



## *Séjour multi-activités en Pays Cathare*

*1 nuit en demi-pension, 2 activités à partir de 100 €/pers.  
2 nuits en demi-pension, 3 activités à partir de 165 €/pers.*

### Activités sportives

*Sports d'eau vive (rafting,  
canyoning, hydrospeed,...)  
Randonnée, orientation,...  
Spéléo, VTT, parcours aventure  
(autres possibilités sur demande)*

### Activités culturelles

*Visite des châteaux cathares :  
Puilaurens, Quéribus,  
Peyrepertuse, Puivert,...  
La cité de Carcassonne*



De la Méditerranée aux Pyrénées, l'Aude possède une telle variété de paysages et de lieux historiques prestigieux qu'elle comblera les plus exigeants. La Haute Vallée située au cœur du pays cathare, entre la cité de Carcassonne et Perpignan la Catalane, s'affirme comme la destination idéale pour marier les visites culturelles et la pratique des activités de plein air. Le temps d'un séjour, vous partirez à l'assaut de la plus grande cité médiévale d'Europe, vous grimpez sur des nids d'aigle à la rencontre des châteaux cathares, vous plongerez dans l'histoire et les légendes de toute une région et vous dompterez les torrents sauvages qui coulent dans les défilés des gorges de St. Georges et de la Pierre Lys...

## *Idée de programme (2 nuits, 3 activités)*

Le programme ci-dessous est proposé à titre indicatif et est adaptable à vos désirs et votre planning.

### Jour 1

Arrivée sur le lieu d'hébergement et installation (à partir de 14 ou 16h, en fonction du logement choisi).  
Repas du soir\* et nuitée.

### Jour 2

Petit-déjeuner et rendez-vous à 10h00 sur la base d'eau vive pour la descente de rafting : briefing, équipement et départ pour l'activité sur un parcours de 7 kms. Vous découvrirez la rivière Aude sous tout ses angles dans les Gorges de la Pierre Lys (environ 1h15 de navigation, durée totale de l'activité : 2 heures). Après-midi, départ pour une randonnée, culturelle ou nature, vers les châteaux cathares ou un labyrinthe vert. Fin d'activité vers 17h. Retour sur votre lieu d'hébergement pour le repas du soir\* et la nuitée.

### Jour 3

Après le petit-déjeuner, la matinée sera consacrée à une deuxième activité d'eau : Nage en eau vive (hydrospeed) sur un parcours de 6 kms ou Canyoning dans le décor grandiose des Gorges de Galamus sur un parcours très ludique parsemé de toboggans naturels.

A l'issue des activités, retour vers le lieu d'hébergement, récupération des bagages et fin du séjour.  
En dehors de juillet-août, les activités d'eau vive dépendent des lâchers d'eau EDF.

\*boissons non-incluses

### Hébergement

En formule Résidence de tourisme

En formule Hôtel\*\*\*

En formule Chambres d'hôtes

En formule Camping



[www.esprit-pyrenees.com](http://www.esprit-pyrenees.com) dans l'Aude (11)

Tél : 04.68.20.95.73. / 06.75.04.30.38.

N° siret : 523 113 710 00017

Registre des opérateurs de voyage et de séjours IMO11130001