

CARNET DE VOYAGE

CHEMIN DES BONSHOMMES

GR®107

© Oscar Rodbag - Ariège Pyrénées Tourisme



Sur les traces des Cathares
www.chemindesbonshommes.com

Nom Name Nombre

Adresse Adress Dirección

Commune City Ciudad

Pays Country País

Avoir les bons réflexes en randonnée

Have good reflexes
when hiking

Tener buenos reflejos
en el senderismo



ariegepyrenees.com

Un signalement sur l'itinéraire ?

Is there a problem with
the itinerary?

¿Algún problema con
el itinerario?



sentinelles.sportsdenature.fr



FOIX



ROQUEFIXADE



MONTSÉGUR



COMUS



ORLU



MÉRENS-LES-VALS



PORTA



VILIELLA



**BELLVER
DE CERDANYA**



BAGÀ



GÓSOL



BERGA



ICI, FAITES APPOSER LEURS TAMPONS AUX HÉBERGEMENTS ET OFFICES DE TOURISME

Envoyez une photo du carnet complété à rando@ariegepyrenees.com pour recevoir l'écusson du Chemin des Bonshommes à broder sur votre sac à dos.



AQUÍ, HACE COLOCAR SUS SELLOS A LOS ALOJAMIENTOS Y OFFICINAS DE TURISMO

Envía una foto del cuaderno completado a rando@ariegepyrenees.com para recibir el escudo del Camí dels Bons Homes para bordar en tu mochila.



HERE, THE ACCOMMODATIONS AND TOURIST OFFICES APPLY THEIR STAMPS

Send a picture of the completed travel journal to rando@ariegepyrenees.com to receive the Chemin des Bonshommes patch to embroider on your backpack.



FOIX

POINT DE DÉPART DU GR®107

À Foix, le départ du Chemin des Bonshommes s'inscrit dans un décor médiéval encore très présent. Les ruelles anciennes, les maisons de pierre et les petites places rappellent l'histoire de la cité. Au-dessus de la ville, le Château de Foix domine la vallée depuis le XIIe siècle. Il marque le point de départ d'un chemin chargé de mémoire.



ÉTAPE 1

De _____ à _____

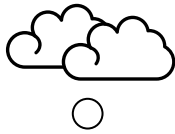
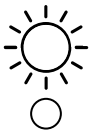
Distance : _____ Km

Durée : _____ h _____

Dénivelé + : _____ m

Dénivelé - : _____ m

Hébergement choisi : _____



NOTES : _____



ÉTAPE 2

De _____ à _____

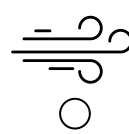
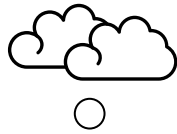
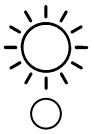
Distance : _____ Km

Durée : _____ h _____

Dénivelé + : _____ m

Dénivelé - : _____ m

Hébergement choisi : _____



NOTES : _____



MONTSÉGUR

GRAND SITE DE FRANCE

Montségur, haut lieu de l'histoire cathare, marque l'un des passages les plus emblématiques du GR®107. Dominant les vallées ariégeoises, son château perché, labellisé Grand Site de France en 2026, offre une étape forte en émotions et en panoramas. Entre mémoire, silence et paysages grandioses, Montségur incarne l'âme du chemin et invite le marcheur à une pause hors du temps.



ÉTAPE 3

De _____ à _____

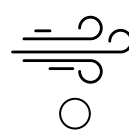
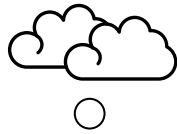
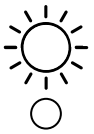
Distance : _____ Km

Durée : _____ h _____

Dénivelé + : _____ m

Dénivelé - : _____ m

Hébergement choisi : _____



NOTES : _____



ÉTAPE 4

De _____ à _____

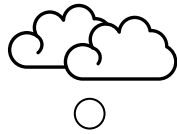
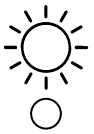
Distance : _____ Km

Durée : _____ h _____

Dénivelé + : _____ m

Dénivelé - : _____ m

Hébergement choisi : _____



NOTES : _____



ÉTAPE 5

De _____ à _____

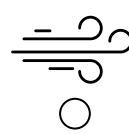
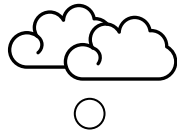
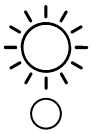
Distance : _____ Km

Durée : _____ h _____

Dénivelé + : _____ m

Dénivelé - : _____ m

Hébergement choisi : _____



NOTES : _____



LA DENT D'ORLU

SOMMET PYRÉNÉEN

Sommet emblématique de la haute vallée de l'Oriège. C'est le repère naturel pour les voyageurs et les habitants, elle accompagne le Chemin des Bonshommes dans un paysage de forêts et d'estives où se mêlent usages pastoraux, légendes locales et mémoire des passages. Sa silhouette marque le regard au fil des sentiers.



ÉTAPE 6

De _____ à _____

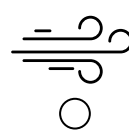
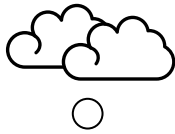
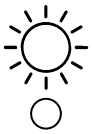
Distance : _____ Km

Durée : _____ h _____

Dénivelé + : _____ m

Dénivelé - : _____ m

Hébergement choisi : _____



NOTES : _____



ÉTAPE 7

De _____ à _____

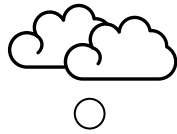
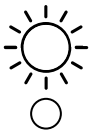
Distance : _____ Km

Durée : _____ h _____

Dénivelé + : _____ m

Dénivelé - : _____ m

Hébergement choisi : _____



NOTES : _____



ÉTAPE 8

De _____ à _____

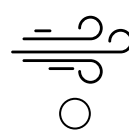
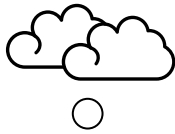
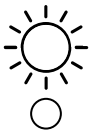
Distance : _____ Km

Durée : _____ h _____

Dénivelé + : _____ m

Dénivelé - : _____ m

Hébergement choisi : _____



NOTES : _____



ÉTAPE 9

De _____ à _____

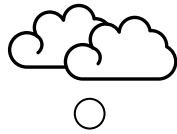
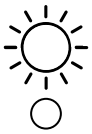
Distance : _____ Km

Durée : _____ h _____

Dénivelé + : _____ m

Dénivelé - : _____ m

Hébergement choisi : _____



NOTES : _____



PORTELLA BLANCA

COL TRANSFRONTALIER

La Portella Blanca, point de passage emblématique à 2 517 m d'altitude, marque la haute montagne du GR®107 et la frontière naturelle entre la France, l'Andorre et l'Espagne. Ce col minéral et sauvage offre aux marcheurs un moment de grandeur et de liberté, au cœur des paysages pyrénéens les plus spectaculaires du chemin.



ÉTAPE 10

De _____ à _____

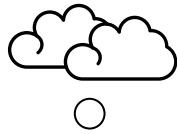
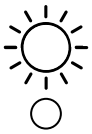
Distance : _____ Km

Durée : _____ h _____

Dénivelé + : _____ m

Dénivelé - : _____ m

Hébergement choisi : _____



NOTES : _____



ÉTAPE 11

De _____ à _____

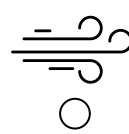
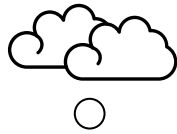
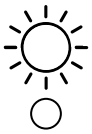
Distance : _____ Km

Durée : _____ h _____

Dénivelé + : _____ m

Dénivelé - : _____ m

Hébergement choisi : _____



NOTES : _____



ÉTAPE 12

De _____ à _____

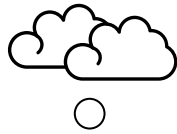
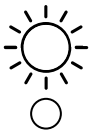
Distance : _____ Km

Durée : _____ h _____

Dénivelé + : _____ m

Dénivelé - : _____ m

Hébergement choisi : _____



NOTES : _____



BERGA

SANCTUAIRE DE QUERALT

Berga marque l'aboutissement du Chemin des Bonshommes en plein cœur de la Catalogne. Sur les hauteurs de la ville, le sanctuaire de Queralt domine la vallée. Lieu de pèlerinage ancien et repère pour les voyageurs. C'est un point d'arrivée simple et symbolique, tourné vers les montagnes franchies et l'histoire traversée le long du chemin.



ÉTAPE 13

De _____ à _____

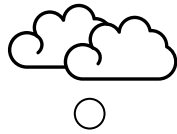
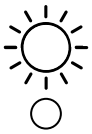
Distance : _____ Km

Durée : _____ h _____

Dénivelé + : _____ m

Dénivelé - : _____ m

Hébergement choisi : _____



NOTES : _____



13 JOURS

D'ITINÉRA
AU COEUR DES PYRÉNÉES

MON ÉTAPE PRÉFÉRÉE

MY FAVORITE STEP
MI ETAPA FAVORITA

MON HÉBERGEMENT COUP DE COEUR

MY FAVORITE ACCOMMODATION
MI ALOJAMIENTO FAVORITO

MON REPAS PRÉFÉRÉ

MY FAVORITE MEAL
MI COMIDA FAVORITA

MON ANECDOTE INOUBLIABLE

MY BEST ANECDOTE

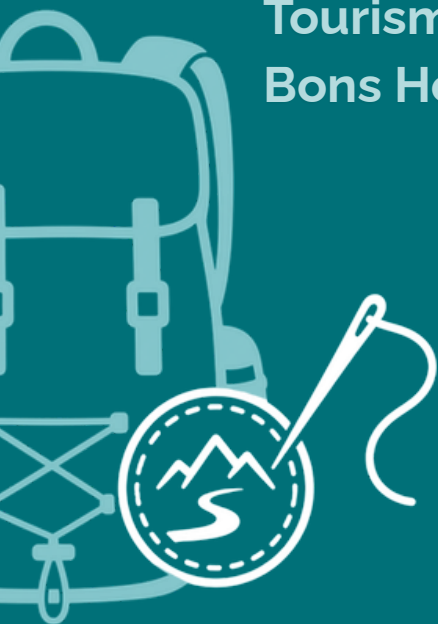
MI MEJOR ANÉCDOTA



FR Munissez-vous de votre carnet de route et faites-le tamponner dans les hébergements ou dans les offices de tourisme. Une fois le carnet complété, Ariège Pyrénées Tourisme vous remettra l'écusson du Chemin des Bonshommes à broder sur votre sac à dos.

EN Take your logbook and have it stamped at yours accomodations or tourist information offices. Once the booklet is completed, Ariège Pyrénées Tourisme will give you the patch of the Chemin des Bonshommes to embroider on your backpack.

ESP Equípese con su cuaderno de ruta y hágalo sellar en los alojamientos o oficinas de turismo. Una vez completado el cuaderno, Ariège Pyrénées Tourisme le entregará el escudo del Cami dels Bons Homes para bordar en su mochila.



ARIÈGE PYRÉNÉES
LIBRE D'AVENTURES

rando@ariegepyrenees.com
ARIEGEPYRENEES.COM