

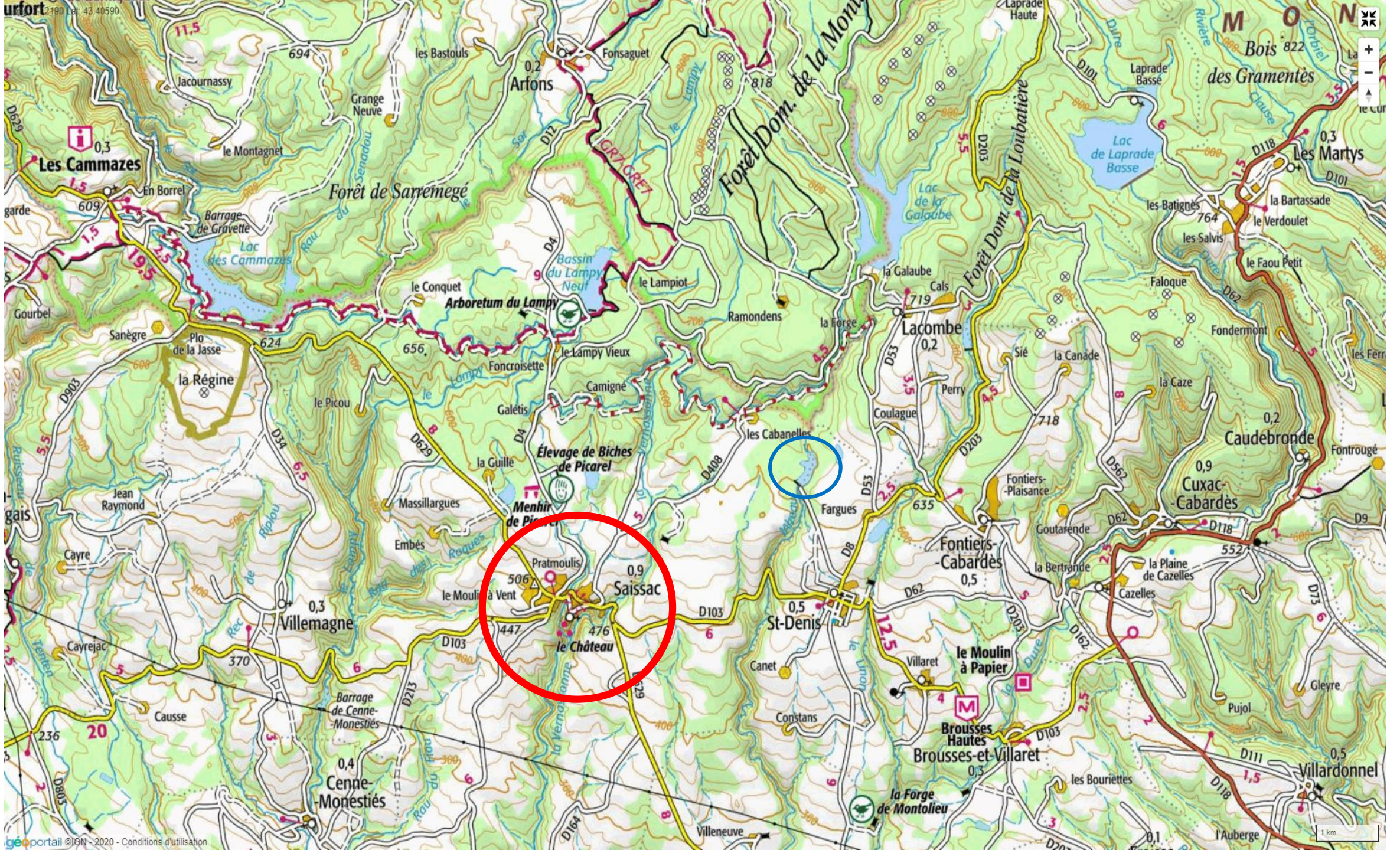
PROGRAMME "Saissac"

11 au 14 septembre 2023

Armand : 06 83 17 12 12

Bernard : 06 98 54 87 73

Roseline



Itinéraire pour Saissac :

A709 puis A9 puis A61 sortie 24, direction Carcassonne centre puis Revel en passant par Villemoustaussou, Villegailhec ... Dans Saint-Denis : à droite (D8), puis à gauche en sortant du village, direction le lac et le barrage. Traverser le barrage et stationner en contrebas.

Compter 2 h (180 km) depuis Montpellier.

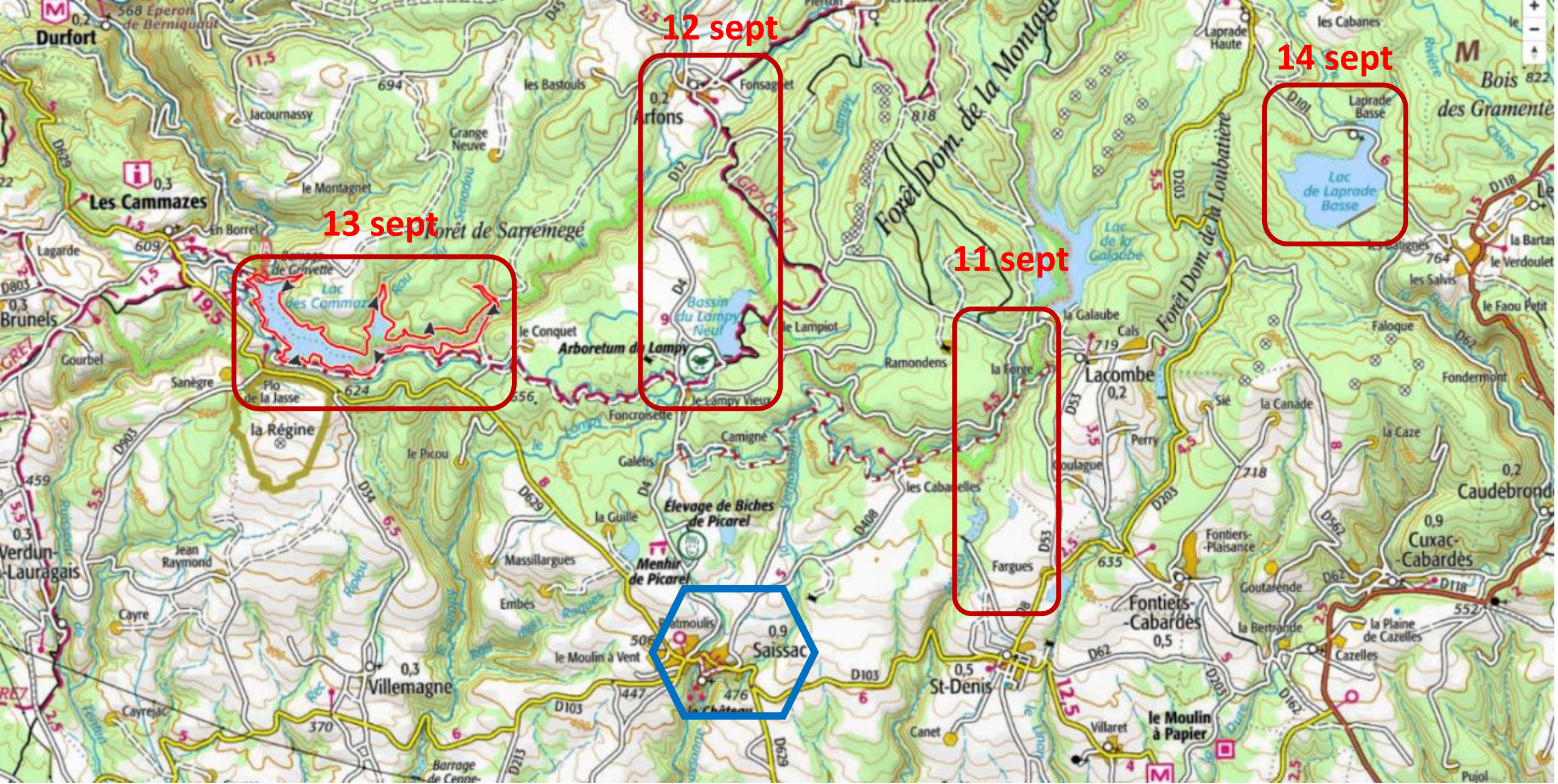
Trajet le plus direct : de Béziers passer par Capestang, Argeliers, Rieux-Minervoix.

2 h 30 (167 km).

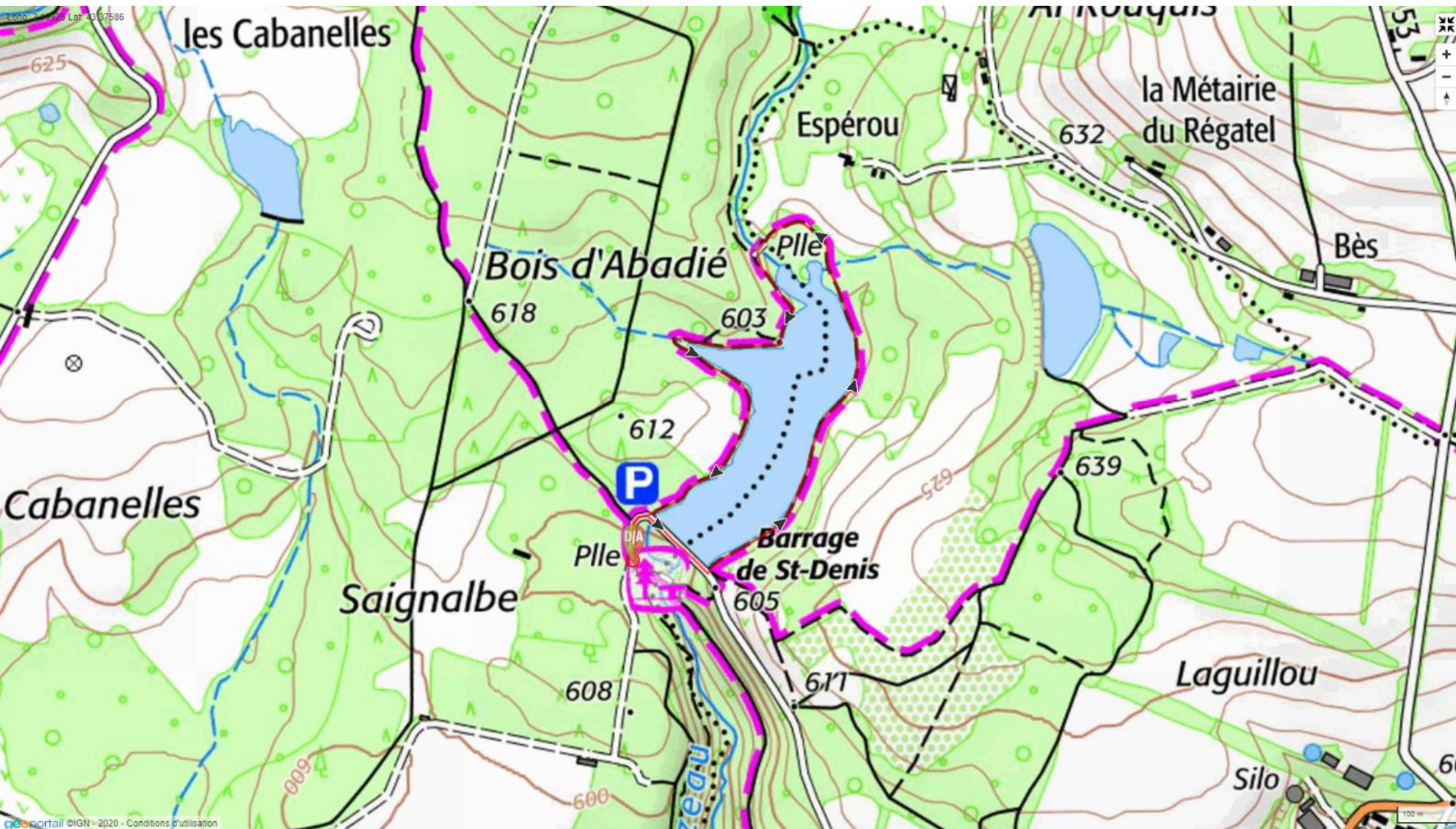
Trajet sans péage : A750, puis A75 jusqu'à Béziers puis D610 et D118.

2 h 40 (192 km).

Pique-nique sur tables au pied du barrage de Saint-Denis.



Saissac et les sites de randonnées



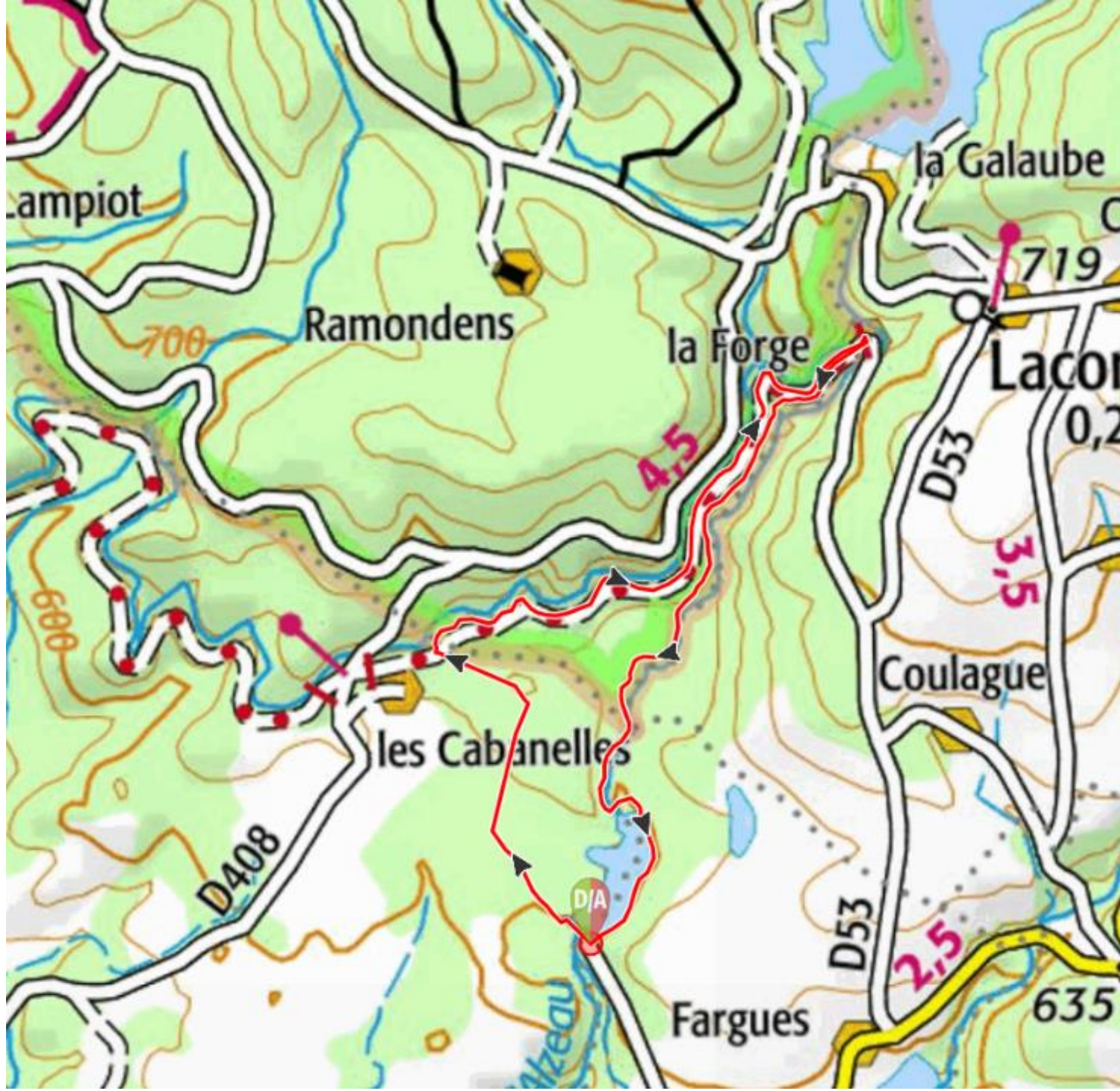
Lundi
11
septembre

+

Tour du lac de
Saint-Denis

1,9 km

10 m



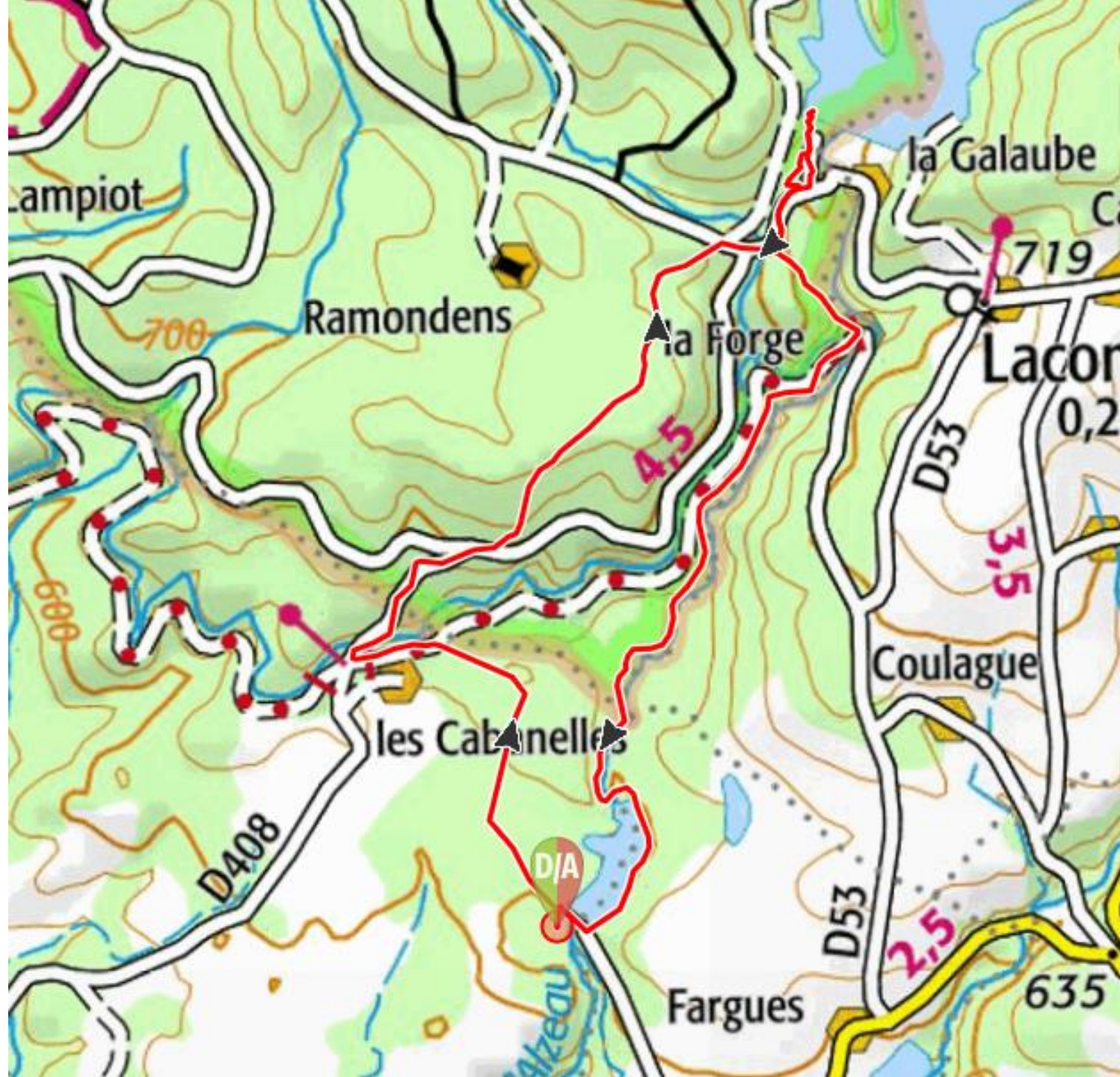
Lundi
11
septembre

+

Lac Saint-Denis, Rigole de
la Montagne et Prise
d'Eau d'Alzeau

7,6 km

53 m



Lundi
11
septembre

++

Lac Saint-Denis, lac de la
Galaube et Prise d'Eau
d'Alzeau

9,9 km

180 m



**Bâtiment des
gestionnaires du
fonctionnement
de la Prise d'Eau
d'Alzeau**

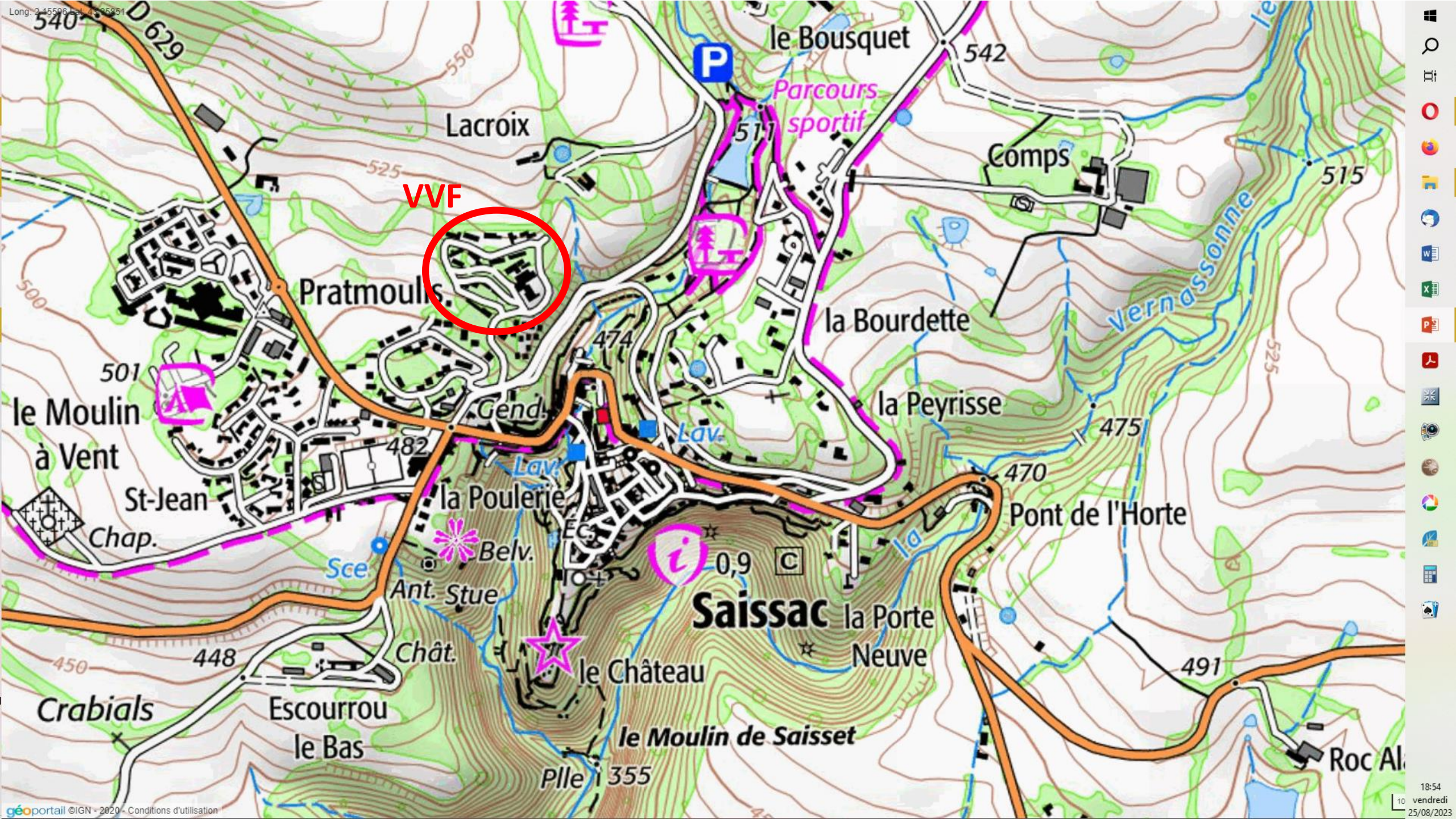
**La première
vanne régulatrice
de la Rigole de la
Montagne**





**La Rigole de la
Montagne**





VVF

Saissac

le Bousquet

Comps

Pratmouls

la Bourdette

la Peyrisse

le Moulin à Vent

St-Jean Chap.

la Poulerie

Pont de l'Horte

la Porte Neuve

Crabiats

Escourrou le Bas

le Château

le Moulin de Saisset

Roc Al

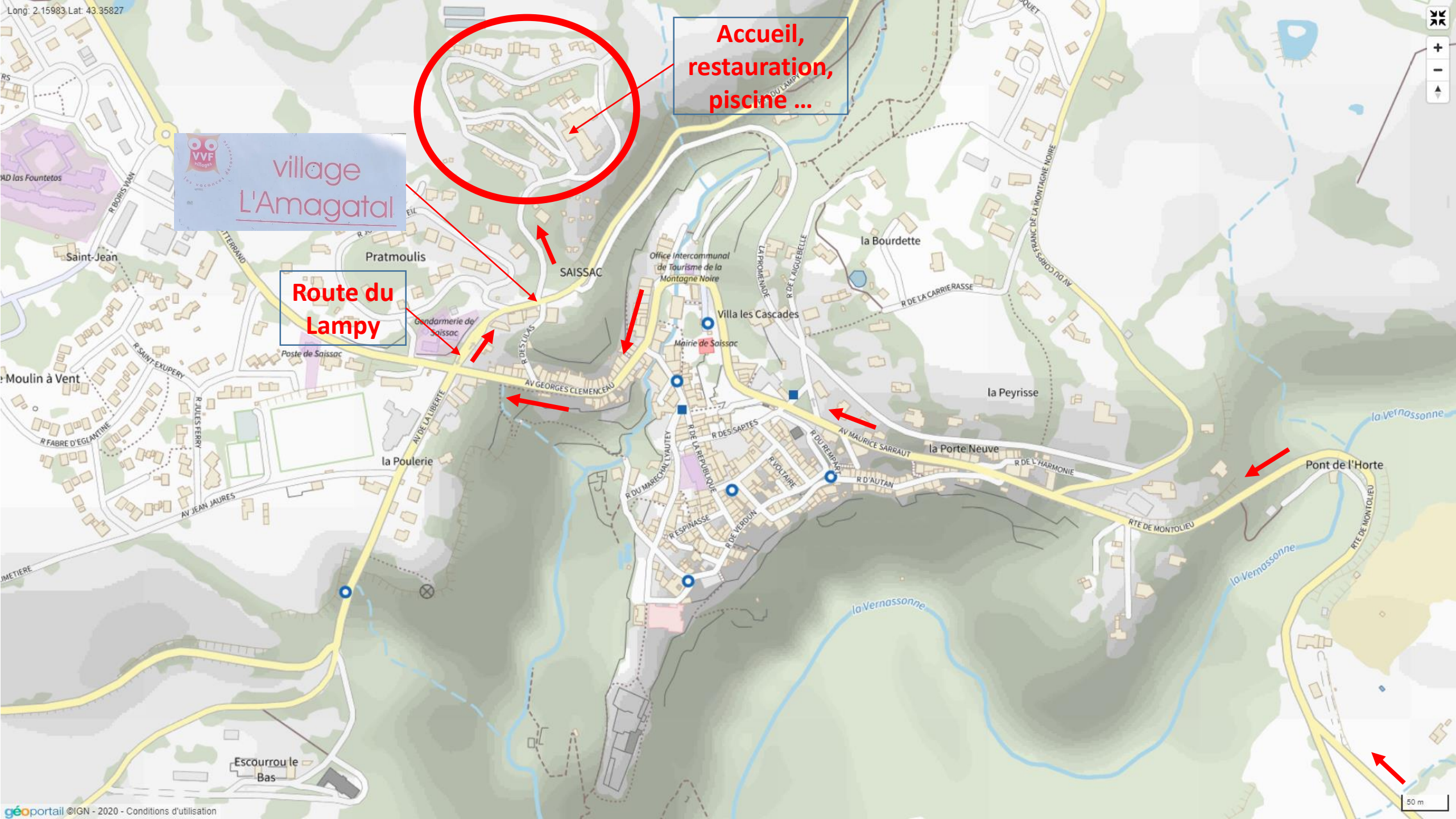


 **village L'Amagatal**



Accueil, restauration, piscine ...

Route du Lampy





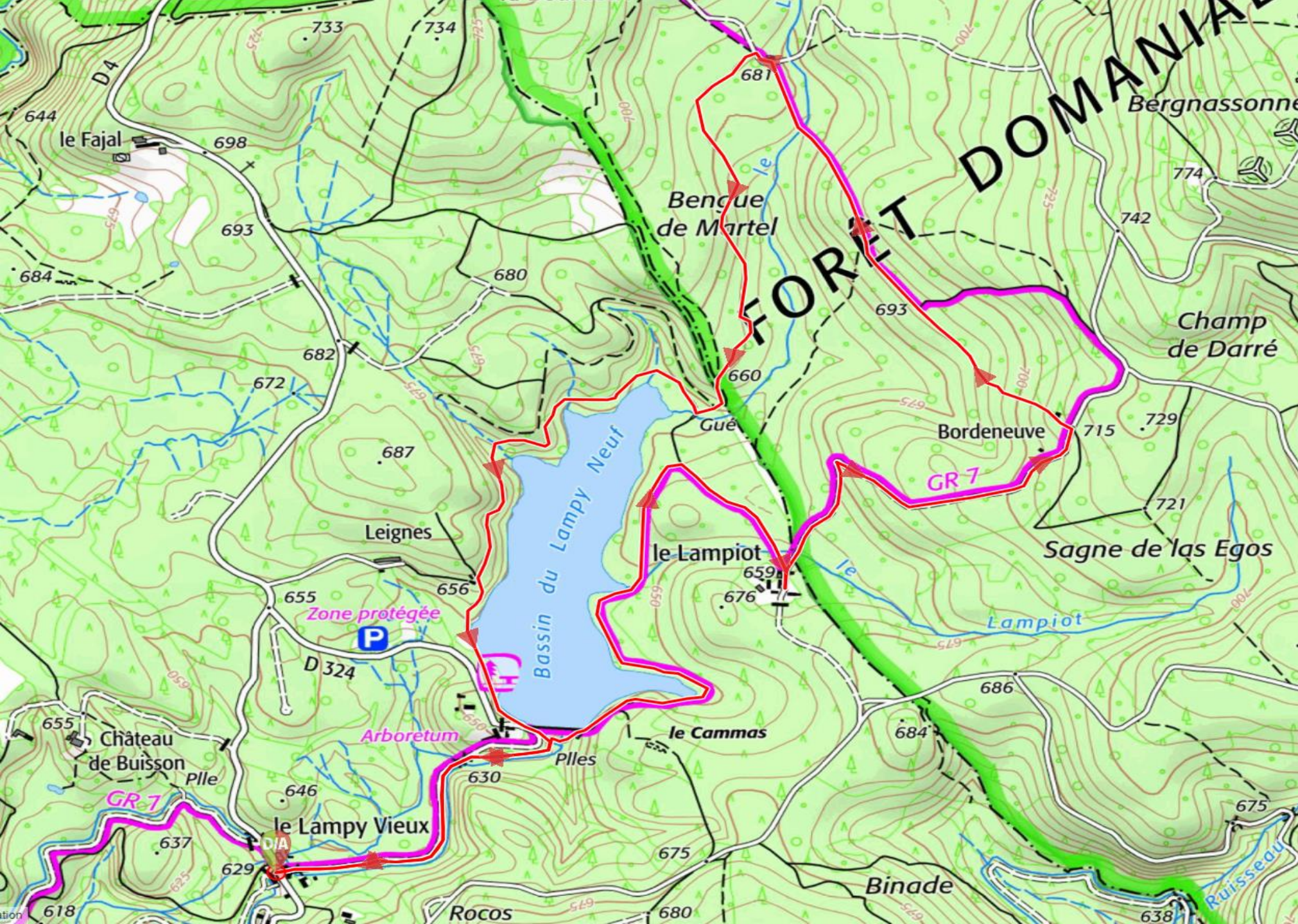
Mardi
12
septembre

+++

Entre forêts et
Rigole, sur les pas de
Pierre-Paul Riquet

16 km

240 m



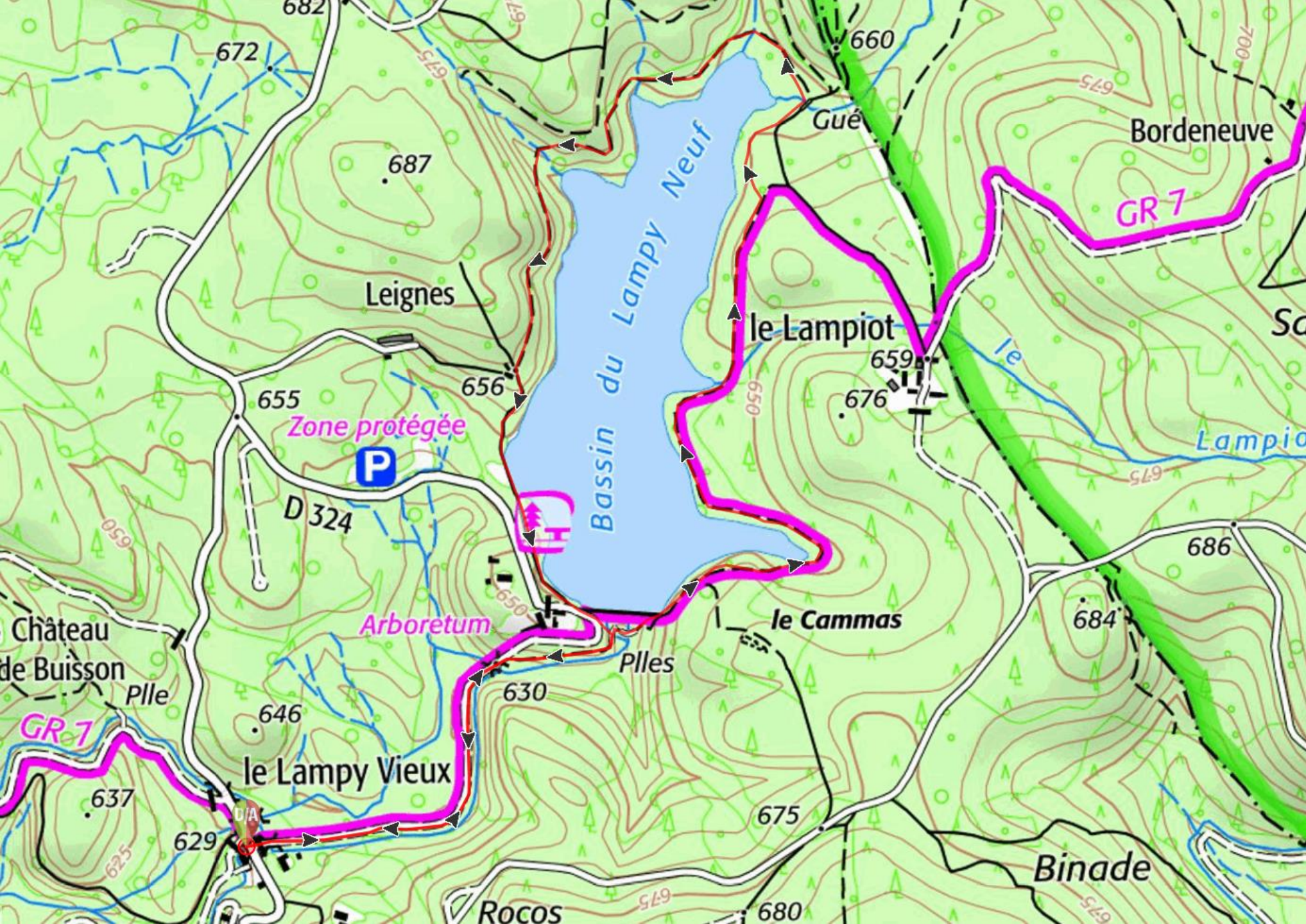
Mardi
12
septembre

++

Lac de Lamy
et Lampiot

8,9 km

100 m



**Mardi
12
septembre**

+

**Tour du lac
de Lamy**

5 km

45 m



**Le lac de Lampy
Neuf**

**Vanne régulatrice
du débit**





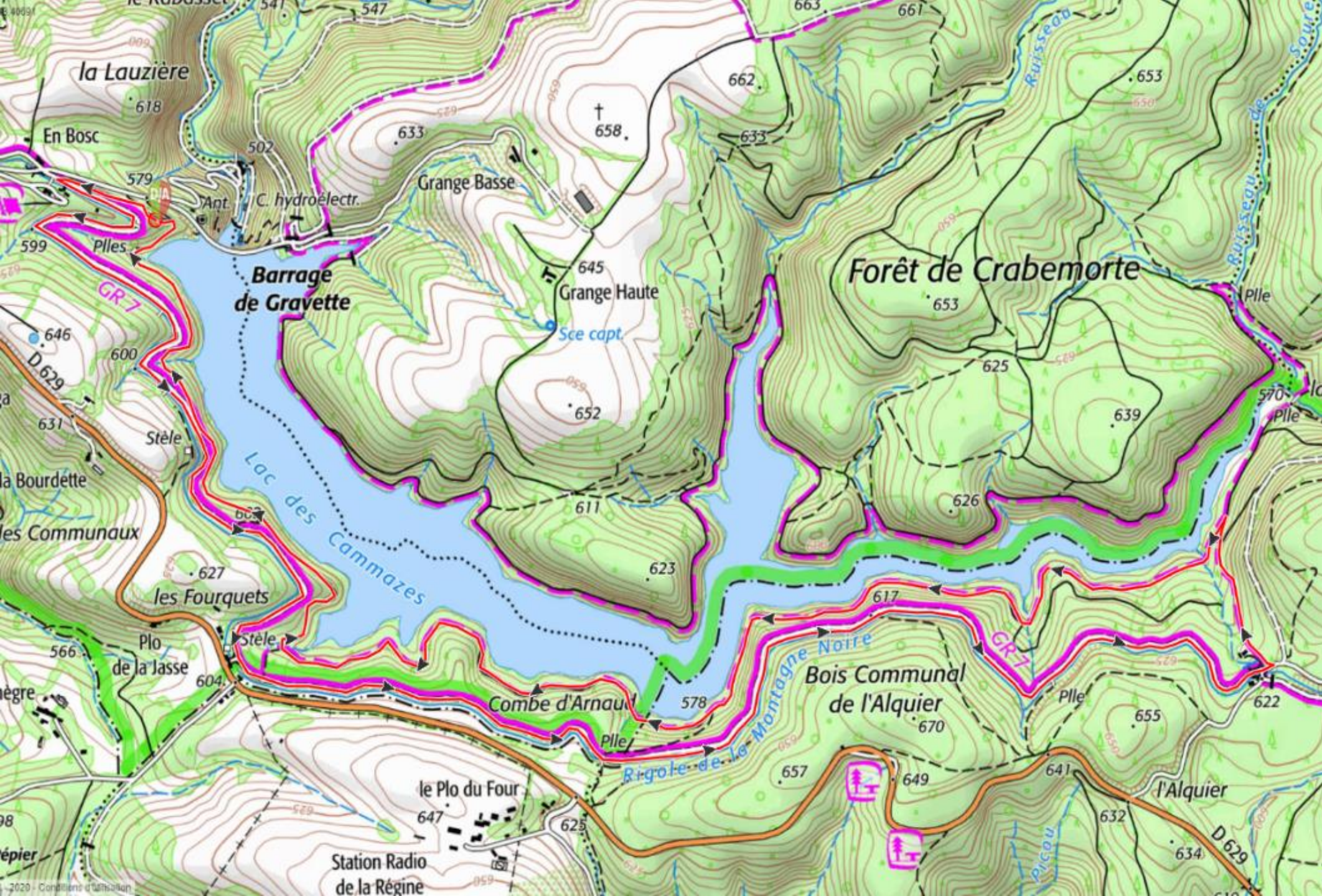
**Mercredi
13
septembre**

+++

**Tour du lac
des
Cammazes**

13,6 km

170 m



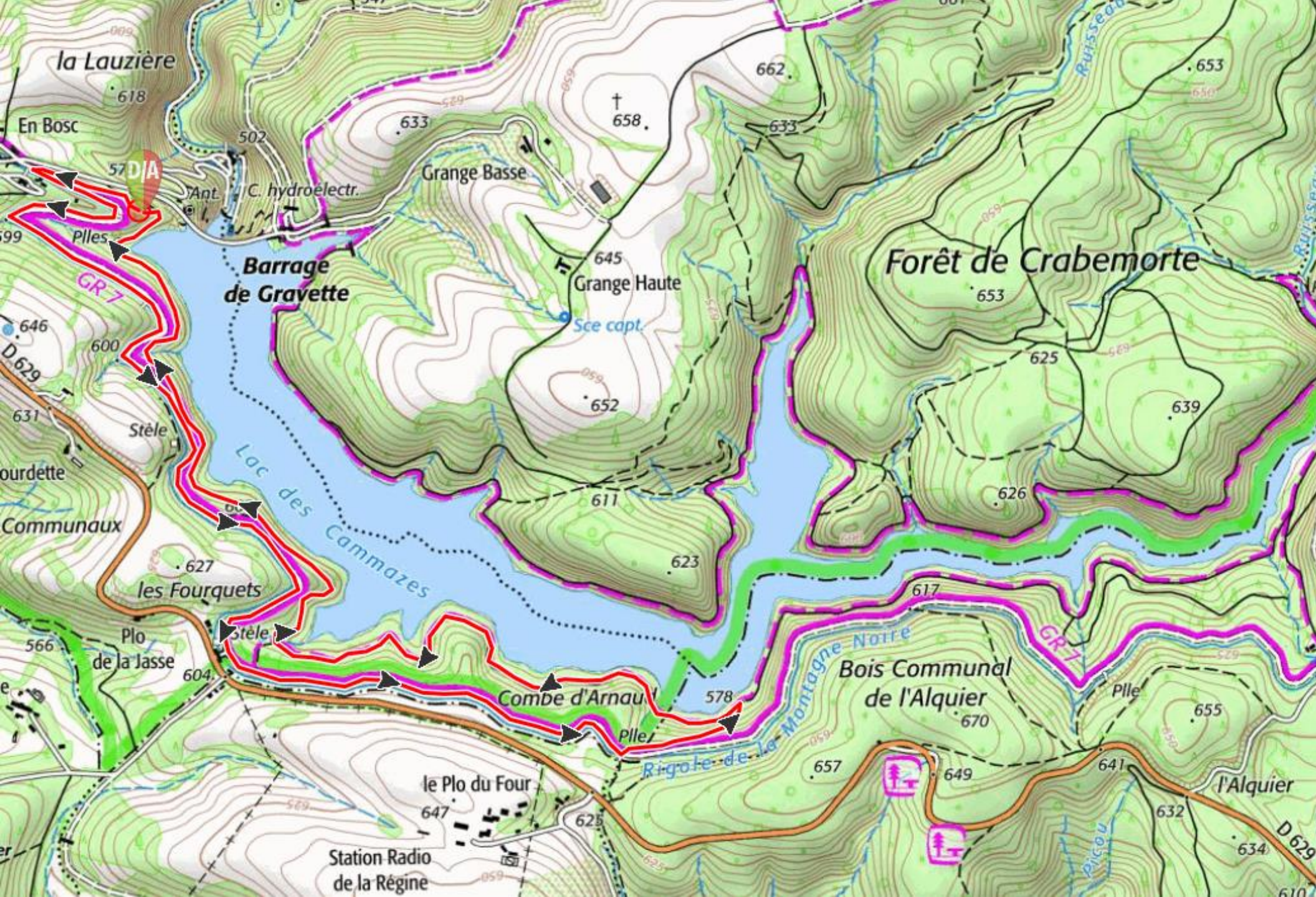
**Mercredi
13
septembre**

++

**Rigole de la
Montagne
et lac des
Cammazes**

12,1 km

64 m



Mercredi
13
septembre

+

Rigole et
lac des
Cammazes

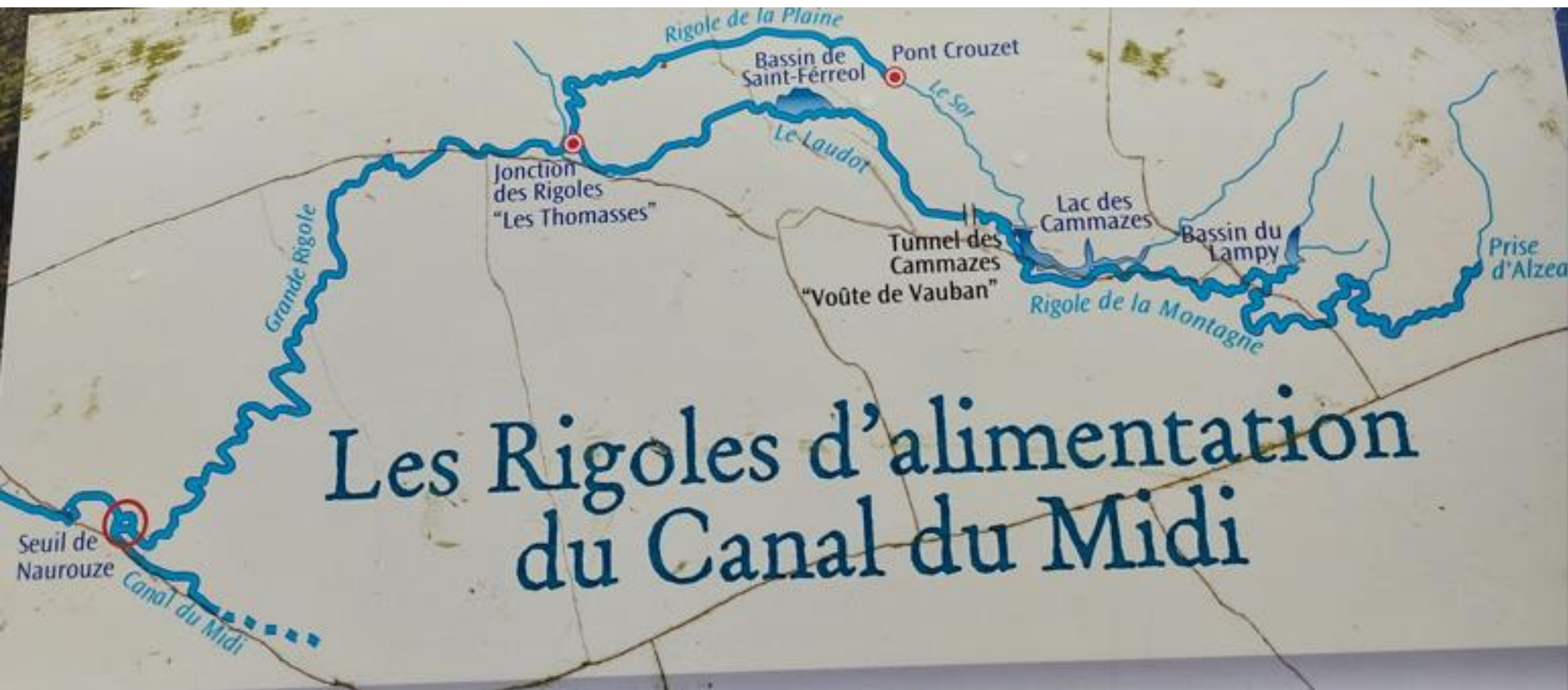
7,6 km

64 m

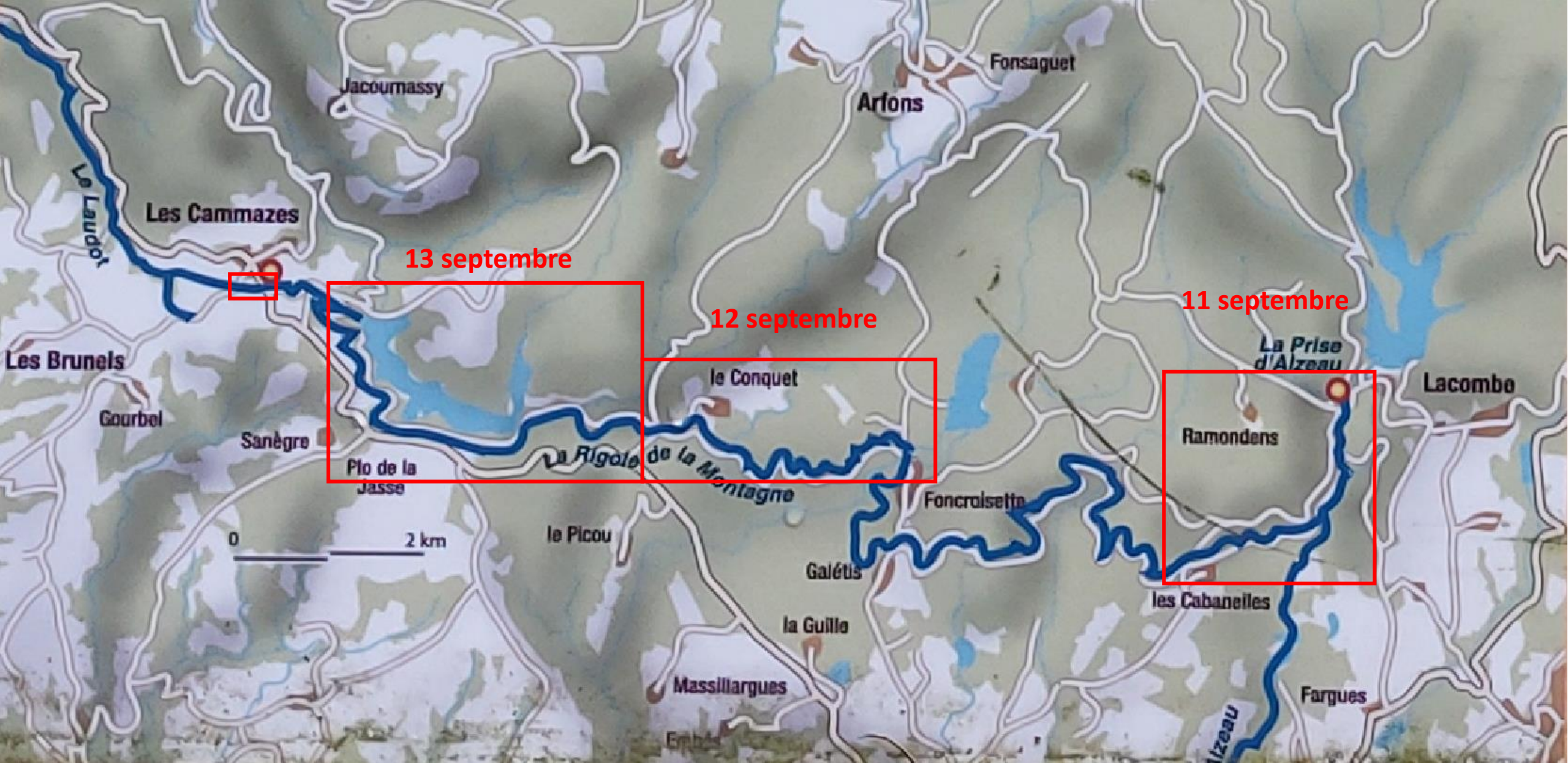


**La Rigole de la
Montagne dans
la Percée des
Cammazes
ou
Voûte Vauban**





Les Rigoles d'alimentation du Canal du Midi



Suivi de la Rigole de la Montagne les 11, 12 et 13 septembre



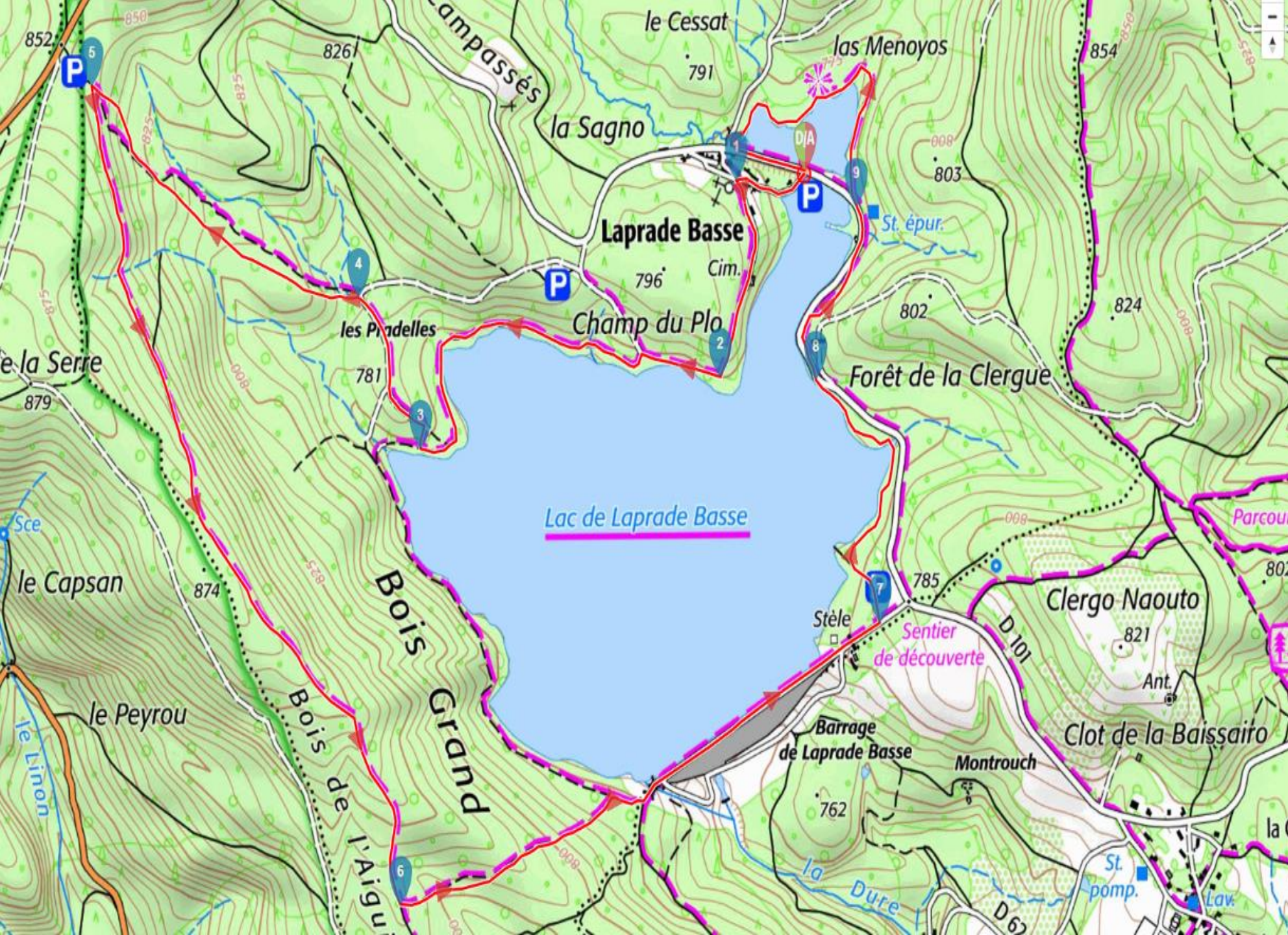
**Jeudi
14
septembre**

+

**Lac de Laprade
par les
tourbières**

5,3 km

**pas de
dénivelé**



Jeudi
14
septembre

++

Entre forêts et
tourbières du lac
de Laprade

9 km

120 m



Sur les platelages
au milieu des
tourbières
du lac de Laprade
Basse

L'équipe de
reconnaissance !



Les sites touristiques

Office de Tourisme de la Montagne Noire,
19 place de la Mairie, 11310 Saissac
Tel : 04 68 76 64 90

Saissac : le château, visite libre ou guidée
la ferme de Bastide
les porcs de Thor
le marché

Moulin à papier de Brousses et Villaret (à 10 km)

Abbaye cathédrale bénédictine de Saint-Papoul (à 15 km), joyau de l'art roman

Musée du cuivre de Durfort (à 18 km)

Revel et Sorrèze (à 21 km)

Châteaux de Lastours (à 25 km) : Cabaret, Tour Régine, Surdespine et Quertinheux

Abbaye Sainte-Foy de Conques (à 28 km) :

Village d'Hautpoul (à 33 km)

Maison de la truffe à Villeneuve-Minervoise (33 km)



Saissac et son château

Gîte VVF de Saissac

- Hébergement en studios pour 2 personnes. Pension complète.
- Le soir d'arrivée, informations sur le site VVF par Karina et apéritif d'accueil à base d'Hippocras à 19 heures.
- Repas du soir servi à table à **19 h 00**.
- Petit déjeuner à partir de **7 h 30**.
- Pique-nique pour la mi-journée.
- *Menu spécial "de pays" mercredi soir.*
- Accès gratuit : piscine, hammam, espace forme, ping-pong, pétanque ...
-
- ***Penser à prendre :***
 - **2 récipients pour le pique-nique** à choisir en libre-service.
 - **1 ou 2 gourdes.**

Participants séjour ARUM
ARDEBILI Françoise et Reza
BORRAS Monique et Claude
BOYER Michèle et André René
DICQUE Jean-Pierre et GRANIER Odile
DUFOUR Hélène et Jean-Paul
HOMBURGER Michèle et Vincent
PUIG Ghislaine
PEGAS Jacques
SAINT-PIERRE Martine et Jean
BOYAT Armand
GAY Bernard
ARMAND Jackie
DEFAY Roseline
BROUSSOUS Geneviève
PREVOST Hildegarde
PINCHARD Marie
COQUELLE Marie-Claude
ABENOZA Michel
BARTHES Mariette
BOUIX Georges
CAPELLE Nicole
GAILLARD Geneviève
MOREAU Martine
RECH Jocelyne
XICLUNA Colette

**Profitez de
cette réunion
pour examiner
les possibilités
de covoiturage !**

Attention



!!!

Jean Caelen