

À PARTIR DE CARCASSONNE

Nager au pied d'un château du pays cathare, sauter dans des bassins d'eau claire, flotter dans des vasques vert émeraude... Loin des plages méditerranéennes, les activités nautiques en eau douce ont la cote dans les Pyrénées-Orientales. Des Corbières au massif du Canigou, passage en revue de quelques-uns des meilleurs spots.

EAUX SAUVAGES

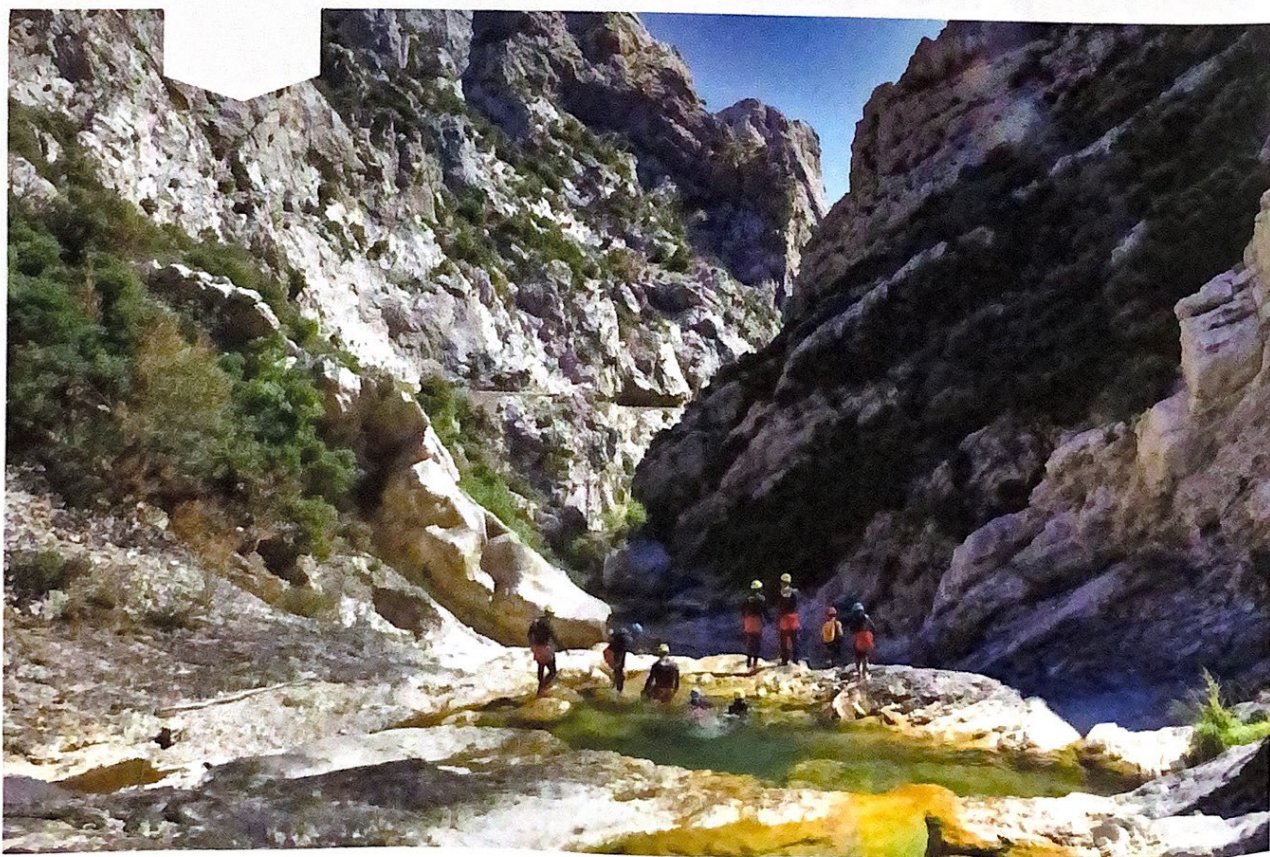
GORGES, CASCADES ET RIVIÈRES

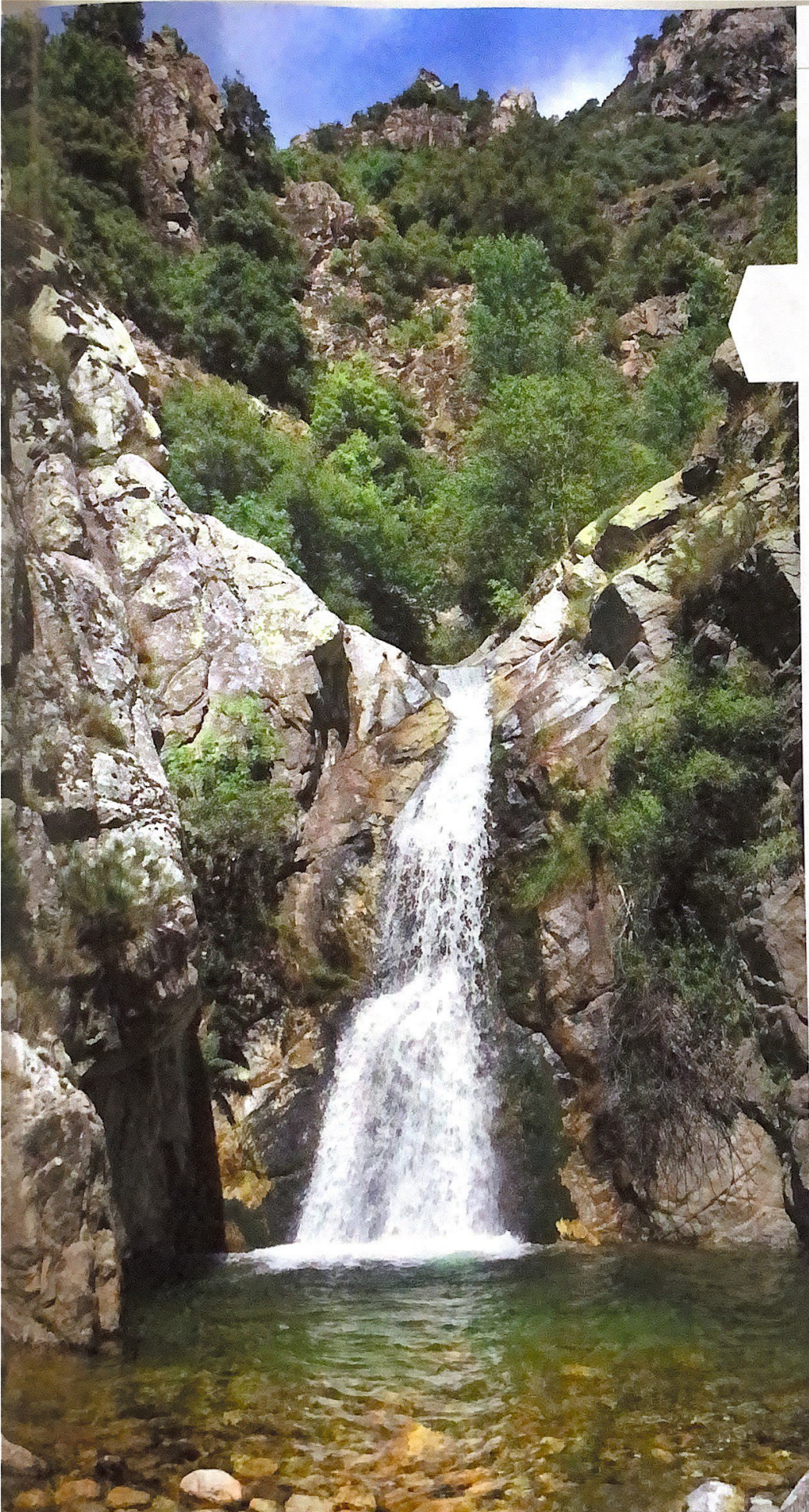
À l'ouest de Peyrepertuse, les gorges de Galamus s'étendent sur près de 2 km. Un défilé de falaises vertigineuses au fond desquelles serpente l'Agly. Dans ce décor majestueux, on ne résiste pas à l'appel de la rivière. La baignade

étant interdite, nous optons pour le canyoning. Rendez-vous d'abord chez Oxygen Aventure (06 82 69 83 00), à Saint-Paul-de-Fenouillet. Casque, combinaison, chaussures et baudriers placés, nous voilà parés et prêts à sauter dans les piscines naturelles

creusées dans la roche, glisser sur des toboggans de calcaire et descendre en rappel au fond du grand ravin blanc (facultatif !). Un corps à corps grandiose avec la nature.
Gorges de Galamus : à 5 km de Saint-Paul-de-Fenouillet.

LES GORGES DE GALAMUS



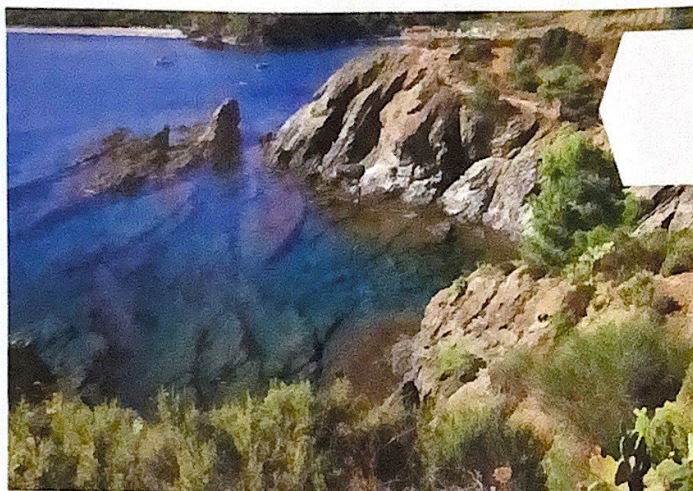


LA CASCADE DES ANGLAIS

Au pied du massif du Canigou, les gorges de Saint-Vincent font l'objet d'une agréable promenade au fil de l'eau.

Au départ de l'antenne de Vernet-les-Bains, on atteint la cascade du Saint-Vincent après une heure de marche. L'eau écumante tombe à grand fracas dans un bassin rocheux. L'occasion d'un premier bain... frais ! Encore quinze minutes et nous voilà arrivés à la grande cascade des Anglais. Les embruns de la chute d'eau suffisent à rafraîchir, mais l'eau transparente invite à y tremper les pieds. Compter 2 h 30 à 3 h de marche pour cet itinéraire encaissé de 7 km aller-retour, mais accessible à de jeunes enfants (à partir de 5 ans) bien chaussés et motivés. Attention : entre octobre et avril, le sentier des Cascades est fermé par arrêté municipal.

Départ de l'antenne de Vernet-les-Bains.



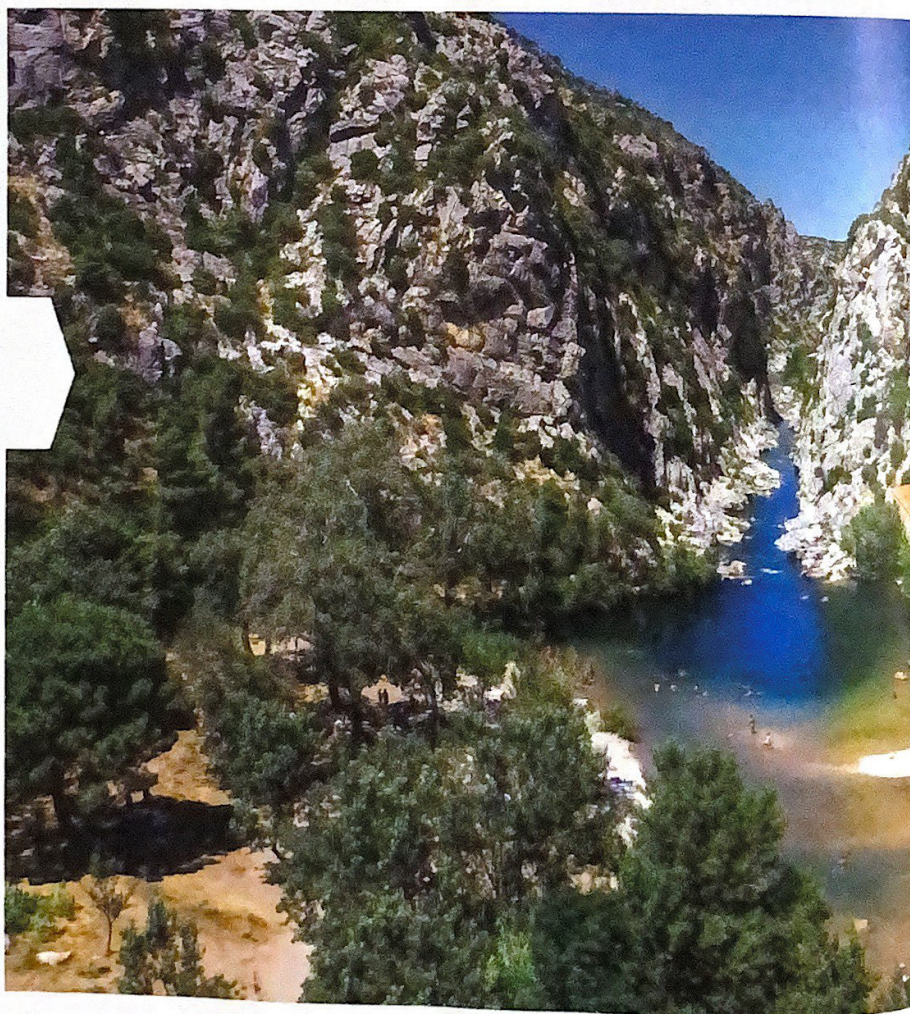
LES GORGES DE GOULEYROUS

Le Verdoble est une rivière sauvage qui a taillé la roche entre Tautavel et Vingrau pour donner les spectaculaires gorges de Gouleyrous. Ici vivait l'homme de Tautavel, un Homo erectus dont le crâne daté de - 450 000 ans a été

découvert dans une grotte en aplomb de la rivière.

Le site est splendide : un bassin de jade face aux étroites falaises de calcaire. La baignade est interdite mais rien ne vous empêche d'y faire une pause pique-nique et de passer une journée contemplative en symbiose avec les lézards ocellés occupés à bronzer sur les parois.

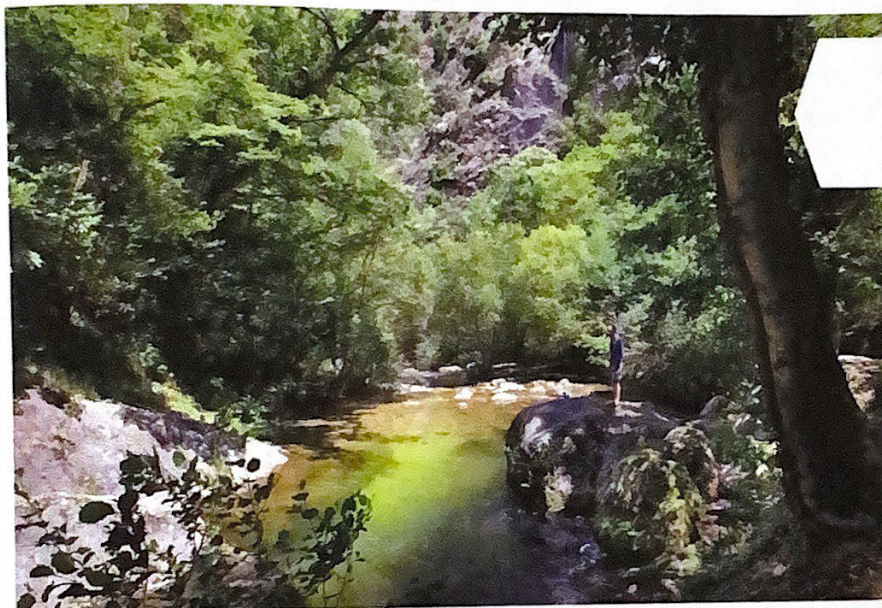
À 3 km de Tautavel, entre Tautavel et Vingrau.



LES CRIQUES DU CAP BÉAR

Côté mer, le littoral ne se résume pas aux longues (et parfois monotones) plages de sable d'Argelès ou de Barcarès. Sur la côte Vermeille, entre le cap Béar et le site de Paulilles, un sentier de randonnée chemine le long de la côte rocheuse, croisant une série de criques toutes plus adorables les unes que les autres. On s'y baigne seul ou presque ! À peine séchés, on reprend le chemin bordé de romarin, de figuiers de barbarie et d'agaves jusqu'à la prochaine crique secrète... L'eau est particulièrement pure puisqu'on s'ébat dans le parc naturel marin du golfe du Lion. Sentier balisé jaune. Compter 1 h à pied.

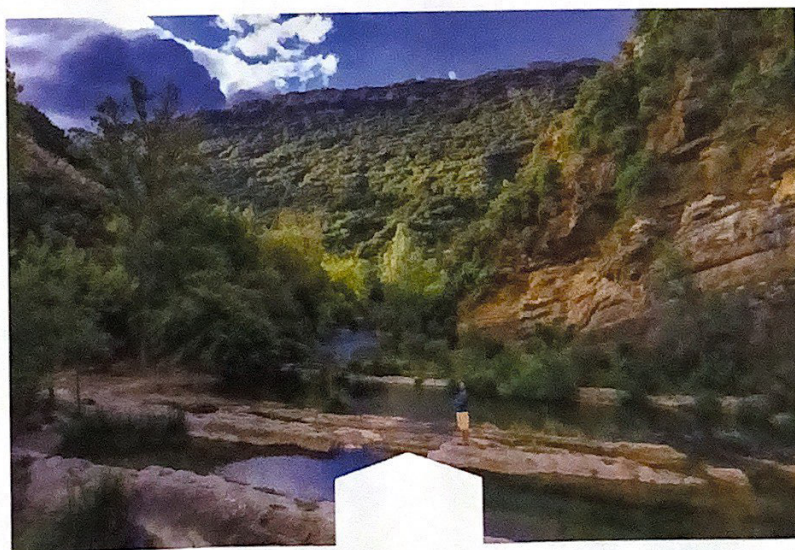
Départ du cap Béar, à 5 km de Port-Vendres.



LA ROTJA

Non loin de Vernet-les-Bains, à Sahorre, les locaux ont l'habitude de se baigner dans la Rotja. Après 1 km en direction de Py, une aire de pique-nique donne sur un bassin large et profond, couleur menthe à l'eau. La rivière cascade parmi les rochers, mousse dans les marmites et transforme les chaudrons en jacuzzi. Une balançoire suspendue à la branche d'un châtaignier offre de délicieux plongeurs.

À 1 km de Sahorre.



LES GORGES DU VERDOUBLE

Dans les Hautes-Corbières, les châteaux du pays cathare s'accrochent aux sommets des crêtes déchiquetées. Aux heures chaudes de l'été, il faut se réfugier au bas de ces falaises pour trouver un peu de fraîcheur. Non loin du château de Peyreperouse, en

contrebas du village de Duilhac-sous-Peyreperouse, les cascades du moulin de Ribaute offrent un décor idyllique : en amont du vieux moulin, le Verdoble se faufile dans un étroit corridor rocheux, se déverse dans des vasques, des baignoires naturelles, un bassin entouré de

joncs... Les falaises entourées de garrigue, le parfum du romarin et le ballet des hirondelles ajoutent au charme du lieu. Mieux vaut venir le matin ou en fin de journée pour éviter l'affluence.

Lieu-dit Moulin de Ribaute, à 2,5 km de Duilhac-sous-Peyreperouse.