITURE

5 JOURS DE CARCASSONNE À BÉZIERS



# Site Aude Tourisme



## Escapade nature sans voiture



### Escapade nature sans voiture : De quoi s'agit-il ?

L'Escapade nature sans voiture est une escapade nature de 5 jours et 150 km en vélo et sans voiture. Elle est adaptée à tous les niveaux de pratique du vélo. Elle est organisée par Aude Tourisme et propose une découverte de la région d'Aude à vélo et sans voiture. Elle est adaptée à tous les niveaux de pratique du vélo. Elle est organisée par Aude Tourisme et propose une découverte de la région d'Aude à vélo et sans voiture.

### Les Grands Sites de France

Les Grands Sites de France sont des sites naturels remarquables qui ont été inscrits au patrimoine mondial de l'UNESCO. Ils sont situés dans toute la France et offrent une découverte unique de notre patrimoine naturel et culturel.



## Itinéraire Sud : de la Cité de Carcassonne à Béziers

L'itinéraire Sud "Escapade nature sans voiture" a été testé et validé par notre équipe. Sur un parcours de 5 jours en vélo et sans voiture (150 km), ils ont exploré les plus beaux et les plus exceptionnels paysages régionaux.



### Jour 1 : Carcassonne – Lagrasse

50 km / 1200 m de route / Durée estimée : 4h30 (sans voiture) / 3h30 (avec voiture)

Tout commence à Carcassonne, la cité médiévale la plus bien conservée de France. Vous partirez à la découverte de la Cité de Carcassonne, une découverte de la vallée de la Garonne. Une découverte de la vallée de la Garonne. Une découverte de la vallée de la Garonne.

La Cité de Carcassonne, une Cité médiévale inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO, est un lieu incontournable pour les amoureux de l'histoire et de la culture. Elle est située dans la vallée de la Garonne, à quelques kilomètres de Carcassonne.



### Itinéraire Sud : de la Cité de Carcassonne à Béziers

Sur un parcours de 5 jours en vélo et sans voiture (150 km), ils ont exploré les plus beaux et les plus exceptionnels paysages régionaux.

### Escapade nature sans voiture

50 km / 1200 m de route / Durée estimée : 4h30 (sans voiture) / 3h30 (avec voiture)



## Promotion Web

## Itinéraire Nord : de Béziers à Carcassonne

L'itinéraire Nord "Escapade nature sans voiture" a été testé et validé par nos escapadeurs. Sur un parcours de 5 jours et 150 km au total, en vélo et sans voiture (150 km), ils ont exploré les plus beaux et les plus exceptionnels paysages régionaux.



### Jour 1 : Béziers

50 km / 1200 m de route / Durée estimée : 4h30 (sans voiture) / 3h30 (avec voiture)

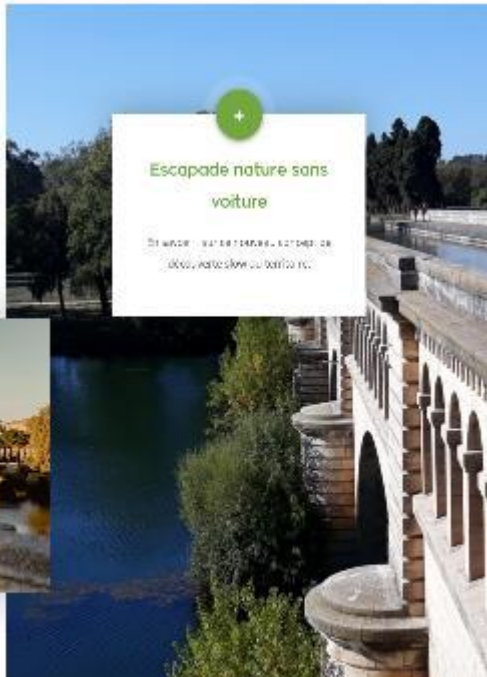
Le jour 1 de l'itinéraire Nord "Escapade nature sans voiture" est consacré à la découverte de la ville de Béziers, une ville d'art et d'histoire. Elle est située dans la vallée de la Garonne, à quelques kilomètres de Carcassonne.

### Escapade nature sans voiture

50 km / 1200 m de route / Durée estimée : 4h30 (sans voiture) / 3h30 (avec voiture)




Le jour 1 de l'itinéraire Nord "Escapade nature sans voiture" est consacré à la découverte de la ville de Béziers, une ville d'art et d'histoire. Elle est située dans la vallée de la Garonne, à quelques kilomètres de Carcassonne.




# Carte Itinéraire Aude – 9 grands Itinéraires Cyclos, Pédestres, Equestre

Edition supports Print

CARTE ITINÉRANCE 2023 


*Intensément*  
AUDE PAYS CATHARE



AGENCE DE DÉVELOPPEMENT TOURISTIQUE • aude tourisme.com  LE SUD 




**VAL D'OLMÉA MONTÉGUS**




14

**LA VILCOCCINE - RUMIS - LA EGLEDEIA RARE**



15

**LA VILCOCCINE - RUMIS - LA EGLEDEIA RARE**




16

**ROUTE MONTAGNE CARCASSONNE - ROUTE DES VALLONS**



17

**ROUTE MONTAGNE CARCASSONNE - ROUTE DES VALLONS**



18

**LES LABELS**

Le label "Ancestral Village"

Le label "Ancestral Village"

Le label "Ancestral Village"

**OFFICES DE TOURISME ET BUREAUX D'INFORMATION TOURISTIQUE**

OFFICE	ADRESSE	COORDONNÉES
CARCASSONNE	100 rue de la République	43° 10' N - 2° 55' E
LAGRASSE	100 rue de la République	43° 10' N - 2° 55' E
MINERVE	100 rue de la République	43° 10' N - 2° 55' E
CAUSSES-MINERVOIS	100 rue de la République	43° 10' N - 2° 55' E
TRÈBES	100 rue de la République	43° 10' N - 2° 55' E
SAINT-MARCEL-SUR-AUDE	100 rue de la République	43° 10' N - 2° 55' E
BIZANET	100 rue de la République	43° 10' N - 2° 55' E
LAURENTIEUX	100 rue de la République	43° 10' N - 2° 55' E
BEZIERS	100 rue de la République	43° 10' N - 2° 55' E



ESCAPADE NATURE SANS VOITURE - GRANDS SITES DE FRANCE

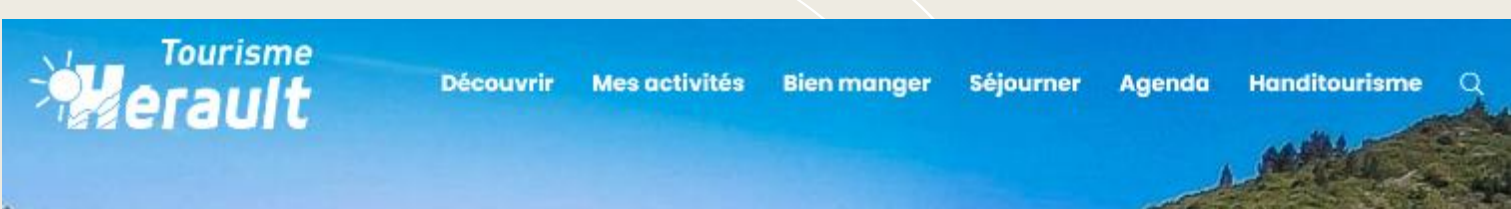


Causes-Minervois, Minerve, Capestang, Béziers, Carcassonne, Trèbes, Saint-Marcel-sur-Aude, Bizanet, Lagrasse





06 Ce concept national d'expérience immersive résolument tourné vers un tourisme durable par le biais des modes de déplacements doux connecte trois Grands Sites de France, Béziers, la cité cathare de Minerve jusqu'à la forteresse de Carcassonne en passant par les cites médiévales de Causes-Minervois et Lagrasse. La veloroute invite à prendre le temps de l'exploration des paysages remarquables au travers des vignobles millénaires des Corbières et du Minervois, révélant ainsi, l'architecture, l'histoire et l'identité singulière des territoires. L'itinéraire fait également la part belle à la découverte des ouvrages d'art emblématiques du canal du Midi et de la Robine et à la rencontre avec ces Languedociens, fiers de leur culture et de leur accent qui auront plaisir à partager leurs connaissances et leurs savoir-faire.



Promotion Web

# Site Hérault Tourisme

## ESCAPADES NATURE SANS VOITURE AU COEUR DE NOS GRANDS SITES

On ne cessera de le dire, la nature et l'histoire ont doté le Languedoc de lieux magiques, aux atmosphères toutes différentes. Leur proximité est un excellent prétexte pour se lancer dans l'aventure, tout en douceur, au fil de nos pas ou de nos tours de pédales.

Objectif ? Prendre le temps de la découverte, et faire le plein de saveurs locales par la même occasion.

5 bonnes raisons de s'évader sans voiture dans nos Grands Sites

Pour prendre votre temps et profiter pleinement de la découverte.

Pour aller à la rencontre des paysages les plus beaux du Languedoc.

Les "Escapades nature sans voiture", parmi les Grands Sites de France de l'Hérault, sont au nombre de quatre pour l'instant. Elles relient les Grands Sites de Navacelles, des Gorges de l'Hérault, et du Sologou, Mourèze, d'une part, et ceux de Béziers, Canal du Midi, Minervois, Gorges de la Cesse, et la Cité de Carcassonne d'autre part.

Mais le concept s'étend, et la création d'autres boucles est en cours, valorisant ainsi d'autres (futurs) Grands Sites de France dans l'Hérault.

En tout, on partage avec vous ces belles expériences !

### Deux Territoires Quatre Parcours



### ESCAPADE NATURE SANS VOITURE DANS LES GRANDS SITES – DE CARCASSONNE À BÉZIERS PAR LE SUD

ACCUEIL | ACTIVITE | ACCO TOURISTE | METEOROLOGIE | SERVICES VALEURS | GRANDS SITES | ACCROCHAGE HISTORIQUE | AAD | DORS ET L'EAU | HISTOIRE

### ESCAPADE NATURE SANS VOITURE DANS LES GRANDS SITES – DE BÉZIERS À CARCASSONNE PAR LE NORD

ACCUEIL | ACTIVITE | ACCO TOURISTE | METEOROLOGIE | SERVICES VALEURS | GRANDS SITES | ACCROCHAGE HISTORIQUE | AAD | DORS ET L'EAU | HISTOIRE

**ESCAPADE NATURE SANS VOITURE DANS LES GRANDS SITES – DE CARCASSONNE À BÉZIERS PAR LE SUD**

[Explorer PDF](#)  
[Télécharger PDF](#)  
[Voir sur mobile](#)  
[Partager](#)

**Description**

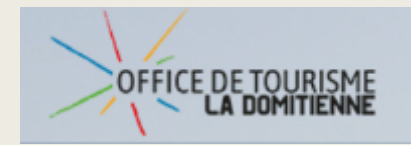
Prendre un plaisir, au fil des paysages.

Le long du canal du Midi et des vignettes millénaires de Béziers à la merveille médiévale de Carcassonne et passant par la cité cathare de Minerve, les Grands Sites se poursuivent au rythme des paysages, entre vignes et montagnes, en plein nature ou dans les villages, ces itinéraires invitent à prendre le temps de la découverte et de la rencontre. Des hommes et des femmes, qui

# Sites OT(l) des territoires concernés

(captures d'écrans clicables: liens vers pages)

Promotion Web







**Dorian MATÉOS**

Chargé de mission itinérance et tourisme durable  
Pôle **Ingénierie Développement**

04 68 11 64 19  
d.mateos@audetourisme.com

**AGENCE DE DÉVELOPPEMENT TOURISTIQUE DE L'AUDE**       
Hôtel du département - Allée Raymond Courrière - 11 855 Carcassonne Cedex 9 Tél. 04 68 11 66 00

# Escapade Nature Sans Voiture

## 3 Grands Sites

### entre Aude et Hérault

