

Canal du Midi & Camargue

→ Guide de navigation

Cher(e)s Capitaines, nous avons tracé les plus belles étapes, il ne vous reste qu'à choisir votre rythme !



SOMMAIRE

1. Nos **suggestions** de **parcours** (selon vos bases de départ) - p.4 à 22
2. **Itinéraires détaillés** selon les **directions** - p.23 à 26
3. Informations pratiques **écluses** - p.27 à 29
4. Découvrez vos **escales** - p.30 à 59

Votre itinéraire au départ de votre base de :

ARGENS-MINERVOIS (p.6-7-8)

NEGRA (p.9-10-11)

BRAM (p.12-13-14)

LATTES (p.15-16-17)

Pour créer votre propre itinéraire, installez l’appli NAVI VNF !

Services disponibles sur nos bases :

- Eau potable
- Borne d’électricité
- Laverie
- WC
- Douches
- Quai d’amarrage
- Point de collecte de déchets
- Point d’information
- Restaurants/épiceries/boulangeries

Vous partez de...

ARGENS-MINERVOIS



Suggestions de parcours pour 7 NUITS



Aller-retour : 2 directions possibles

Base de départ	Direction	Jour 2	Jour 3	Jour 4	Jour 5	Jour 6	Base de retour
Argens-Minervois	***Est***	Capestang	Beziers (demi-tour)	Capestang	Narbonne (demi-tour)	Le Somail	**Argens-Minervois**
	Ouest	La Redorte	Trèbes	Carcassonne (demi-tour)	Marseillette	Homps	

Aller simple : 3 directions possibles

Base de départ	Direction	Jour 2	Jour 3	Jour 4	Jour 5	Jour 6	Base de retour
Argens-Minervois	***Ouest***	Marseillette	Carcassonne	Bram	Castelnaudary	Port Lauragais	**Negra**
		Capestang	Argens-Minervois	Trèbes	Carcassonne	Carcassonne	**Bram**
	Est	Le Somail	Beziers	Agde	Frontignan	Aigues-Mortes	**Lattes**

Suggestions de parcours pour 3 À 6 NUITS



Base de départ (Jour 1)	Direction	Jour 2	Jour 3	Jour 4	Jour 5	Base de retour (Dernier jour)
Argens-Minervois	*Est*	Capestang				Argens-Minervois
	Ouest	La Redorte				
	Est	Sallèles d'Aude (demi-tour)	Le Somail			
	Est	Capestang (demi-tour)	Le Somail			
	Ouest	La Redorte	Carcassonne (demi-tour)	La Redorte		
	Est	Capestang	Béziers (demi-tour)	Capestang		
	Ouest	La Redorte	Carcassonne (demi-tour)	Trèbes	La Redorte	
	Est	Capestang	Sallèles d'Aude	Narbonne (demi-tour)	Le Somail	

ACCÈS BASE ARGENS-MINERVOIS :

- **Port Occitanie, Argens-Minervois, FR 11200**
- **argens-minervois@locaboat.com**
- **+ 33 (0) 4 68 27 03 33**
- N 43°14’26.524 E 02°46’06.217

- Aéroport de **Carcassonne-Salvaza** (52 km)
- Aéroport de **Perpignan-Rivesaltes** (89 km)
- Aéroport de **Montpellier-Méditérranée** (122 km)
- Aéroport de **Toulouse-Blagnac** (146 km)

- De l’Ouest / Sud : **A61 – E80** sortie 25 Lézignan-Corbières, puis **D611** direction Lézignan- Corbières et Homps (9 km). Après Sérame prendre à droite la **D424** direction Argens- Minervois.
- De l’Est / Nord : **A9** sortie 38 Narbonne Sud, puis **D6009** et **D6113** direction Carcassonne / Lézignan Corbières puis Olonzac. A l’entrée de Villedaigne tournez à droite sur la **D11** (28 km). Après Sérame prendre à droite la **D424** direction Argens Minervois.

- Gare de **Lézignan-Corbières** (6 km)
- Gare TGV de **Narbonne** (23 km)

Plus d'informations sur : www.penichette.com

Vous partez de...

NEGRA



Suggestions de parcours pour 7 NUITS



2 types d'écluses : écluses mécanisées/électriques avec éclusier et écluses automatiques (sans éclusier).

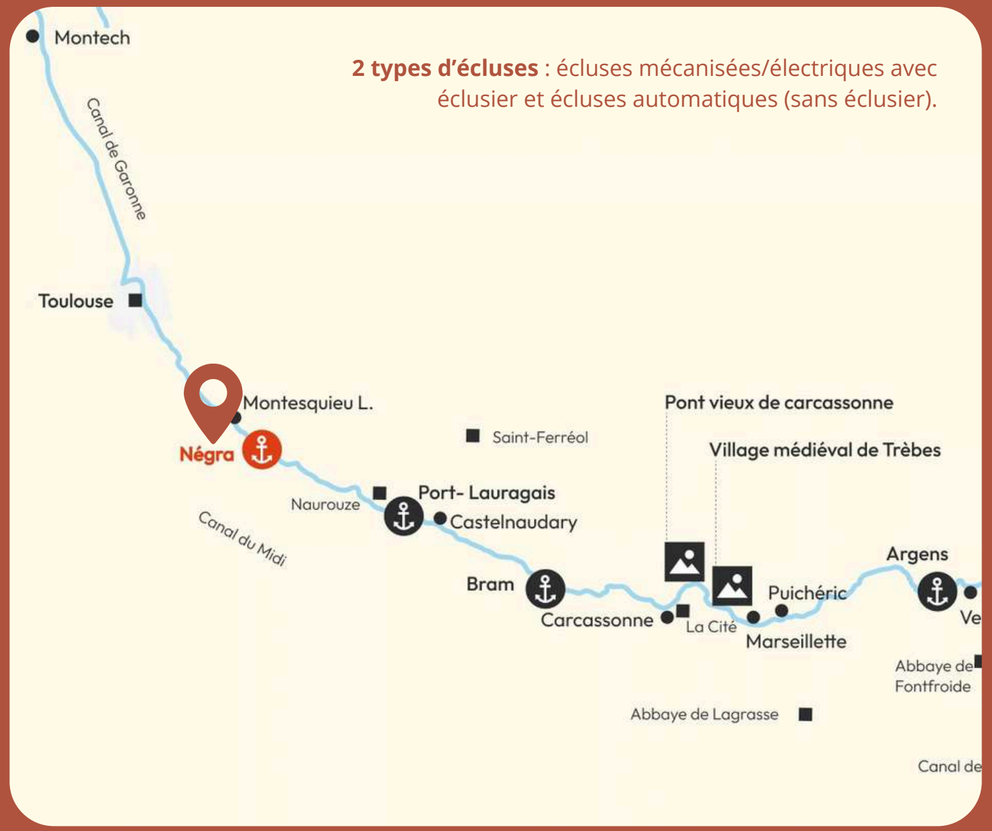
Aller-retour : 2 directions possibles

Base de départ	Direction	Jour 2	Jour 3	Jour 4	Jour 5	Jour 6	Base de retour
Negra	***Est***	La Bastide d'Anjou	Ecluse du Roc	Villepinte	Carcassonne (demi-tour)	Bram	**Negra**
	Ouest	Toulouse	St Jory	Montech (demi-tour)	Lespinasse	Ramonville St Agne	

Aller simple : 1 direction possible

Base de départ	Direction	Jour 2	Jour 3	Jour 4	Jour 5	Jour 6	Base de retour
Negra	***Est***	Col de Naurouze	Castelnaudary	Bram	Carcassonne	Marseillette	**Argens**

Suggestions de parcours pour 3 À 6 NUITS



Base de départ (Jour 1)	Direction	Jour 2	Jour 3	Jour 4	Jour 5	Base de retour (Dernier jour)
Negra	*Ouest*	Toulouse				Negra
	Est	La Bastide d'Anjou				
	Ouest	Toulouse	Grisolles (demi-tour)			
	Est	La Bastide d'Anjou	Castelnaudary (demi-tour)			
	Ouest	Grisolles	Montech (demi-tour)	Toulouse		
	Est	Col de Naurouze	Castelnaudary (demi-tour)	Gardouch		
	Est	Col de Naurouze	Castelnaudary	Bram (demi-tour)	Castelnaudary	

ACCÈS BASE NEGRA :

- **10 Rue de Villenouvelle – Écluse de Négra, Montesquieu-Lauragais, FR 31450**
- **negra@locaboat.com**
- **+ 33 (0) 5 61 81 36 40**
- N 43°25’04.53 E 01°38’28.39

- Aéroport de **Toulouse-Blagnac** (47 km)
- Aéroport de **Carcassonne- Salvaza** (64 km)

- **A61**
- **E80** sortie N°20 Villefranche-de-Lauragais.
- Au rond point, suivez dir. Gardouch (**D622**).
- À Gardouch, tournez à droite sur la **D16** dir. Montesquieu Lauragais.
- Après 5 km, tournez à droite sur la **D11** dir. Écluse en Négra.
- La base se trouve à l’écluse.

- Gare de **Villefranche-Lauragais** (8 km)
- Gare TGV de **Toulouse** (40 km)

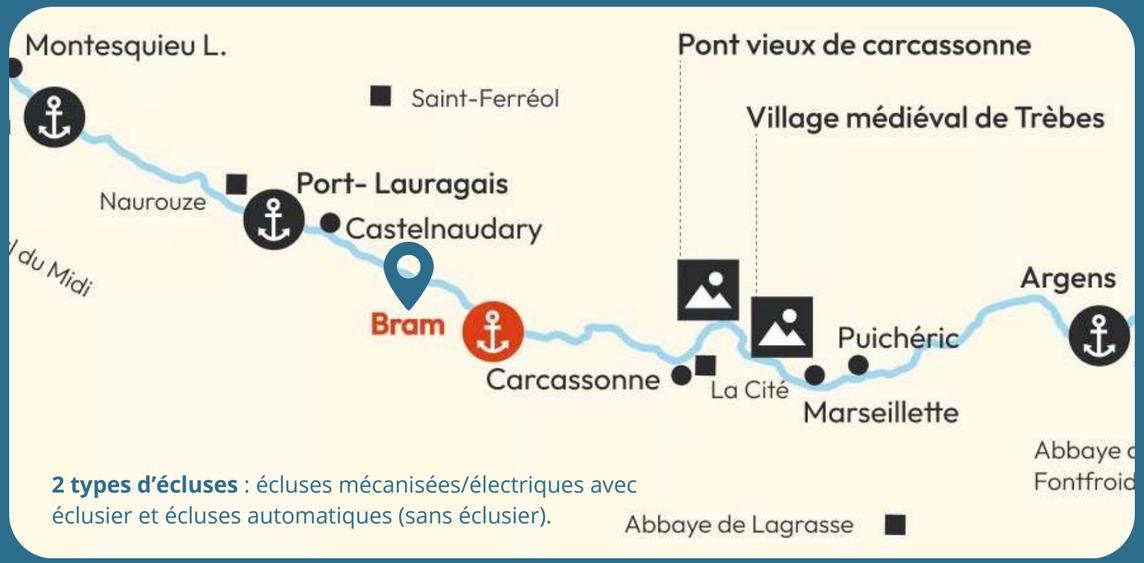
Plus d'informations sur : www.penichette.com

Vous partez de...

BRAM



Suggestions de parcours pour 7 NUITS



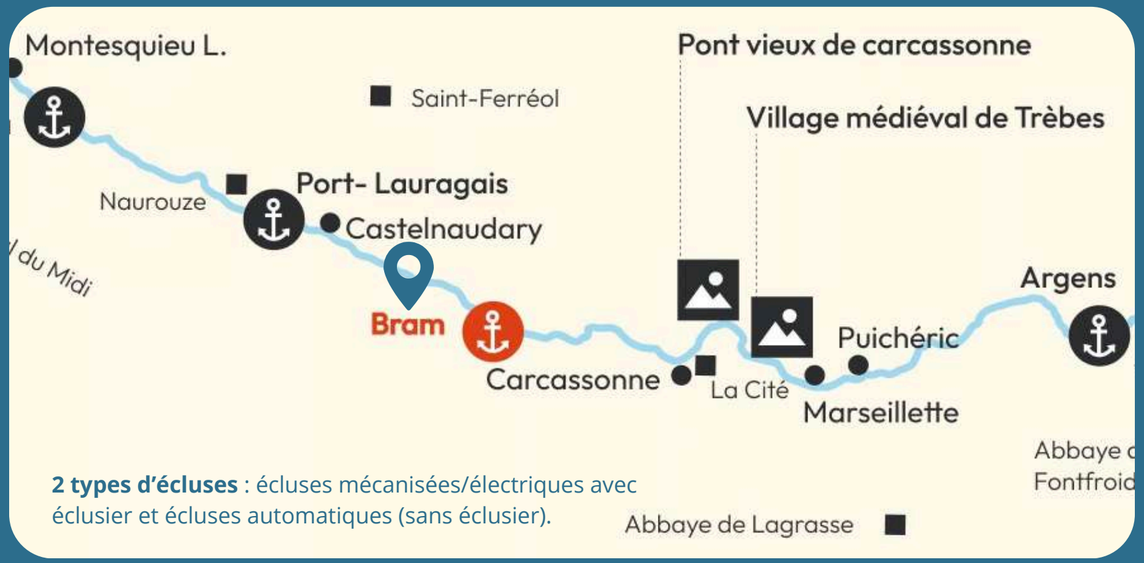
Aller-retour : 2 directions possibles

Base de départ	Direction	Jour 2	Jour 3	Jour 4	Jour 5	Jour 6	Base de retour
Bram	***Est***	Carcassonne	Trèbes	Homps (demi-tour)	Marseillette	Carcassonne	**Bram**
	Ouest	Castelnaudary	Port Lauragais	Négra (demi-tour)	Port Lauragais	Castelnaudary	

Aller simple : 2 directions possibles

Base de départ	Direction	Jour 2	Jour 3	Jour 4	Jour 5	Jour 6	Base de retour
Bram	***Est***	Carcassonne	Trèbes	La Redorte	Argens-minervois	Capestang (demi-tour)	**Argens-minervois**
Bram	***Ouest***	Castelnaudary	Port Lauragais	Négra	Toulouse	Toulouse (demi-tour)	**Négra**

Suggestions de parcours pour 3 À 6 NUITS



2 types d'écluses : écluses mécanisées/électriques avec éclusier et écluses automatiques (sans éclusier).

Base de départ (Jour 1)	Direction	Jour 2	Jour 3	Jour 4	Jour 5	Base de retour (Dernier jour)
Bram	*Est*	Carcassonne				Bram
	Ouest	Castelnaudary				
	Est	Carcassonne	Trèbes (demi-tour) puis Carcassonne			
	Est	Trèbes (demi-tour)	Carcassonne			
	Est	Carcassonne	Trèbes (demi-tour)	Carcassonne		
	Ouest	Castelnaudary	Port Lauragais (demi-tour)	Castelnaudary		
	Est	Carcassonne	Trèbes	Marseillette (demi-tour)	Carcassonne	

ACCÈS BASE BRAM :



- **Port de Bram, Bram, FR 11150**
- **bram@locaboat.com**
- **+33 (0)4 68 13 02 38**
- N 43°15’18.37 E 2°7’37.51



- Aéroport de **Carcassonne** (17km)
- Aérodrome de **Castelnaudary-Villeneuve** (20km)
- Aéroport de **Toulouse Blagnac** (84km)



- **A61** « Autoroute des deux mers » sortie directe échangeur n° 22 « Bram »
- **RD6113** (ex. RN 113) : Marseille-Bordeaux
- **RD33** : Carcassonne- Castelnaudary
- **RD4-RD119** : Bram-Mirepoix



- Gare de **Bram** (2km)

Plus d'informations sur : www.penichette.com

Vous partez de...

LATTES



Suggestions de parcours pour 7 NUITS



Aller-retour : 2 directions possibles

Base de départ	Direction	Jour 2	Jour 3	Jour 4	Jour 5	Jour 6	Base de retour
Lattes	***Est***	Carnon	Aigues Mortes	St Gilles	Beaucaire (demi-tour)	Gallician	**Lattes**
	Ouest	Bouzigues	Agde (demi-tour)	Marseillan	Frontignan	Palavas	

Aller simple : 1 direction possible

Base de départ	Direction	Jour 2	Jour 3	Jour 4	Jour 5	Jour 6	Base de retour
Lattes	***Ouest***	Mèze	Agde	Beziers	Le Somail	Homps	**Argens**

Suggestions de parcours pour 3 À 6 NUITS



Base de départ (Jour 1)	Direction	Jour 2	Jour 3	Jour 4	Jour 5	Base de retour (Dernier jour)
Lattes	***Est***	Aigues-Mortes				Lattes
	Ouest	Bouzigues				
	Est	Aigues-Mortes	Gallician (demi-tour)			
	Ouest	Bouzigues	Agde (demi-tour)			
	Est	Aigues-Mortes	Gallician	Carnon (demi-tour)		
	Ouest	Bouzigues	Sète	Marseillan (demi-tour)		
	Est	Aigues-Mortes	Gallician	Beaucaire (demi-tour)	Gallician	
	Ouest	Bouzigues	Sète	Agde	Marseillan (demi-tour)	

ACCÈS BASE LATTES :

- **Port Ariane – Rue de la Capitainerie Lattes, FR 34970**
- **lattes@locaboat.com**
- **+33 (0) 4 67 20 24 12**
- N 43°34’16.07 E 03°53’55.08

- Aéroport **Montpellier-Méditerranée** (6 km)

- Accès **A9-E15-E80** suivre **A709** Montpellier et prendre sortie 30 Montpellier-Sud

- Gare TGV de **Montpellier Saint-Roch** (5 km)
- Gare TGV de **Montpellier Sud de France** (5km)

Plus d'informations sur : www.penichette.com

Itinéraires détaillés
selon les directions

L'Ouest du Canal du Midi

Ouest

Est

Canal du Midi	Distance approximative	Nombre d'écluses
Toulouse (p.32)		
Castanet Tolosan (p.33)	1h35	1
Montgiscard (p.33)	1h40	2
Négra (p.37)	2h	3
Gardouch (p.37)	1h10	2
Villefranche de Lauragais (p.43)	25 min	
Le Col de Naurouze (p.35)	1h15	5
Le Ségala (p.35)	15 min	
Castelnaudary (p.34)	2h35	
Pexiora (p.38)	1h	14
Villepinte (p.38)	30 min	1
Bram (p.39)	1h10	3
Villesèquelande (p.39)	1h20	2
Carcassonne (p.36)	1h20	4
Trèbes (p.46)	1h20	6
Millepetit	1h20	3
Marseillette (p.46)	1h20	
Puichéric (p.41)	1h20	8
La Redorte (p.41)	1h20	2
Homps (p.42)	1h20	1
Argens Minervois (p.43)	1h20	4



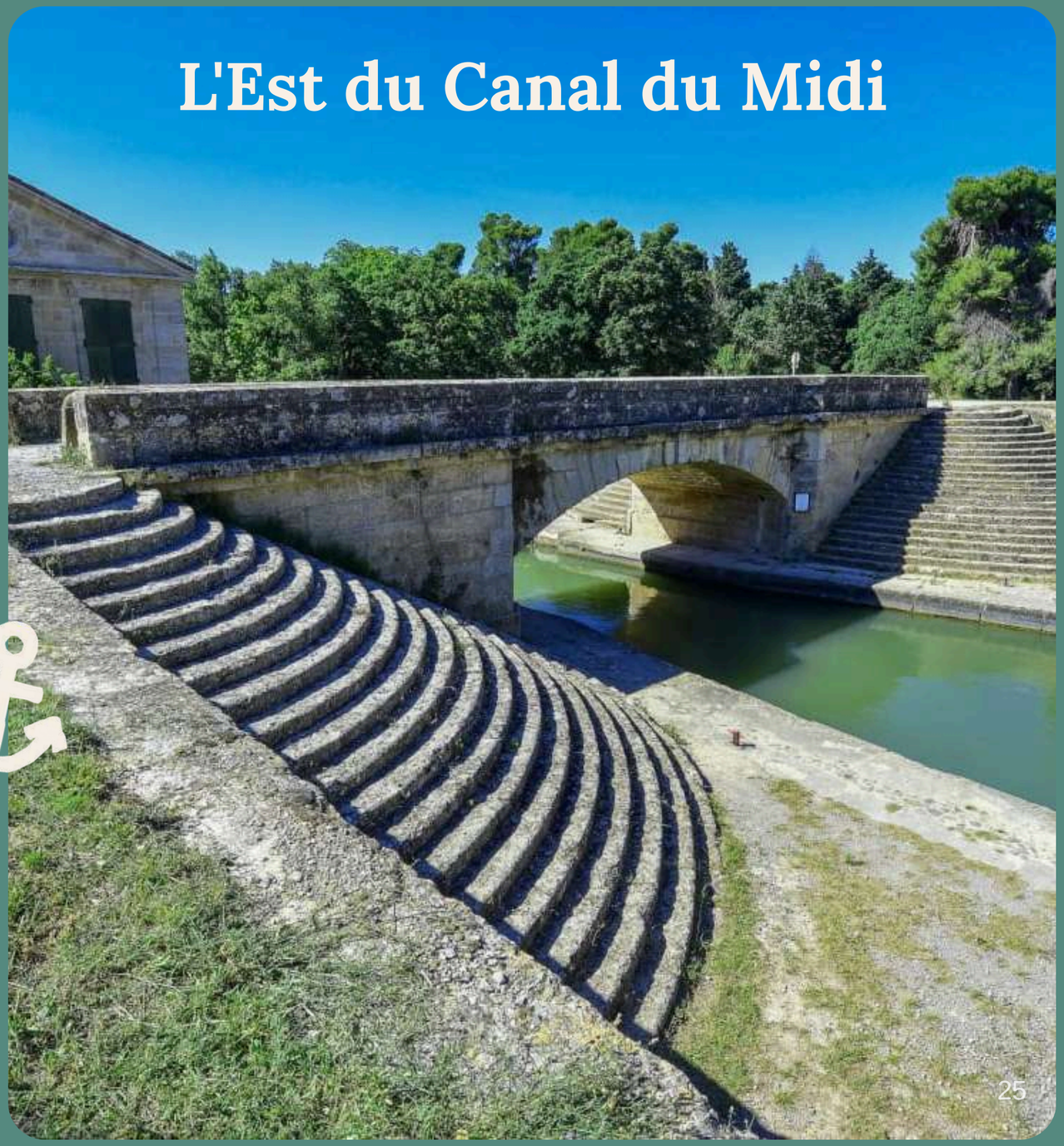
L'Est du Canal du Midi

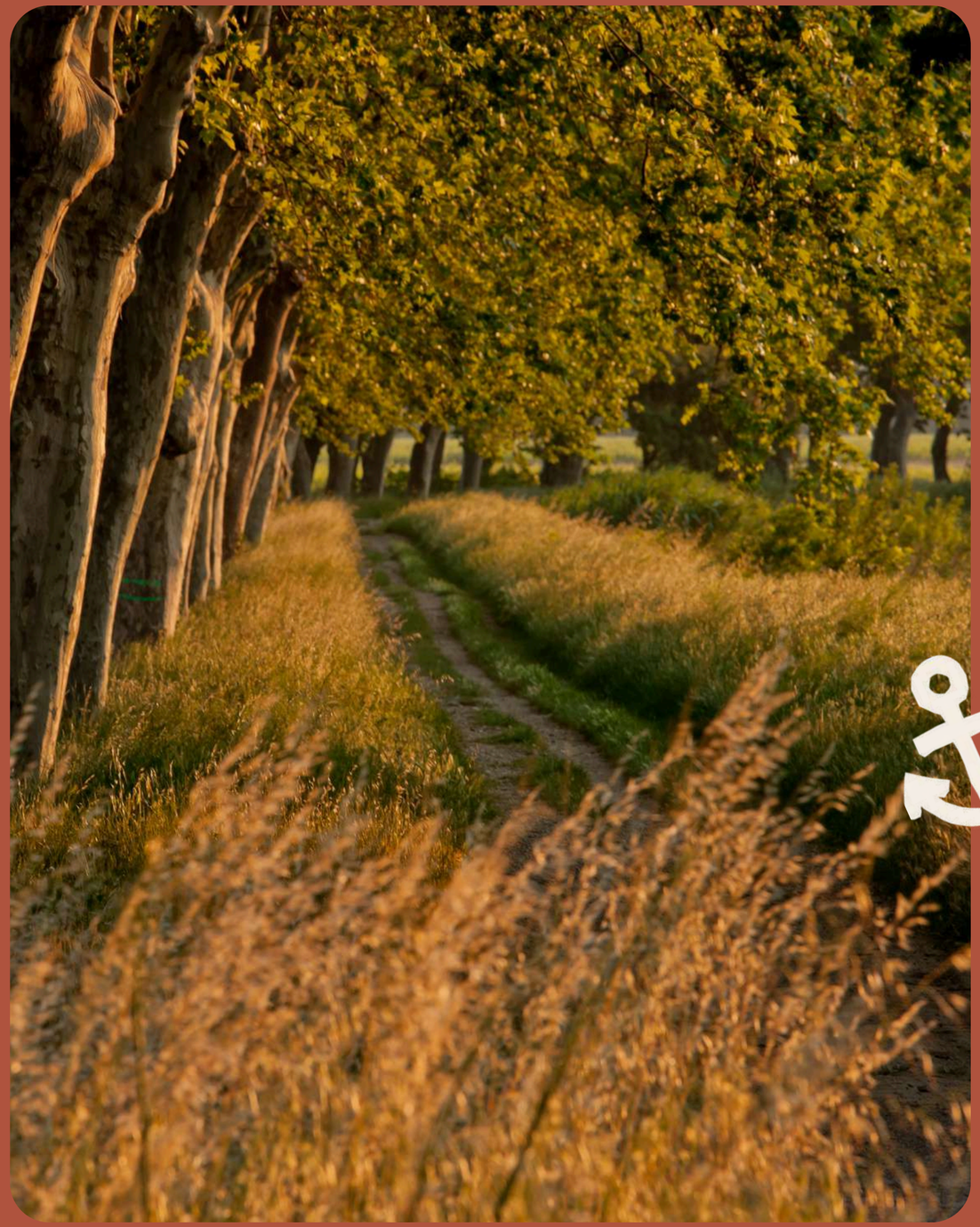
Ouest

Canal du Midi	Distance approximative	Nombre d'écluses
Argens Minervois (p.43)		
Roubia (p.42)	10 min	1
Paraza (p.44)	20 min	
Ventenac (p.44)	25 min	
Le Somail (p.45)	40 min	
Argeliers (p.45)	50 min	
Capestang (p.48)	2h05	
Poilhes (p.48)	50 min	
Tunnel du malpas (p.26)	25 min	
Colombiers (p.52)	15 min	
Fonsérannes	2h05	7
Béziers (p.50)	40 min	2
Villeneuve Lès Béziers	1h10	2
Cers	15 min	
Portiragnes (p.49)	35 min	1
Port Cassafières	30 min	
Vias (p.49)	30 min	
Agde (p.54)	40 min	

Canal de la Robine embranchement	Distance approximative	Nombre d'écluses
Entrée dans le canal		
Sallèles d'Aude (p.47)	1h45	5
Narbonne (p.40)	2h25	6
Port La Nouvelle (p.47)	3h10	2

Est





Camargue - D'Ouest en Est

Ouest

Est

Canaux du Rhône	Distance approximative	Nombre d'écluses
Agde (p.54)		
Marseillan (p.46)	2h	
Mèze (p.51)	1h05	
Bouzigues (p.51)	50 min	
Sète (p.57)	40 min	
Frontignan (p.53)	1h05	
Maguelone (p.53)	1h50	
Palavas-les-Flots (p.59)	30 min	
Lattes (p.55)	45 min	1
Carnon (p.52)	1h15	1
Aigues-Mortes (p.55)	2h30	
Gallician (p.56)	1h40	1
Saint Gilles (p.56)	1h15	
Bellegarde (p.58)	1h25	
Beaucaire (p.58)	2h	1

Infos pratiques

HORAIRES D'OUVERTURE DES ÉCLUSES 7/7

Les écluses sont fermées durant le 1er Mai sauf sur le Lez.
Attention, le pont-levis à Frontignan n'ouvre que 2 fois par jour (3 fois en juillet et août).



	Canal du Midi	Canal de la Robine	Canal du Rhône à Sète	Pont-levis Frontignan	Lez
Avril	9h-12h / 13h-19h	9h-12h30 / 13h30-18h		2x par jour 8h30 et 16h	8h15-11h45 / 14h15-17h45
Mai et Juin					8h15-11h45 / 14h15-18h45
Juillet et Août				3x par jour 8h30, 13h et 16h	
Septembre				2x par jour 8h30 et 16h	8h15-11h45 / 14h15-18h
Octobre					8h15-11h45 / 14h15-17h15

INFORMATIONS ÉCLUSES FONSERANES

La plupart des écluses sont **pilotées par un éclusier** sauf sur le **Canal de la Robine**, les écluses sont automatiques et à manœuvrer par les plaisanciers ainsi que sur le Canal du Midi à partir de Castelnaudary jusqu'à Toulouse. Pour plus de facilité, nous vous conseillons de faire descendre du bateau un membre de l'équipage quelques mètres avant le passage de l'écluse. Nous vous rappelons que l'entrée dans l'écluse se fait lorsque **le signal vert est indiqué**. Pour plus d'informations, veuillez consulter le guide de navigation.

Horaires Fonseranes	**MATIN**		**MATIN**		**APRÈS-MIDI**		**APRÈS-MIDI**	
PÉRIODE	**Première descente**	**Dernière descente**	**Première montée**	**Dernière montée**	**Première descente**	**Dernière descente**	**Première montée**	**Dernière montée**
17 mars au 30 avril et 1er au 31 octobre	8h40	9h25	10h15	12h15	13h15	15h15	16h05	17h45
2 mai au 30 septembre	8h10	9h25	10h15	12h15	13h05	15h20	16h10	18h50

N'hésitez pas à consulter notre tutoriel avec le lien suivant : **www.youtube.com/watch? v=86u8vRiGjkE**

Découvrez vos escales

Petit point historique :

Tunnel du Malpas

(Nissan-Lez-Ensérune)

Long de 173 mètres et avec une **hauteur de 6 mètres**, ce tunnel vous permettra de passer tout près de la colline d'Ensérune. Ce fut **le premier tunnel au monde** traversé par un canal navigable !





Pont canal de la Répudre

(Ventenac-en Minervois)

Construit par le célèbre **Pierre-Paul Riquet**, il représente le **plus ancien Pont Canal de France** ! Il est inscrit en tant que **monument historique** depuis **1942**.

Toulouse :

Vous y voilà, Toulouse, la ville rose !

Le vieux Toulouse détient au cœur de la ville des **trésors architecturaux** en plus du design de ses bâtiments qui lui est propre. De nombreux lieux sont incontournables !

Dans un contexte historique vous retrouverez la **basilique Saint-Sernin**, le couvent des Jacobins, ou bien le musée des Augustins, selon les envies de chacun.

Pour une visite paisible, une promenade au sein de ses rues singulières et chargées d'histoire vous conduira sans doute jusqu'à la célèbre place du **Capitole**.

L'office de Tourisme sera ravi de vous faire visiter les lieux grâce à des **visites guidées** disponibles sur réservation, pour les plus sportifs, vous pourrez même visiter le fabuleux stade **Ernest Wallon** qui enchante le peuple Toulousain !

Nos astronautes en herbe pourront rêver le temps d'une journée à **la cité de l'espace** et pour ceux qui préfèrent l'aviation, **la base Airbus** est aussi ouverte aux visites.

Cette ville festive, dynamique et gastronomique répondra à toutes vos attentes !







Castanet-Tolosan :

Restauré en 2005, vous pourrez admirer **le Mas des Canelles** qui doit son nom à la proximité du Canal du Midi « Canelles » signifiant petits canaux. Vous retrouverez les traces de son histoire dans le quartier de Broc, où étaient installés les Romains à l'époque. Admirez l'intrigante **Tour des Cordeliers** et profitez des chemins aux abords du Canal pour faire des balades à vélo. Le village vous **accueille tous les mardis, vendredis et samedis au cœur de ses marchés locaux !**

La Table Des Merville

3 Pl. Pierre Richard
05.62.71.24.25

Depuis 24 ans, Claudie et Thierry Merville subliment les produits du Sud-Ouest au fil des saisons.





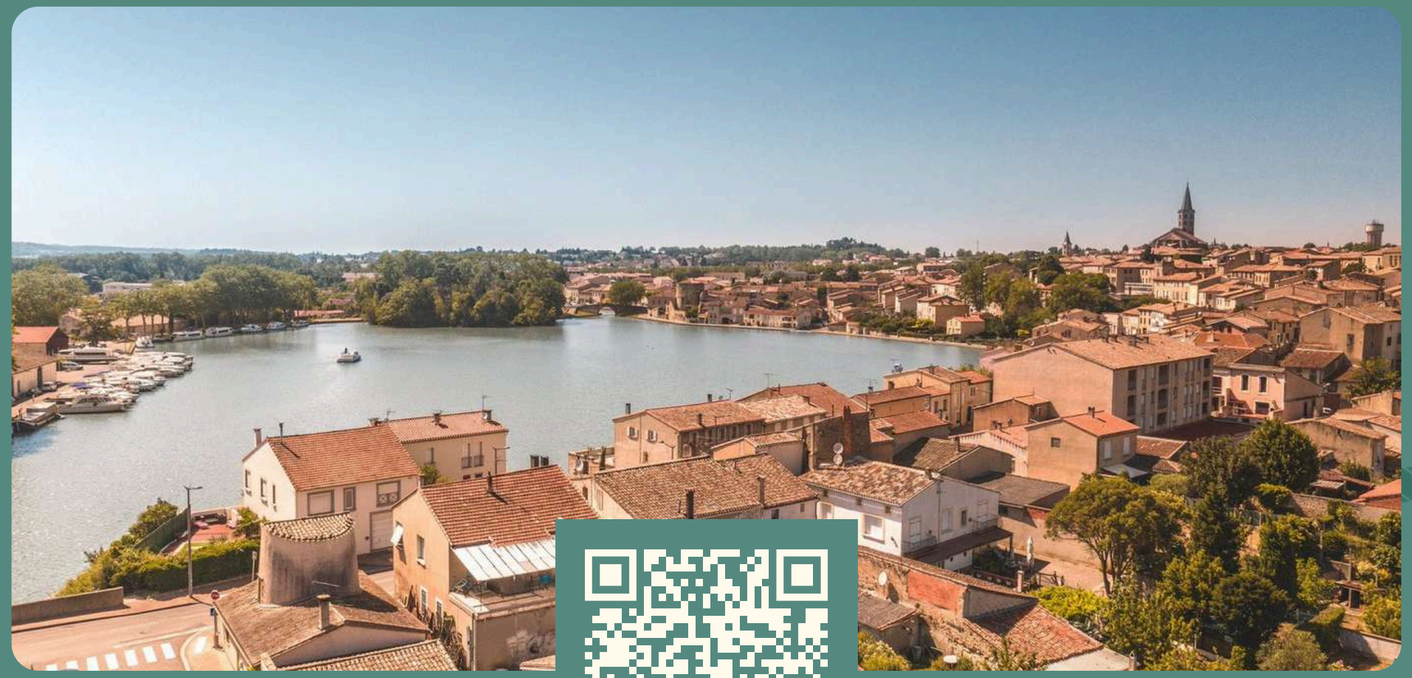
Montgiscard :

Petit village d'environ 2 000 habitants, riche d'architectures historiques, découvrez le **château de Rocqueville**, datant du **XII ème siècle** ou encore le **Pont des Romains** reconstruit en **1821** après avoir été détruit en **1814** en passant par **l'église gothique au clocher** typiquement toulousain !

Donostia

5 D813
05.62.80.18.15

L'équipe dynamique vous fait découvrir une cuisine généreuse aux saveurs du Pays Basque dans un cadre convivial.







Castelnaudary :

Capitale mondiale du cassoulet, célèbre plat composé de haricots blancs et de généreuses portions de porc et de canard, 80% de la production est effectuée ici.

Une fête est dédiée à cette tradition chaque année au mois d'août. Vous pourrez aussi déguster une autre spécialité moins connue, les « **Alléluias et les Glorias** » tenant leurs noms de l'époque Napoléonienne.

À votre arrivée au port vous découvrirez une vue imprenable sur l'ensemble de la ville. L'île de la Cybelle est destinée à protéger du vent qui plane sur la région.

Au bord du canal, vous pourrez admirer la ferme de Donadéry, modèle de ferme typique de la ville. Ville gastronomique mais aussi artisanale, vous trouverez **le dernier potier présent dans la ville**.

Ses **musées et son moulin farinier**, vestige des 32 existants au XVII ème siècle, sauront satisfaire votre curiosité. N'oubliez pas vos vélos pour profiter de toutes les promenades que vous offre la ville !

Chez david

49 Rue du Général Dejean,
04.68.94.86.92

Vous pourrez déguster son fameux cassoulet qui fait le régal des habitants de Chicago chaque hiver, le tout accompagné de vins régionaux de qualité.

Le Col de Naurouze :

Profitez d'une promenade dans un paysage bucolique entouré d'une allée d'arbres bicentenaires ! C'est un lieu incontournable du Canal du Midi. A cet endroit le cours d'eau se divise naturellement en deux, allant du côté de l'Atlantique ou encore de la Méditerranée. Au pied du col vous trouverez un obélisque en l'honneur de **Pierre Paul Riquet**, premier à avoir découvert ce lieu. Un imposant moulin borde le canal aussi vieux que lui.

Le Pas De Naurouze

80 Rte de Ségala,
11320 Montferrand
04.68.23.31.15

Des plats et des menus issus de produits frais dans un esprit alliant la cuisine gastronomique et de bistrot.





Le Ségala :

Le long du canal sont fabriqués des **cassoles**, ces petits récipients en terre cuite à l'origine du cassoulet, depuis **1820**. Vous trouverez aussi le long du pont un four à bois qui produit, une fois par mois, des poteries

Le Relais De Riquet

12 esplanade du Canal Le Ségala
11320 Labastide d'Anjou
04.68.60.16.87

Profitez d'une cuisine simple et gourmande dans un cadre chaleureux. Entre amis ou en famille, vous pourrez faire votre choix parmi une carte variée proposant des plats traditionnels.

Carcassonne :

Le port de Carcassonne offre tous les services, même une machine à laver.

En arrivant, adressez-vous à la capitainerie où on vous indiquera un point d'accostage.

La célèbre cité médiévale est à quelques kilomètres du centre-ville, perchée en haut d'une colline.

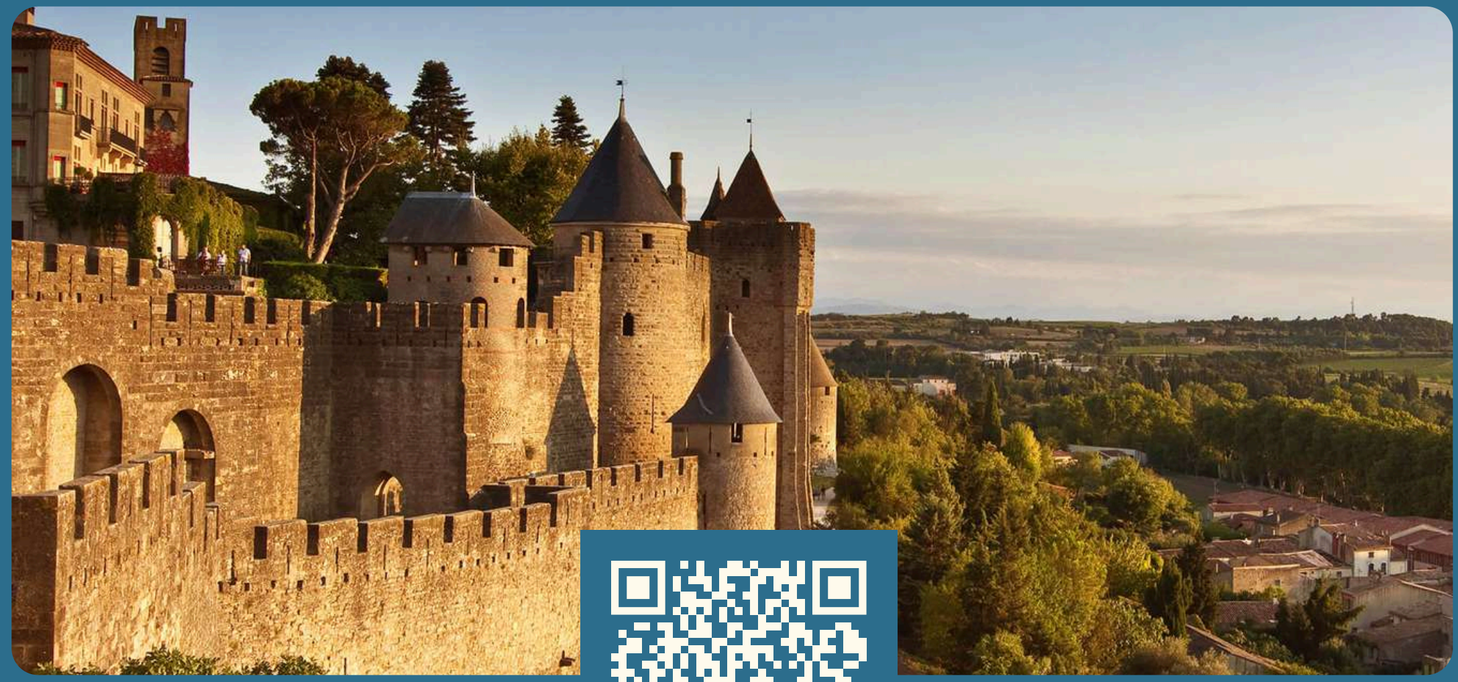
Cette extraordinaire **ville fortifiée** date de l'époque de l'Empire romain.

Devenue plus tard ville de garnison, elle est tombée lentement en ruine pour être restaurée, vers la fin du XIXe siècle, par Viollet-le-Duc.

Vous pourrez participer à une visite guidée du **château comtal**. En été, la cité est animée par des **festivals et des spectacles**.

Dans la ville basse, la plupart des magasins donnent sur la rue piétonne dans le prolongement du pont Marengo.

Quelques bons restaurants se trouvent derrière le ponton en bas de l'écluse.







Négra :

Vous pourrez vous amarrer aux abords de cette **écluse proche de Montesquieu-Lauragais** afin de faire une petite pause et visiter la petite chapelle, monument historique du Canal du Midi. Vous traverserez le pont Canal paré de briques rouges typiques de la région, passant au dessus de la Thésauque. C'est aussi ici que vous ferez la rencontre de nos équipes !



Gardouch :

Dans ce petit village paisible, vous trouverez de quoi vous détendre et vous restaurer. Vous profiterez aussi d'un **petit port** calme et agréable et son **église néo-romaine Saint-Martin édifiée en 1870**.

L'estanquet

Quai Riquet
09.52.89.38.73

Au bord du canal du midi, L'Estanquet propose des plats faits maison, où la cuisine terre et mer est à l'honneur.

Pexiora :

Profitez de balades au milieu des **collines Cathares** ! Entre cadre bucolique et patrimoine, le village vous apportera son lot de surprises. Vous pourrez aussi vous promener le long du canal du Midi.



Villepinte :

Ce petit village, possède encore quelques monuments que vous pourrez découvrir. **Le lavoir** qui était encore en service il y a quelques années ou encore **l'aqueduc de Mezuran**. L'épanchoir permet quant à lui de débarrasser les biefs de l'excès d'eau vers le Fresquel.

Pizzeria Entre Nous

41bis Bd Gambetta
06 43 30 89 04

La pizzeria propose un large choix de pizzas réalisées avec des ingrédients frais et de qualité, pour satisfaire toutes vos envies.

Bram :

Plus vieux village circulaire d'Europe, Bram enroule son architecture médiévale autour de son église, offrant un voyage temporel de la **Maison de l'Archéologie** au **Mémorial de l'Exil espagnol**. Entre deux **dégustations dans ses caves** renommées, on y accède à vélo par le canal pour basculer du patrimoine au moderne avec son téléski nautique.
Venez nous rendre visite sur notre base !

Le Petit Bramais

16 Av. Gén de Gaulle
04.68.77.10.06

Le Petit Bramais vous invite à savourer une cuisine de tradition, préparée maison avec des produits frais soigneusement sélectionnés.



Villesèquelande :

Oyez preux chevaliers ! Venez découvrir l'histoire des chevaliers au **musée de la chevalerie** et replongez au cœur de l'histoire médiévale. Découvrez aussi son **église Sainte Marie** avec sa nef unique, servant autrefois de **fortification au village**, refuge des habitants en temps de guerre.

La Halte Romaine

19 Rue Saint-Roch
09.66.91.05.14

Ici se croisent les locaux et les plaisanciers venus en bateau par le canal du Midi. Longue carte de pizzas fraiches, copieuses et bien garnies.

Narbonne :

Narbonne offre une immersion totale, de ses origines romaines avec la **Via Domitia** à la vertigineuse **Cathédrale Saint-Just**.

Arrivez par le Canal de la Robine, traversez le cœur de ville sous ses passerelles avant de succomber aux Halles pour un petit-déjeuner local.

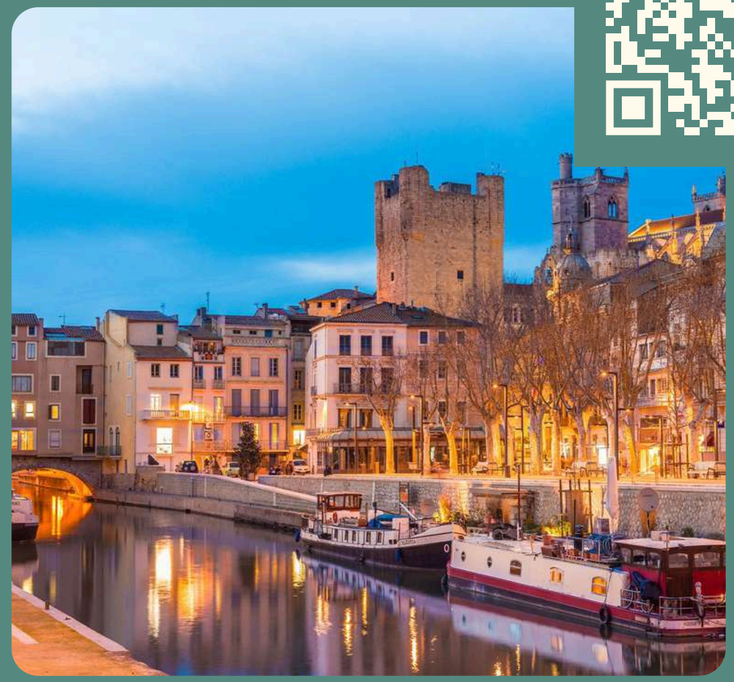
Entre les **souterrains secrets** et les musées, la ville s'ouvre aussi sur la mer : finissez la journée par un pique-nique au sommet du **massif de La Clape**, entre odeur de romarin et vue panoramique sur la Méditerranée.

Chez Lulu

30 Bd Gambetta
04.68.32.24.87

Découvrez une cuisine où se mêlent grand classique et modernité dans une ambiance décontractée, simple et bon enfant d'un bistrot d'antan.







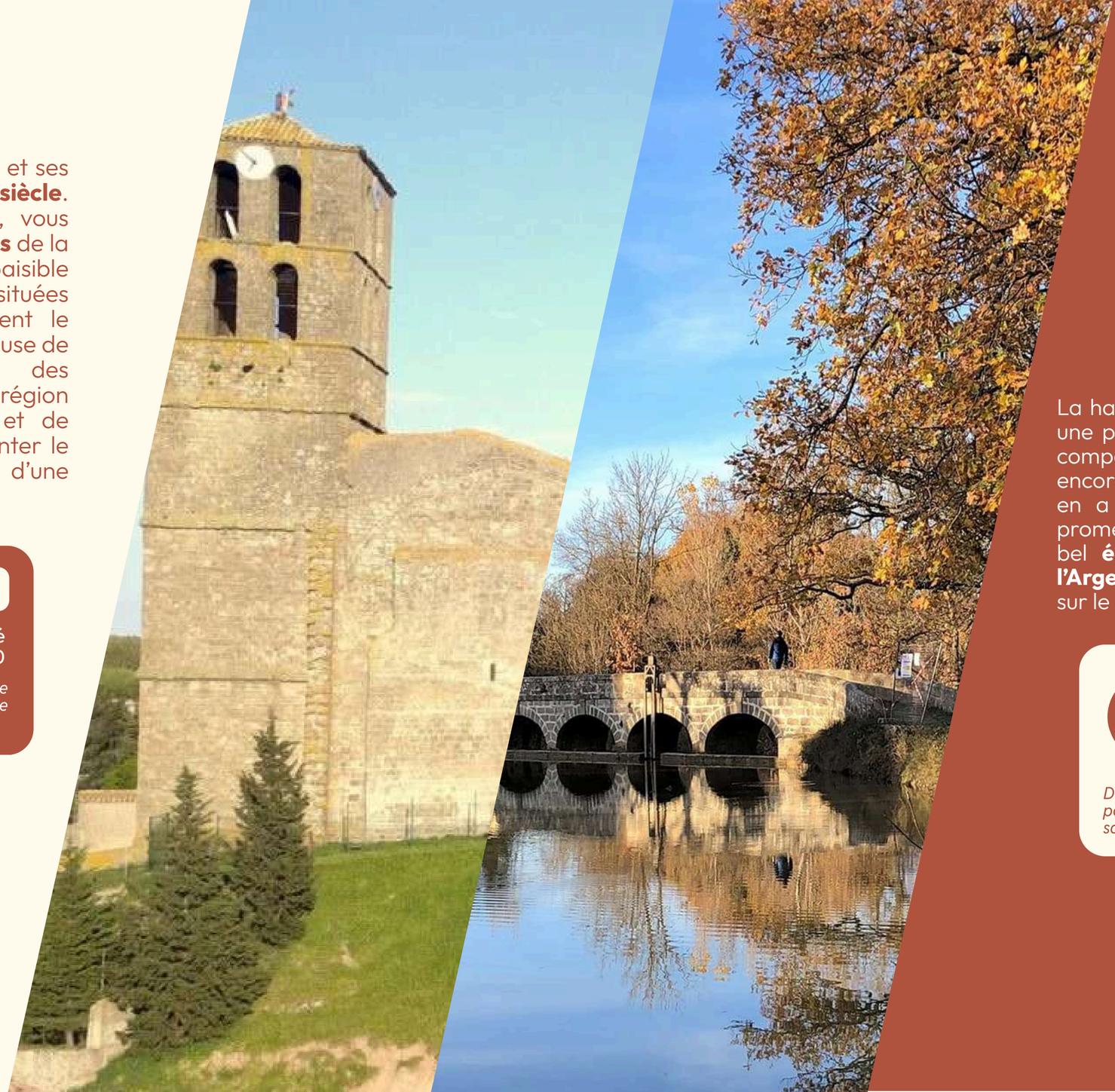
Puichéric :

Venez contempler l'église du village et ses **peintures originales du XIII ème siècle**. Terre agricole et surtout viticole, vous aurez l'occasion de **déguster les vins** de la région dans les domaines. Village paisible où il fait bon vivre, les deux écluses situées sur le Canal du Midi agrémentent le paysage. Le long des berges de l'écluse de l'Aiguille, vous découvrirez des **fourcadelles en bois** typiques de la région ! Pour un moment de détente et de convivialité, n'hésitez pas à emprunter le chemin de halage le temps d'une promenade à pied ou à vélo !

Chez Modeste

3 Pl. du Marché
04.68.12.14.70

Chez Modeste vous accueille pour une escale gourmande et conviviale, réputée pour sa cuisine de qualité, locale, et son cassoulet !



La Redorte :

La halte nautique vous permet de faire une pause dans ce joli village convivial composé de **domaines viticoles** ou encore de **sentiers de randonnée**, il y en a pour tous les goûts ! En vous promenant, admirez l'architecture du bel **épanchoir** passant au-dessus de **l'Argent-Double, monument** important sur le circuit du Canal du Midi.

Le Spot

11 Port la Fabrique
04.30.16.15.51

Des inspirations culinaires d'ici et d'ailleurs, pour une pause de douceur et de découverte savoureuse.

Homps :

Né de la création du Canal du Midi, Homps est un **ancien carrefour commercial où le vin transitait** vers le monde entier. Aujourd'hui, son port abrite une **capitainerie historique** et la **Maison des Vins du Minervois**, étape incontournable pour une dégustation. Entre deux verres, le village invite à la flânerie le long de ses quais ou dans ses parcs ombragés.

En bonne compagnie

6 Rue des Négociants
04.68.91.23.16

Venez y déguster tous les délicieux plats d'un cuisinier expérimenté, une nourriture de grande qualité et un service personnalisé.



Roubia :

Entre mer et montagne, Roubia marie dégustation et patrimoine insolite. Les amateurs de crus du Minervois feront escale aux **châteaux Tourril ou Pique-Perlou**, tandis que les promeneurs traqueront une curiosité locale sur les sentiers : **les murs d'abeilles**, d'anciennes structures bâties pour protéger les ruches des éléments et de la faune.

La Grillade De Lou Mercat

3 Av. de L'Hôtel de Ville
04.68.91.10.93

Découvrez leur cuisine grill, leur tapas, pizzas (sur place ou à emporter) et bien sûr leurs spécialités de grillades au feu de bois et de poissons à la plancha.

Villefranche-de-Laugarais :

Cette bastide s’est développée grâce à son commerce de céréales et d’élevage. De nombreux vestiges de son histoire demeurent encore bien que les remparts qui la fortifiaient aient été détruits. L’histoire est ancrée dans l’architecture des maisons de la ville ainsi que par **l’église Notre-Dame**, datant de **1271** ou encore la fontaine de Barreaux. **Le marché du vendredi matin au cœur d’une halle marchande** mérite une attention particulière. Découvrez la ville grâce à des parcours de randonnées bordant le Canal du Midi, à pied ou à vélo tout est possible !





Argens Minervois :

Bordé par le Canal du Midi classé à **l’UNESCO**, ce village typique du Minervois dévoile ses paysages bucoliques entre **vignobles et château** dominant la région. Les passionnés d'histoire y débusqueront les **vestiges d'une église du Xe siècle** cachés près du canal, avant de flâner parmi les artisans locaux. Pour une escale pratique, la halte Riverly assure le ravitaillement complet (eau, carburant, épicerie) au cœur de ce décor de carte postale.

Paraza :

Vous trouverez de quoi vous ravitailler dans ce petit village. Région œnologique et riche de ses produits du terroir, vous pourrez découvrir leur culture au sein du **Château de Paraza ou du château Saint Michel du Viala**. Dans un cadre plus artistique, vous pourrez vous rendre à **l'atelier de peinture d'Elli**. Pour plus de sensations, partez pour une découverte du **Minervois en Quad** !

Café du Port

11 Rue du Port
05.56.77.81.18

Bar à vins et tapas au bord du canal du Midi à Paraza. Ici, tout est fait maison et avec passion.



Ventenac :

Parcourez les passages étroits du château qui vous mèneront jusqu'à la passion des vignerons. Les bars et restaurants vous feront découvrir la culture locale mais pour une immersion au cœur de la culture, rendez-vous au **Boulodrome de Ventenac** dans les hauteurs du village pour une partie de pétanque et beaucoup de convivialité. Profitez de belles promenades dans les rues pavées et de la bonne humeur de ses habitants le long du canal.

Argeliers :

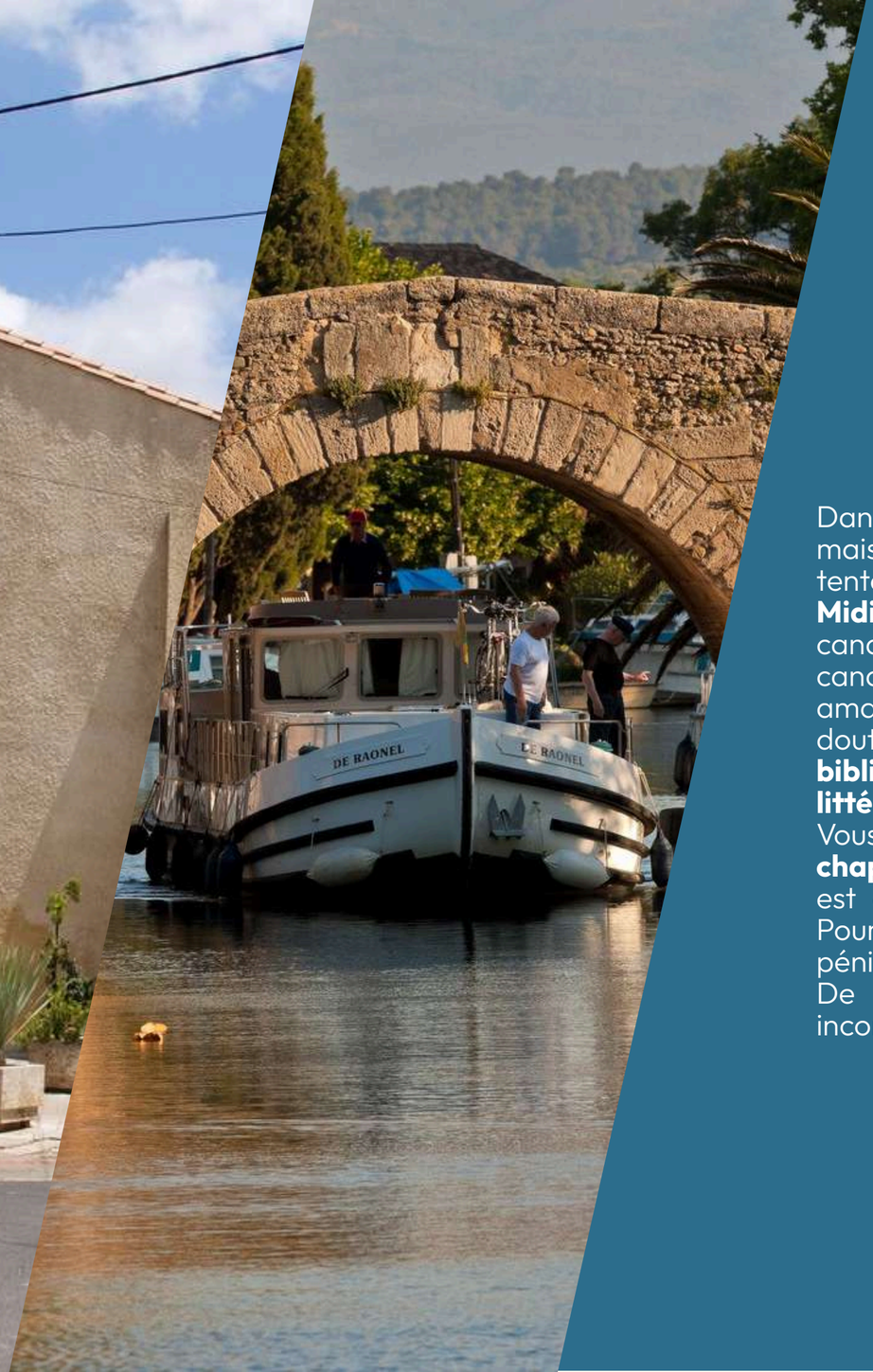
Faites une pause le long du canal, dans le village d'Argeliers et profitez de ses sentiers de promenades que vous pourrez pratiquer à pied ou à vélo au gré de vos envies. Vous apercevrez les **vestiges de son histoire mouvementée**, grâce aux vestiges des remparts de l'ancien **Château d'Argeliers**. C'est dans le village d'Argeliers qu'est né Marcelin Albert, qui a été considéré comme le meneur de la **révolte des vignerons en 1907.**

Le Chat qui pêche

Rue du Port
04.68.45.37.42

Ancienne maison cantonnière rénovée. La cuisine met à l'honneur des produits frais et locaux, avec un excellent choix de viandes et de poissons.





Le Somail :

Dans ce petit hameau pittoresque mais riche d'activités, laissez-vous tenter par la **maison du Canal du Midi** qui vous plongera au cœur du canal et vous racontera l'histoire des canaux de la Narbonnaise. Les amateurs de lecture seront sans doute ravis de découvrir **l'ancienne bibliothèque remplie de trésors littéraires** de toutes les époques. Vous trouverez aussi **le musée du chapeau**. Le charme de ce village est à l'image de ses prestations ! Pour vous ravitailler venez sur la péniche-épicerie au bord du canal ! De quoi faire de ce lieu, un lieu incontournable.

Trèbes :

Profitez de la quiétude du Canal du Midi et de sa splendeur révélée notamment par sa triple écluse de 7m de dénivelé ! Ses rues étroites vous conduiront jusqu'à l'église du village pour vous faire découvrir les particularités de ses poutres classées à l'inventaire des **Monuments Historiques**, soutenues par 320 corbeaux en chêne. Pour déguster les douceurs locales, des ateliers ce dégustations à la confiturerie sont disponible, ainsi des **visites auprès de producteurs d'olives**. Pour amuser petits et grands, faites une visite guidée grâce à une **chasse aux trésors** organisée par l'office de tourisme.

Le Moulin de Trèbes

2 Rue du Moulin de Trèbes
04.68.78.97.57

Fine cuisine créative aux produits de saison dans un ancien moulin cosy avec terrasse au bord du canal.





Marseillette :

Ce village viticole, situé à l'extrémité sud de la région viticole du Minervois, il fut aussi au **XIX ème siècle le plus grand producteur de riz du département** de l'Aude grâce à ses rizières cultivées dans un étang asséché. Son histoire ne s'arrête pas là, vous pourrez apercevoir le **vestige des fortifications** dont s'est doté le village après avoir subi le pillage d'une armée anglaise en **1355**, durant la guerre de cent ans.

Ô Fil de l'Ô

69 Av. du Languedoc
04.68.79.20.90

Emmanuelle et Michel vous convie à leur table et vous offrent le plaisir de goûter les spécialités du chef au bord du canal.

Sallèles d'Aude :

Bâti autour du canal, ce village dévoile un patrimoine singulier, de la **chapelle Saint-Roch** à **l'ensemble religieux du Calvaire**, lieu de mémoire et de fêtes. Côté culture, voyagez dans le temps au musée du Vieux Sallèles ou découvrez l'artisanat antique au **Musée des potiers gallo-romains**. Ne manquez pas **l'écluse du Gailhousty**, prouesse architecturale de l'époque Louis XVI, avant de profiter du **marché local** le mardi matin.

Le P'tit d'Oc

27 quai d'Alsace
04.68.44.54.19

Salon de thé et restaurant (midi). Choix de tartes salées et sucrées tout au long de la journée. Produits locaux et naturels.



Port-La-Nouvelle :

Station ensoleillée au charme méridional, Port-la-Nouvelle s'anime autour de ses **marchés colorés** (bord de mer ou centre-ville selon le jour). Côté nature, **l'île Sainte-Lucie** offre des randonnées sauvages entre anciennes **carrières de liège** et **blockhaus de la Seconde Guerre mondiale**. Avant de partir, grimpez à la table d'orientation pour un panorama unique sur le littoral, puis rejoignez le phare en longeant la grande jetée.

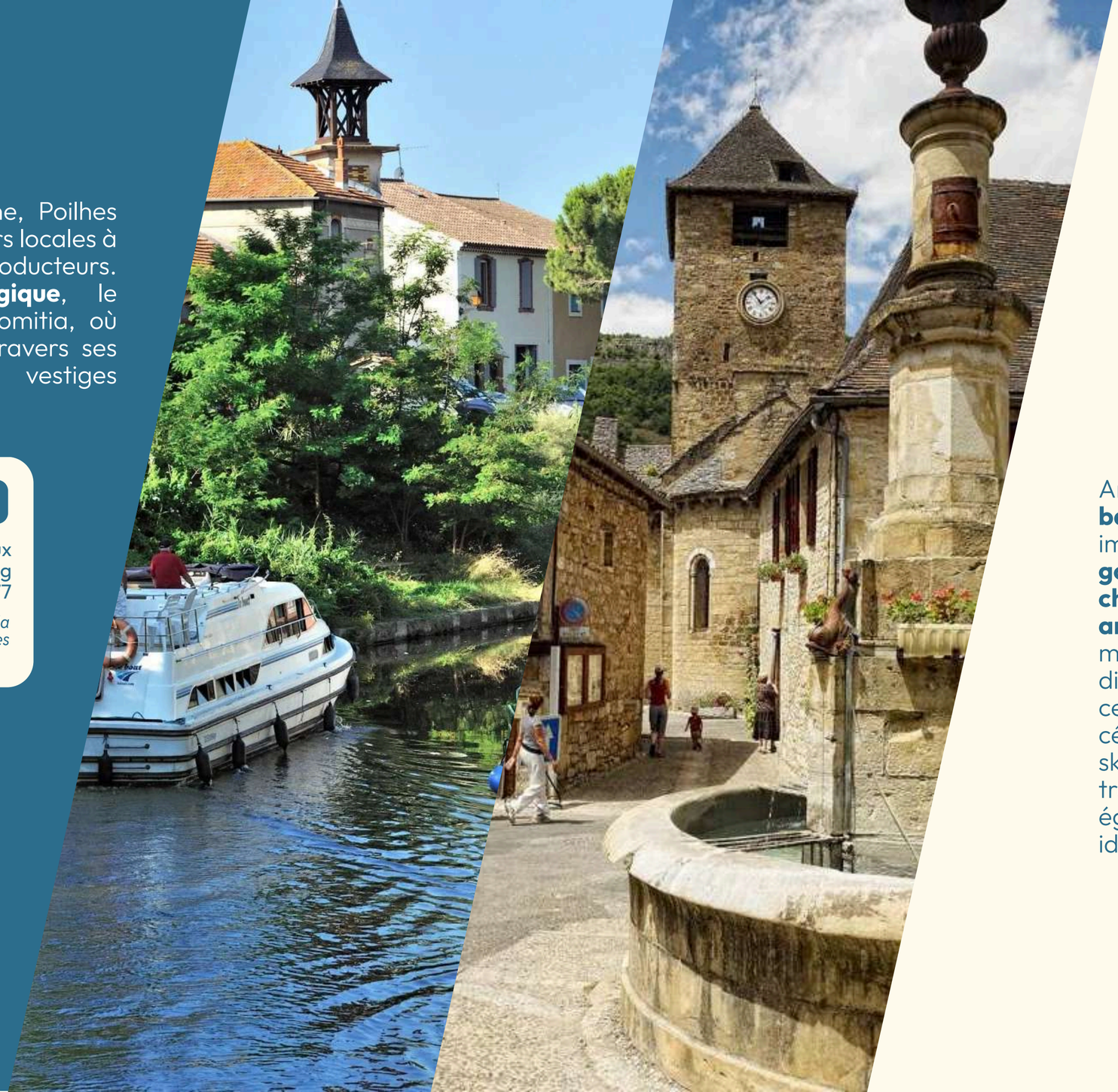
Poilhes :

Au pied de la colline d’Ensérune, Poilhes séduit par son calme et ses saveurs locales à déguster directement chez les producteurs. Véritable carrefour **archéologique**, le village est bordé par la Via Domitia, où l'histoire se lit à ciel ouvert à travers ses **tombeaux et ses dolmens**, vestiges précieux des civilisations passées.

La Batelière

Quai Élie Amouroux
34310 Capestang
04.67.93.42.77

Votre escapade gourmande au cœur du Sud de la France ! Ce restaurant vous invite à découvrir les saveurs authentiques de la Provence.



Capestang :

Ancien port de pêche devenu **bastion viticole**, Capestang impressionne par sa **collégiale gothique monumentale et son château, ex-résidence des archevêques de Narbonne.** Le marché des mercredis et dimanches s’installe au pied de cette église géante pour célébrer l'artisanat local. Entre skate-park, tennis et chasses au trésor, le village offre également un terrain de jeu idéal pour les familles.

Vias :

Reconstruite au fil des siècles, Vias charme par **son église Saint-Jean-Baptiste** en **pierre volcanique et sa fontaine** du Duc de Bordeaux. C'est une destination aux deux visages : un cœur de **village viticole** où déguster les crus locaux*, et une **station balnéaire** dynamique offrant karting, paddle ou balades à cheval sur la plage. Pour ne rien manquer de ses secrets historiques, l'Office de Tourisme y organise des **visites guidées passionnantes**.

**l'abus d'alcool est dangereux pour la santé.*

La Tasca

1 rue d Alsace
06.58.69.33.31

Si vous avez faim, venez ici pour commander une paëlla cuite à la perfection.



Portiragnes :

Côté nature, explorez la réserve de **Roque-Haute**, un site unique niché sur un ancien volcan où s'épanouissent des mares temporaires méditerranéennes. **Le sentier pédagogique de la Grande Maïre**, le long du Canal du Midi, vous offre un ballet de flamants roses en liberté. À 4 km du village, rejoignez à vélo ses plages sauvages ou faites le plein d'adrénaline entre parc d'aventure et survol de la côte en avion. Ne repartez pas sans une halte dans les caves locales pour déguster l'identité viticole du terroir.







Béziers :

Dominée par l'imposante **Cathédrale Saint-Nazaire**, Béziers déploie ses **36 monuments historiques** entre terre et eau.

Suivez les Allées **Paul Riquet**, véritables Ramblas locales, ou évadez-vous au **Plateau des Poètes**, un **jardin botanique** abritant 70 espèces rares.

Du patrimoine fluvial des neuf écluses aux rives apaisantes de **l'Orb au Moulin Cordier**, la ville vibre aussi d'aventure avec son parc de loisirs (accrobranche, canyoning) et ses musées dédiés à l'histoire locale et taurine.

L'Écluse

16 Avenue Pierre Bérégovoy
04.67.62.11.02

L'Ecluse offre le meilleur de la cuisine française et méditerranéenne. venez savourer les délicieuses spécialités de la région.

Mèze :

Face à l'étang de Thau, Mèze est une cité dynamique engagée dans la protection de son écosystème marin. Son port du **Moure Blanc, haut lieu de la conchyliculture**, est l'endroit idéal pour savourer huîtres et moules. Côté terre, le voyage est temporel : explorez le **Musée-Parc des Dinosaures** et celui de l'Évolution, ou admirez la **Chapelle des Pénitents** en bord de mer. Ne manquez pas l'effervescence des marchés les jeudis et dimanches matins pour goûter à l'âme **festive de la ville**.



Bouzigues :

Capitale incontestée du coquillage, Bouzigues se découvre au rythme de sa voie verte bordant **l'étang de Thau**. Après une balade à pied ou à vélo, offrez-vous une dégustation de fruits de mer face aux **parcs ostréicoles**. Pour percer les mystères de cette lagune unique, le **Musée de l'Étang** vous plonge au cœur des traditions et des métiers des gens de mer.

Marseillan :

Fondée au **VIe siècle**, Marseillan charme par ses ruelles étroites et son port de plaisance pittoresque. Ne manquez pas son **théâtre à l'italienne**, l'un des derniers de la région, avant de plonger dans l'histoire des célèbres **chais Noilly Prat** pour une dégustation de vermouth. Bordée par **l'étang de Thau**, la cité est aussi un paradis pour les gourmets : **ses ports conchylicoles** sont le cœur battant de la culture de l'huître, à savourer face au phare pour une escale méditerranéenne authentique.

Carnon :

Station balnéaire dynamique née dans les années **1930**, Carnon est le paradis des **activités nautiques**. Entre son **port de plaisance** animé et ses **plages** de sable fin, vous pourrez vous initier au kitesurf, à la plongée ou au paddle. Cette escale chaleureuse, située sur la commune de Mauguio, séduit par son ambiance festive et ses nombreuses animations estivales au bord de l'eau.



Colombiers :

Colombiers offre l'un des paysages agraires les plus saisissants d'Europe : **l'étang de Montady**, dont les rigoles de drainage dessinent une étoile géante. Depuis la **colline du Malpas**, vous dominerez ce spectacle ainsi que le tracé de la **Via Domitia**. En cœur de village, l'histoire se prolonge avec **l'église Saint-Sylvestre** et l'imposante cave du château, témoin du riche passé viticole local.

Le Bistrot

19 Av. de Béziers
04.67.62.63.96

Le Bistrot vous propose une cuisine bistronomique, renouvelé par son chef au gré des saisons et produits locaux.

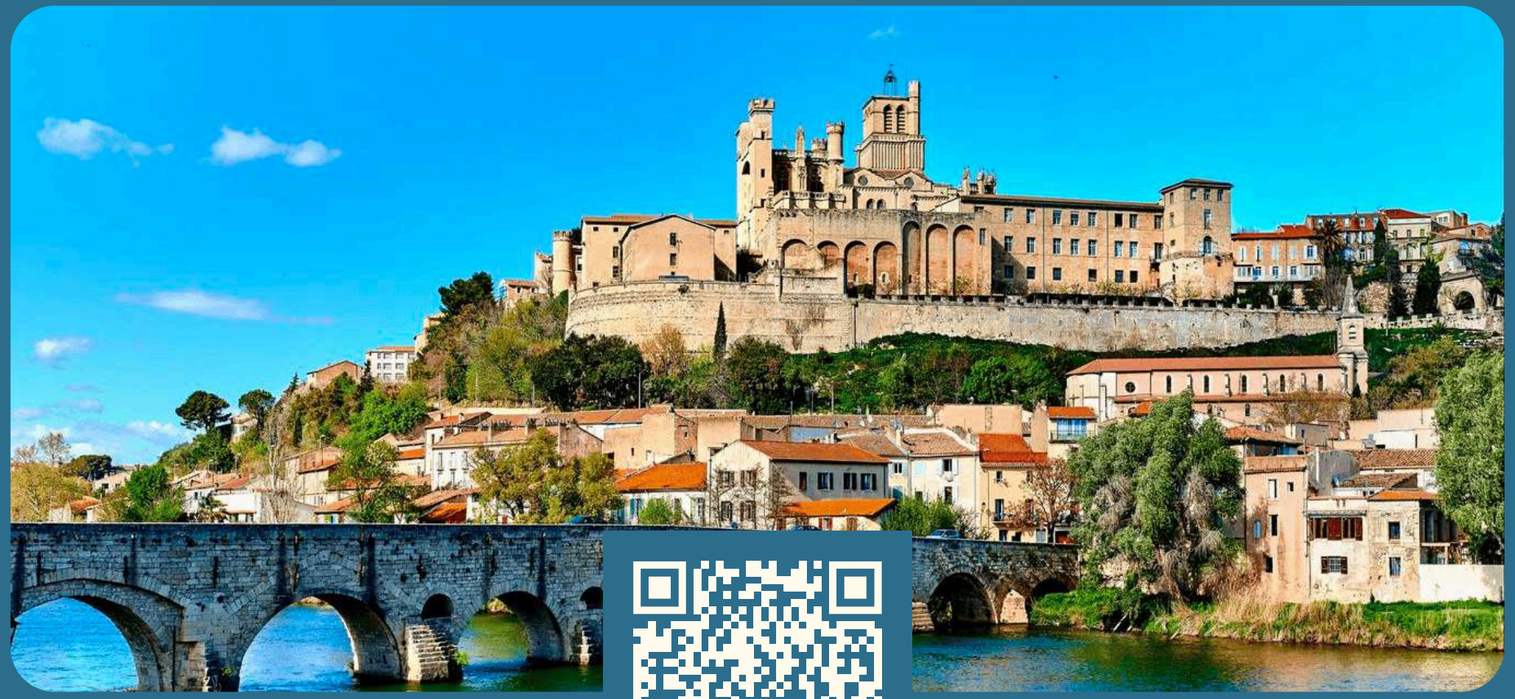
Frontignan :

Accordez-vous une pause en profitant des sentiers de promenade à la découverte des secrets de la nature de Frontignan au cœur du **massif de la Gardiole**. Les anciens **marais salants** vous conduiront à une balade incroyable au milieu des oiseaux. Vous pourrez parcourir ses sentiers à pied ou en vélo, au gré des envies de chacun. En plus de sa richesse environnementale, la ville possède un fort patrimoine historique et viticole. **Le muscat de Frontignan** est la production locale phare de la ville. L'histoire de la cité vous sera contée dans le **musée local**, classé au monument de France. **L'église fortifiée** de la ville vous surprendra par son architecture datant du **XIV ème siècle** et classée monument historique.



Maguelone :

Cette presqu'île au panorama incroyable, riche d'une **cathédrale historique** ainsi que d'un domaine viticole, sera une halte paisible et mémorable. Ancien **sanctuaire des Papes** de Rome, cet endroit plein de charme vous offrira la possibilité d'effectuer des promenades à cheval typique de l'idéal de la Camargue. Entre terre et mer vous pouvez aussi vous promener à pied ou en vélo.







Agde :

Ancienne cité grecque vieille de 26 siècles, Agde tire son surnom de sa pierre volcanique sombre.

Sa **Cathédrale Saint-Étienne**, véritable forteresse de basalte édifiée dès **1173**, domine un centre historique riche de places pittoresques et du **Musée Jules Baudouy**.

Ne manquez pas son écluse ronde unique au monde, prouesse technique du Canal du Midi.

Pour une parenthèse sauvage, la Réserve du Bagnas offre un refuge préservé à des centaines d'espèces d'oiseaux, entre lagunes et anciens sites salicoles.

L'Ardoise du Marché

3 Rue Lambert Maurel
04.30.72.47.11

Votre escapade gourmande au cœur du Sud de la France ! Ce restaurant vous invite à découvrir les saveurs authentiques de la Provence.

Lattes :

Véritable **voyage dans le temps**, Lattes abrite le site archéologique Lattara (Musée Henri Pradès), témoin de son passé de **port antique**. Aujourd'hui, la vie s'articule autour de Port Ariane, bassin de plaisance à l'**architecture élégante** bordé de restaurants. Côté nature, la **Réserve du Méjean** vous offre une immersion totale entre **lagunes et nids de cigognes**. Profitez des **berges aménagées du Lez** pour rejoindre le littoral à vélo ou admirez l'église romane du XIIe siècle nichée au cœur du vieux village.

Temps d'Aime

2 Rue des Consuls
04.99.51.47.39

Temps d'Aime vous propose une cuisine du marché avec des produits frais de la région.



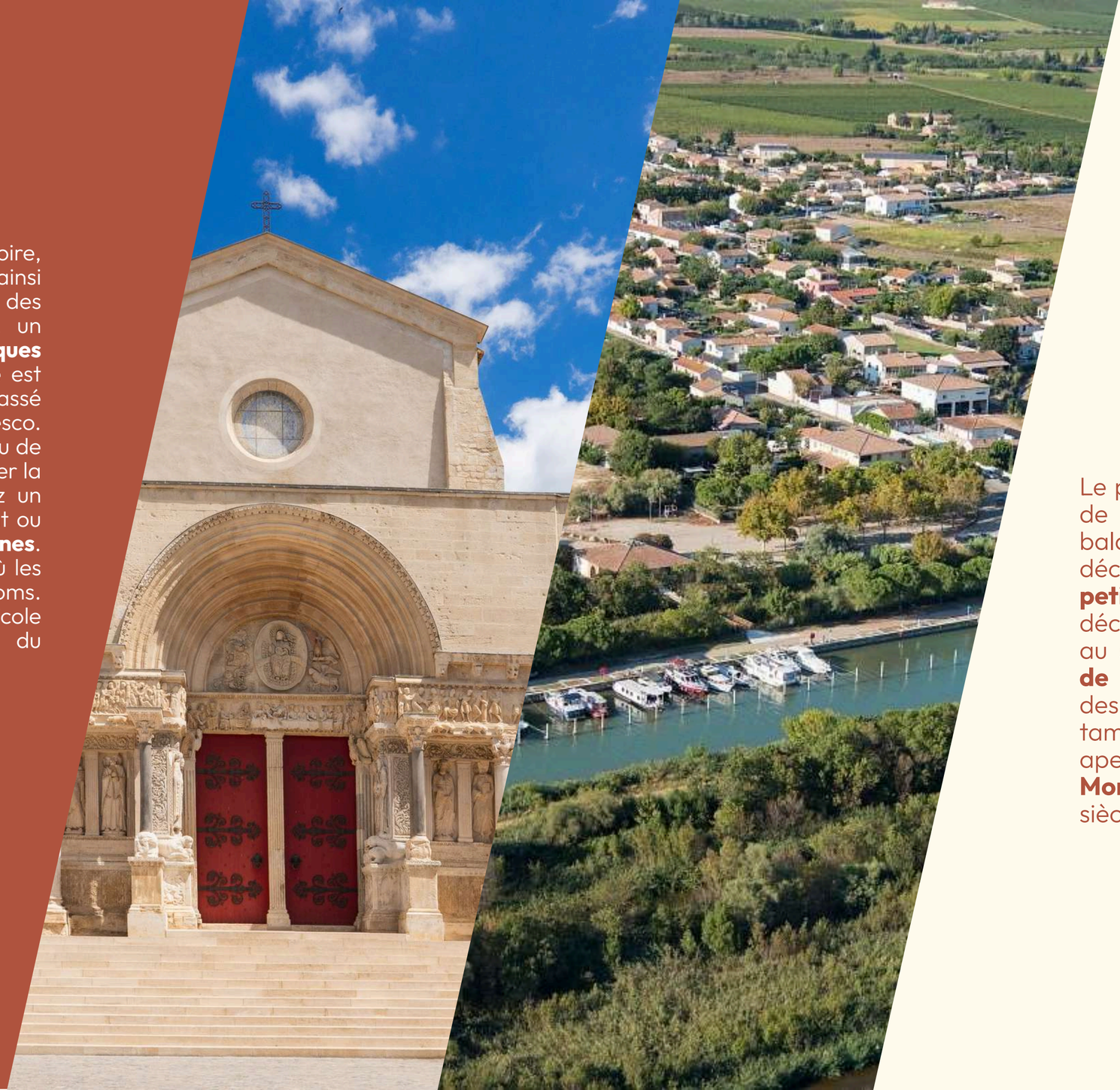


Aigues-Mortes :

Ancienne **forteresse de Saint-Louis**, cette cité médiévale impressionne par ses **remparts** intacts et sa majestueuse **Tour de Constance.** Au cœur des marais, découvrez les célèbres **Salins du Midi** et leurs eaux roses, refuge de **flamants roses**, ou explorez la **Camargue sauvage** lors d'un safari en 4x4 ou d'un vol en hélicoptère. Entre une visite de la **Chapelle des Pénitents** et une balade à cheval, ne manquez pas de percer les secrets de la ville lors d'une chasse au trésor en famille..

Saint Gilles :

Le village tire son nom de son histoire, Gilles fut le constructeur de l'église ainsi qu'un monastère. Ce Saint a réalisé des miracles qui ont fait de ce lieu, un passage sur la **route de Saint Jacques de Compostelle**. L'**église abbatiale** est le lieu incontournable, qui est aussi classé au **patrimoine mondial** de l'Unesco. C'est en ce lieu que réside le tombeau de **Saint-Gilles**. Vous pourrez aussi visiter la maison Romaine où vous trouverez un musée ainsi que le temple protestant ou encore l'ancien **cellier des moines**. Admirez "**La Vis**", ancien escalier où les tailleurs de pierres ont gravé leurs noms. C'est aussi un territoire de culture viticole qui marque les paysages autour du village.



Gallician :

Le port de Gallician sera le point de départ pour de longues balades à pied ou à vélo, à la découverte du village appelé «**La petite Camargue**». Partez à la découverte d'animaux protégés au sein de la **réserve naturelle de Scamandre** afin d'observer des cigognes ou encore des tamaris, entre autres. Vous apercevrez aussi la **Chapelle de Montcalm** datant du XIX ème siècle.







Sète :

Patrie de Brassens et Valéry, Sète est une **ville-galerie où le street-art** s'expose sur les murs (MACO).

Grimpez au sommet du **Mont Saint-Clair (183 m)** pour un panorama époustouflant, avant de vous immerger dans la Forêt des Pierres Blanches.

Côté traditions, admirez **les joutes nautiques nées en 1666** ou visitez le **chalutier Louis Nocca** pour découvrir la vie des marins.

Ne manquez pas une balade sur le **Môle Saint-Louis** jusqu'au phare, point de vue idéal sur le port, sans oublier de goûter à la gastronomie locale, fierté des Sétois.

L'Essentiel

292 Prom. du Lido
04.67.51.15.40

Cuisine créative de marché, produits frais bio/locaux, vue mer sur la Promenade du Lido (292).

Beaucaire :

Ancienne capitale européenne des foires, Beaucaire dévoile un patrimoine prestigieux. Depuis la colline, explorez les vestiges de sa **forteresse médiévale** démantelée par Richelieu, offrant un panorama unique sur le Rhône. En ville, l'**église Saint-Paul** et les hôtels particuliers témoignent de sa richesse passée. Pour une immersion insolite, visitez le **Vieux Mas** et ses métiers d'antan, ou le **Mas des Tourelles**, où l'on cultive la vigne et vinifie comme à l'époque romaine.

L'Épicerie

Pl. de la République
07.85.40.38.20

Un lieu atypique au charme convivial, offrant un accueil familial et chaleureux, ainsi qu'une cuisine créative élaborée au rythme des saisons.



Bellegarde :

Terre de contrastes façonnée par le Rhône, Bellegarde mêle **richesses agricoles et vignobles** de caractère. Son histoire se dévoile à travers la **tour de son château du XIIIe siècle** et les vestiges souterrains d'un impressionnant aqueduc romain de plus de 5 km. Pour les amateurs de grand air, les **sentiers de randonnée** serpentent entre vignes et vergers, tandis que ses lacs offrent une parenthèse détente ou des sessions sportives en jet-ski. Ne manquez pas le **marché** du vendredi matin pour savourer l'authenticité des produits locaux. .

Palavas-les-Flots :

Ancien **village de pêcheurs**, Palavas concilie aujourd'hui l'animation d'une station labellisée et l'authenticité de ses traditions.

Flânez sur les quais pour acheter le poisson en direct ou visitez **l'église Saint-Pierre** et le **musée Albert Dubout**.

Pour une vue spectaculaire, grimpez au **Phare de la Méditerranée** : son panorama à 360° embrasse la mer et les étangs où nichent les flamants roses.

Entre **marchés nocturnes** et balades à vélo vers les **sites naturels protégés**, la ville offre une escale conviviale aux multiples visages.





