

RECOMMANDATIONS

Vous êtes en vacances, la montagne vous est ouverte, elle est belle, accueillante, cependant vous devez la respecter et prendre quelques précautions :

► Votre équipement

- De bonnes chaussures de marche et un sac à dos.
- Des vêtements contre le froid et la pluie.
- Une gourde et de la nourriture.
- Des lunettes de soleil, de la crème solaire, un chapeau ou une casquette.
- Cartes IGN Top25 - 2047ET, 2147ET, carte Rando-Éditions n° 7 1/50 000^o Haute-Ariège; et un topo-guide, voire une boussole et... un sifflet.
- Une petite pharmacie.
- Du petit matériel : sparadrap, couteau de poche, pince à tiques, spray anti-moustique, allumettes, poches plastiques.

► Respectez la montagne

- N'effrayez pas les troupeaux.
- Tenez vos chiens en laisse en zone d'estives.
- Refermez les barrières après votre passage.
- Un petit effort : redescendez tous vos déchets et évitez toute cueillette...

► SÉCURITÉ ET SECOURS

SAMU, gendarmerie, pompiers : **112** (appel centralisé)
Gendarmerie Nationale : **05 61 05 60 17** ou le **17**
Gendarmerie de haute-montagne (Savignac les Ormeaux) : **05 61 64 22 58**
Météo montagne : **32 50** (2,99€ TTC + prix appel local)

► Et aussi...

- Prévenez toujours quelqu'un de votre itinéraire.
- En cas d'orage, évitez de rester en crête, sous les abris rocheux; éloignez le matériel métallique que vous possédez et restez à découvert à genoux.
- Faites attention aux tiques : portez des vêtements, munissez-vous d'une pince à tique et prévenez votre médecin si une inflammation apparaît.
- Essayez de partir avec la fraîcheur matinale.
- Équilibrez votre sac, évitez de mettre les charges lourdes en bas.
- Alimentez-vous et buvez régulièrement.
- Prenez garde aux périodes de chasse (de septembre à mars généralement).
- Utilisez les services d'un guide ou d'un accompagnateur professionnel; il vous expliquera tous les charmes de la montagne, tous les pièges à éviter et tous les itinéraires possibles pour réussir une belle course...

Cette randonnée extraite du topo guide «Balades en Pays de Tarascon» a été éditée par la Communauté de communes du Pays de Tarascon.

Toute reproduction, même partielle est interdite.

Cet itinéraire peut être modifié dans l'avenir, dans ce cas un balisage transitoire est maintenu deux années.

La pratique de la randonnée reste de la responsabilité du randonneur. Les sentiers sont entretenus pour un usage d'avril à octobre.

Il est souhaitable de requérir toutes les informations utiles auprès de :

l'Office de Tourisme des Pyrénées Ariégeoises
Avenue Delcassé – 09110 AX LES THERMES
Tél : 05 61 05 94 94

Site : <https://www.pyrenees-ariegeoises.com>
E-mail : info@pyrenees-ariegeoises.com

PRÉSENTATION

Les circuits proposés sur ce topo-guide sont accessibles à toute personne en forme lorsque les conditions météorologiques sont favorables. Cependant, toute randonnée demande une certaine habitude de l'effort physique, si vous êtes un peu engourdi, débutez par de courtes randonnées !

Soyez prudent, les informations de ce topo-guide ne sont qu'indicatives, vous êtes seul responsable de votre sortie.

► Niveau de difficulté

Le niveau de difficulté des circuits est évalué selon la durée de la randonnée, la dénivellation et la qualité des chemins et les difficultés techniques rencontrées. Nous vous proposons, les niveaux de difficultés utilisés par la FFRP :



Les horaires sont proposés à titre indicatif !

Ils varient selon le randonneur, son entraînement, sa forme, sa charge, la météo, etc. De plus, une marche en groupe ou avec des enfants met en jeu des variables difficilement évaluables. Ainsi précisés, ces horaires permettront de mieux apprécier votre allure et de moduler vos parcours.

Ces durées correspondent à une randonnée à allure moyenne pour un adulte faiblement chargé. Elles sont évaluées en rapport d'une base de 300 mètres de dénivelé par heure en montée, 450 mètres de dénivelé par heure en descente, et 4 km par heure à plat. Bien sûr, elles sont appréciées pour une marche en continu; ni les arrêts ni les pauses ne sont donc comptabilisés dans ces calculs !

► Balisage

Vous trouverez à chaque départ des informations relatives à votre parcours. Des pancartes gravées indiqueront les itinéraires recoupés ou encore les sites à proximité.

Sur le fil du chemin, vous éviterez les directions marquées d'une croix et suivrez le balisage jaune constitué d'un rectangle jaune placé sur les arbres, les poteaux, etc. Sachez que vous pourrez trouver un balisage de tour de pays ou GR10; ceux-ci sont prioritaires sur le balisage jaune local, vous pourrez donc retrouver deux types de balisage sur votre itinéraire.

Le tableau ci-dessous vous éclairera sur les marquages* que vous serez amenés à trouver sur le chemin :

	PR ^o	GR de Pays ^o	GR ^o
continuité du sentier	—	—	—
changement de direction	F	F	F
mauvaise direction	X	X	X

* Les signes de couleur ci-dessus sont des marques conventionnées et utilisées par la FFRP. Contacter l'autorité compétente pour tout balisage.

Topo-guide des Pyrénées Ariégeoises Balades en Pays de Tarascon

Autour du Château de Miglos



ARIÈGE
Libres comme l'Air

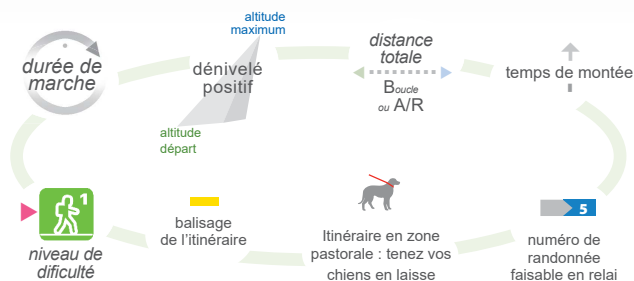
PAYS
DE TARASCON
Communauté de communes

PYRÉNÉES
ARIÉGOISES

Pour bien utiliser cette fiche :

Le Col de la ...

n°



Balisés présentes sur le terrain (calés sur le descriptif)

Correspond aux repères situés sur la carte, page de gauche

couillade. De l'autre côté de la vallée vous voyez le haut randos n°9 et 19).
1 20 min. - Vous êtes au pied du **château de Miglos** (775 m) effort. Mais de la route, 25 m après la rupture de pente, il raide à droite, semble inverser la tendance. L'illusion est descend rapidement en ouvrant une vue sur Niaux. Peu

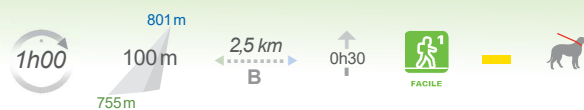


PETIT LEXIQUE

Artigue : pâturage, terres défrichées
Bac-baga : ubac
Borde : grange, ferme
Cairn : repère formé de pierres entassées
Corral : enclos à bétail
Cortal : abri pastoral
Couillade : forme molle en creux, large col
Coume : vallon étroit, pentu
Estan, estany : étang, lac
Estibe : pâturage
Estives : pâturages d'altitudes
Font, Fount : source, fontaine
Gispet : herbe ronde glissante

Jasse : herbage plat
Lacquel, lacquet : petit étang
Orri : basse cabane de pierre
Pla, plan : terrain assez plat
Port, porteille : col fréquenté
Prat, pradère : pré
Rio, riu : cours d'eau
Sarrat, serre, sierra : chaînon de montagne
Soulat, soulane, souleihan, adret : versant ensoleillé
Thalweg, talweg : ligne joignant les points les plus bas ; fond de vallée, souvent emprunté par les cours d'eau.

Autour du château de Miglos



Le château féodal de Miglos, lié à l'histoire cathare, dresse d'imposantes ruines visibles du bas de la Vallée de Vicdessos. L'Association des Amis du Château de Miglos a conçu ce sentier d'interprétation qui sera l'occasion de visiter le site historique. Vous pouvez aussi consulter le site : chateau-miglos.fr pour avoir toute l'actualité du château.

Accès routier : prenez au sud de Tarascon la D8 vers Vicdessos. A la fin du village de Niaux, tournez à gauche après l'église, ensuite à droite sur la D156. Passez Baychon. A l'entrée d'Arquizat, gardez-vous à droite sur le parking.

ITINÉRAIRE

D Du **parking à l'entrée d'Arquizat** (755 m) coupez la D156. En face, prenez la voie qui monte en douceur à droite. Dans le village, la rue Qua Toureil vous amène sur le parvis de l'église d'Arquizat. Redescendez sur la D156, avancez à peine et prenez à droite la D256 qui descend vers Capoulet. Après 300 m...

1 15 min. - ... vous êtes au **Castèlh** (à votre droite). Demeure charmante et modeste *château* qui fut la dernière demeure des châtelains de Miglos. Juste après celui-ci, à droite, laissez la chaussée pour le sentier qui monte au nord. Il revient N.-O. puis avance à flanc en offrant parfois une belle vue en perspective sur la vallée de Vicdessos.

2 35 min. - Vous êtes déjà au pied du **château de Miglos**. C'est d'ailleurs le moment de vous approcher du fameux "Castro de Miglos". Ceci fait, revenez un peu en arrière et descendez à l'aire de pique-nique en bordure de la D156. Dépassez l'aire et joignez son bord nord : plongez alors en sous-bois vers le sentier. Un lacet à droite vous remonte sur la Départementale. Traversez-la et visez l'abrupt sentier logé dans le talus. Le petit *rampailou* du sentier de Baychon effectué, avancez un peu. Vous laissez vite le sentier de Baychon pour virer à droite, au sud vers le village. Au sommet du raidillon vous êtes au faite de votre marche (801 m) et vous sortez du bois. Le sentier se décale vers un muret et continue à flanc. Il descend, remonte un peu et glisse jusqu'aux abords du cimetière. Vous rejoignez la D156 et, à gauche, vous retrouvez bien vite...

A 1h00 - ... le **parking à l'entrée d'Arquizat** ...

L'Association des Amis du Château de Miglos est à l'initiative de ce sentier d'interprétation. Il a été réalisé en partenariat avec la Mairie de Miglos, la Communauté de Communes du Pays de Tarascon, le Département de l'Ariège et la Région Occitanie. Des panneaux didactiques jalonnent le parcours.

L'un d'entre eux concerne l'édifice classé qu'est l'église Saint-Hilaire d'Arquizat. Un autre évoque l'abbé Saury, curé de Miglos entre 1880 et 1906, compositeur de « Ariéjo moun país » qui au fil des décennies est devenu l'hymne de l'Ariège. Plus loin, est distingué le Roc de l'Andourra. Surmonté d'une croix, cet énorme bloc de granite est chargé de traditions et de légendes...

Le Castèlh n'est pas oublié : *ferme-château*, dernière résidence des barons de Miglos, il fut saccagé et pillé en 1830. Cet événement est à rattacher à la « Guerre des demoiselles », célèbre rébellion paysanne des Ariégeois contre la nouvelle réglementation du code forestier de 1827.



Le château de Miglos

Le château de Miglos dresse ses imposantes ruines sur un éperon calcaire choisi pour sa position stratégique dans la vallée du Vicdessos.

Les vestiges actuels montrent sa parfaite insertion sur le relief. Ils dénotent une facture du XIV^{ème} siècle, mais une forteresse existait déjà sur le site.

A la fin du XI^{ème} l'église, les droits du cimetière, les dîmes appartiennent à l'abbaye de Saint Sermin de Toulouse. Le *Castra de Mereglos* est notamment mentionné en 1213 comme fortifications du Comté de Foix.



Au milieu du XIII^{ème} siècle, le seigneur du lieu, Arnaud de Miglos, s'est signalé comme partisan de la cause cathare. Dans la confession du 24 mai 1244 qu'il fait aux inquisiteurs, il déclare avoir cru en la parole des « Parfaits » dont certains étaient venus en son château. Il avoue également avoir fait parvenir à Pierre Roger de Mirepoix défenseur du siège de Montségur, douze cordes pour une pierrière, deux frondes pour une baliste et une arbalète. Pour cela, il fut enfermé dans les cachots de Carcassonne. Il sera néanmoins rendu à la liberté en 1248 sous ordre donné au Pape Innocent IV.

La famille de Miglos est dépossédée de sa seigneurie au début du XIV^{ème} au profit des seigneurs de Son. Peut être, à cause de son accointance avec l'Hérésie cathare qui reprit vigueur dans nos contrées après 1300.

La donation de la vallée et du château fut scellée en 1311 par le Comte de Foix, Gaston 1^{er}. Par la suite, le château aurait été incendié en 1792 lors de la tourmente révolutionnaire. Mais l'acte fut surtout symbolique car il était déjà en ruines. En effet, le baron Jean-Louis de Montaut est installé depuis de nombreuses années dans son *château-ferme* sous le village d'Arquizat.

Classé Monument Historique en 1987, il est désormais propriété du Département de l'Ariège. Des travaux de cristallisation ont permis la réhabilitation du donjon et de la tour nord-ouest. Vous y trouverez une table d'orientation au pied d'un beau panorama sur la vallée du Vicdessos et la grotte de Niaux.