

Chemin des Bonshommes, Teil 1 Der Französische Weg, von Foix nach Mérens

7 Tage 6 Nächte darunter 6 Wandertagen

Niveau: 2/5



Im Mittelalter waren die Pyrenäen, am Rande der Königreiche Frankreichs und Spaniens, ein Handelsort und ein kultureller Austauschplatz. In diesem Klima der Freiheit gewinnt die Religion der Katharer im Süden Frankreichs an Bedeutung. Aber die Kirche lässt nicht lange auf sich warten. Einige Jahre nach dem Fall von Montségur fliehen die letzten Katharer-Apostel, Bonshommes benannt, vor dem Land und der Inquisition, um sich unter der Schutz der katalanischen Herren zu stellen. Der Chemin des Bonshommes erzählt dieses gefährliche Exil und führt Sie in die Pyrenäen-Kultur, zu Dörfern, Burgen und in die unberührte Bergwelt. Wir laden Sie ein, in den Fußstapfen der Bonshommes zu wandern, auf dieser Route, die von atemberaubenden und unvergesslichen Landschaften gesäumt ist : Emotionen und das Gefühl des Fremdseins sind garantiert.

Stärken

- Entdeckung einer spannenden Geschichte
- Weg von Norden nach Süden der Pyrenäen
- Die bedeutendste Sehenswürdigkeit der Katharismus : Montségur

PROGRAMM

Tag 1: Von Foix nach Roquefixade: 18 km – 5h30 – Höhenunterschied: + 994 m – 623 m

Start der Etappe am Pech de Foix, dann durch die Wälder von Pradières, um schließlich in einer wunderschönen Ankunft auf der Roquefixade-Burg zu enden, von wo aus wir die Gipfel des Tabe-Massivs einschließlich den Saint Barthélémy bewundern.

Tag 2: von Roquefixade nach Montségur: 17 km – 5h – Höhenunterschied: + 950 m – 600 m

Nach der Besichtigung der Burg Roquefixade (optional) und dem Bewundern des wunderschönen Panoramas auf die Berge des Pays d'Olmes wandern wir durch die Wälder zur Burg Montségur, einem der wichtigsten Orte des Katharismus. Möglichkeit zur Besichtigung der Burg (optional)

Tag 3: Von Montségur nach Comus: 15 km – 4h – Höhenunterschied: + 750 m – 500 m

Übergangsetappe von der Ariege ins Pays de Sault, wo die mediterranen Einflüsse beginnen. Nach dem Wald durchqueren wir die prächtigen Frau-Schluchten, um nach Comus auf dem Sault-Plateau zu gelangen.

Tag 4: Von Comus bis zur Chioula-Berghütte: 14 km – 4h – Höhenunterschied: + 720 m – 290 m

Möglichkeit einer längeren Variante.

Das Dorf Montailou mit seiner Burg war die letzte Bastion der Katharer im oberen Ariège. Der Zufluchtsort auf dem Sault-Plateau, das durch die Bedrohung der Inquisition zunehmend gefährlich wurde, diente als Ausgangspunkt für den Exil. Von hier aus beginnt eine lange und beschwerliche Reise...Übernachtung in einer Berghütte (kein Doppelzimmer an diesem Abend).

Tag 5: Von der Chioula-Berghütte nach Orlu via Ax: 16 km – 4h – Höhenunterschied: + 219 m – 919 m

Möglichkeit einer längeren Variante.

Wunderschöner Abstieg ins Ascou-Tal und zu seinem See, um ins Orlu-Tal zu gelangen (Möglichkeit, das Museum der Wölfe und das Bergobservatorium zu besichtigen, optional).

Tag 6: Von Orlu nach Mérens-les-Vals: 19 km – 5h30 – Höhenunterschied: + 1062 m – 775 m

Vom Orlu-Tal aus gelangt man durch die Berge und die Schäfer- und Holzwege nach Mérens, um seine romanische Kirche zu entdecken und ein Bad in den natürlichen Heißwasserquellen zu genießen.

Tag 7: Von Mérens-les-Vals nach Foix:

Rückfahrt nach Foix mit dem Zug (im Aufenthalt inbegriffen). Mögliche Entspannung in Ax bei dem Wellnesscenter (optional). Ende der Wanderreise

REISEBEDINGUNGEN

Gepäcktransport :

Sie müssen nur die wichtigste Kleidung für den Tag mitnehmen!

Ihr Gepäck wird zwischen den Unterkünften mit einem Fahrzeug transportiert. Der Gepäcktransport erfolgt täglich zwischen 8.00 und 18.00 Uhr. Jeder Teilnehmer soll sein Gepäck auf einen Koffer pro Person beschränken, mit einem maximalen Gewicht von 13 kg. Um das Beladen in den Fahrzeugen zu erleichtern, werden harte Koffer nicht mehr akzeptiert. Bitte verwenden Sie Weichgepäckkoffer. Jeder Koffer muss mit dem Namen der Person beschriftet sein, die die Buchung vorgenommen hat.

Achtung : bei Überschreitung des Gewichts darf der Transporteur die Annahme Ihres Koffers ablehnen und wird Ihnen eine Gepäckgebühr in Rechnung stellen.

Option ohne Gepäcktransfer : Sie tragen Ihr gesamtes Gepäck selbst, ein Gepäcktransfer mit Fahrzeug ist nicht vorgesehen, bitte kontaktieren Sie uns.

Bei bestimmten Aufenthalten ist Ihre Unterkunft eine Berghütte, die mit dem Fahrzeug nicht erreichbar ist. Daher werden Sie an diesem Abend kein Gepäck haben (siehe Ihr Programm). Denken Sie daran, Ihren Rucksack am Vorabend dieser Etappe gut zu organisieren.

Abreise und Treffpunkt :

Treffpunkt in Montgailhard – Foix (09)

Wie gelangt man dorthin :

- Mit dem Auto: RN 20 von Toulouse aus, dann Ausfahrt Foix.
- Mit dem Zug: SNCF-Bahnhof in Foix.
- Mit dem Flugzeug: Flughafen Toulouse, dann Shuttle zum SNCF-Bahnhof in Foix.

Unterkunft :

5 Nächte mit Vollpension, 1 Nacht mit Halbpension.

Wahl der Unterkunftsart :

Wanderhütte : ausgewählt vor allem wegen der Qualität ihrer Gastfreundschaft, finden Sie in den Etappenhütten eine freundliche Atmosphäre. Meistens teilen Sie sich Schlafsäle mit 4 bis 6 Betten. Bettwäsche und Handtücher sind nicht vorhanden.

Doppelzimmer (nach Verfügbarkeiten) : Sie schlafen in komfortablen Doppelzimmern in Hotels, Bed & Breakfasts und manchmal in Herbergen. Bettwäsche und Handtücher sind vorhanden.

Betreuung :

Sie wandern und können sich orientieren. Von Etappe zu Etappe benutzen Sie unsere App My LaRébenne, in der Sie alle Ihre Unterlagen finden – Karten, Tracks, Unterkünfte, Transportunternehmen sowie alle nützlichen Informationen für Ihren Aufenthalt.

Wenn Sie die digitale Version nicht wünschen, sondern die gedruckte Version mit klassischen Navigationshilfen wie Karten, Kartentasche, Topoführer und gedruckten Informationen bevorzugen, bitten wir Sie, uns dies bereits bei Ihrer Anmeldung mitzuteilen. Wenn Sie beide Versionen (digital und papier) wünschen, bitten wir Sie, einen Aufpreis einzuplanen und uns dies ebenfalls bei Ihrer Anmeldung mitzuteilen

Frei wandern, das bedeutet, mit leichtem Gepäck, in unterschiedlichen Tempos wandern und die Freuden der Natur voll genießen, sich keine Sorgen um die tägliche Logistik machen. Frei gehen, das heisst auch, sich alles,

Dokument gültig bis 10 Februar 2026 MESZ einschließlich

was die durchquerte Gegend uns erzählt, vorstellt und interpretiert.

Verpflegung :

Während Ihres Aufenthalts ist keine Diät vorgesehen, aber es ist eine gute Gelegenheit, die lokale Küche zu probieren. Wir legen großen Wert auf die Qualität des Essens: ausgewogene Ernährung, Energiezufuhr und landestypische Spezialitäten sind die Bestandteile jeder Mahlzeit.

Die Picknicks werden von den Köchen der Unterkünfte oder Hotels zubereitet. Um die Verbreitung unnötiger Abfälle zu vermeiden, bitten wir Sie, eine Plastikdose mitzubringen, damit die Köche sie verwenden können. Bitte geben Sie sie Ihnen sauber !

Teilnehmer :

Mögliche Abreise ab 2 Personen

Niveau :

Diese Wanderung richtet sich an alle Erwachsenen in guter körperlicher Verfassung, die zwischen 4 und 6 Stunden pro Tag wandern können (bei jüngeren Personen bitten wir um Rücksprache). Der Reiseplan stellt keine technischen Schwierigkeiten dar. Es ist erforderlich, sich mit einer Karte, einem Kompass und einem gedruckten oder digitalen Topoführer orientieren zu können. Zudem sollte man über gute Erfahrung im Bergwandern verfügen.

Optionen :

Ankunft am Vortag der Wanderreise und Nacht in Foix in einer Wanderhütte oder im Hotel
Einzelzimmerzuschlag

Frankreich – Formalitäten und Reisedokumente :

- Gültiger Personalausweis oder Reisepass (gilt auch für Kinder)
- Wir empfehlen zudem den Abschluss einer Reisekrankenversicherung

PREISE

Selbstgeführte Reise, Wanderhütte

Anmeldung für 2 Personen	840€
Anmeldung für 3 Personen	820€
Anmeldung für 4 Personen	790€
Anmeldung für 6 Personen	740€

Selbstgeführte Reise, Doppelzimmer

Anmeldung für 2 Personen	950€
Anmeldung für 3 Personen	930€
Anmeldung für 4 Personen	910€
Anmeldung für 6 Personen	860€

Im Reisepreis enthaltene Leistungen :

- Die Unterkunft mit Vollpension : vom Abendessen des 1. Tages bis zum Frühstück des 7. Tages
- Der Gepäcktransport
- Der Rücktransfer zum Ausgangspunkt mit dem Zug
- Die digitale Topoführer-Mappe
Oder die gedruckte Mappe mit den IGN-Karten mit dem hervorgehobenen Verlauf, der Kartentasche und dem ausführlichen Topoführer
- Die GPS-Tracks im GPX-Format (auf Anfrage)
- Kundenbetreuung rund um die Uhr
- Organisations- und Logistikkosten

Im Reisepreis nicht enthaltene Leistungen :

- Die Getränke
- Die Versicherungen
- Die persönlichen Ausgaben
- Das Picknick der ersten Tag
- Das Abendessen der 7. Tag
- Die Unterkunft am Vortag der Wanderreise
- Die Besichtigung der Sehenswürdigkeiten

ALLGEMEINE INFORMATIONEN

Wie Sie bei uns buchen ? :

LaRébenne legt großen Wert auf den Kontakt mit seinen Reisenden. Wir erzählen Ihnen gerne von unseren Reisen und möchten diese Beziehung zu Ihnen aufrechterhalten. Erfahrungsaustausch, Teilen und vergnügen sind die Kernbegriffe der LaRébenne-Reisen.

Zögern Sie nicht, uns direkt zu kontaktieren wenn Sie über Wandern sprechen möchten :

contact@larebenne.com

+33 (0)5 61 65 20 93

Anmeldung, Anzahlung und Bestätigung

Sobald Sie sich für einen Aufenthalt entschieden haben, ist die Anmeldung einfach, unkompliziert und schnell !

* Entweder direkt auf unserer Website auf der Seite Ihrer Rundreise, klicken Sie auf Anmeldung.

* oder erstellen wir mit Ihnen einen maßgeschneiderten Aufenthalt, dann schicken wir Ihnen einen personalisierten Link zu Ihrem Anmeldeformular.

Die Anmeldung ist gültig, wenn wir sie mit Annahme der allgemeinen Geschäftsbedingungen und der Anzahlung von 30% des Reisepreises bekommen. Anschließend wird Ihnen eine Empfangsbestätigung Ihrer Anmeldung zugesandt.

100% sichere Zahlung

Sie können per Kreditkarte oder per SEPA-Überweisung.



Restzahlung

Der Restbetrag muß einen Monat vor dem Abreisedatum bezahlt werden. Sie finden in Ihrem My LaRébenne App Ihre Rechnung sowie einen Link zur Zahlung des Restbetrags Ihres Aufenthalts.

Einladung zur Abreise

Nach Erhalt der Restzahlung steht Ihr Reisetagebuch in Ihrem Kundenkonto auf My LaRébenne App zur Verfügung, in dem Sie alle nützlichen Informationen Ihrer Reise sowie Ihre Rechnung finden.

Die Versicherungen :

Gemäß den gesetzlichen Bestimmungen muss jeder Teilnehmer an einer LaRébenne-Reise eine individuelle Haftpflichtversicherung sowie eine individuelle Vollkaskoversicherung besitzen, mit dem Ziel, sich vor Zwischenfällen oder Unfällen zu schützen, die sich vor oder während der Wanderreise ereignen können.

Die Assistance-Versicherung deckt im Wesentlichen die Such- und Rettungskosten, die Rückführung und die medizinischen Kosten ab. Sie greift, sobald ein medizinischer Befund vorliegt, der die Entscheidung über die Rückführung ermöglicht. Eine Rückführung kann auch aus Gründen eingeleitet werden, die nicht von der versicherten Person selbst verursacht wurden, z. B. der Tod eines Familienmitglieds (siehe Fälle in der Versicherungsbroschüre). Zuvor müssen Sie in Regionen, die weit von der medizinischen Infrastruktur entfernt und schwer zugänglich sind, die Organisation der ersten Hilfe durch lokale Mittel (Allradfahrzeuge, Träger, Pferde usw.) akzeptieren.

Je nach gewähltem Paket können Sie auch für den Verlust, den Diebstahl oder die verspätete Auslieferung von Gepäck sowie für den Reiseabbruch entschädigt werden.

Die Reiserücktrittsversicherung schützt vor dem finanziellen Risiko einer Stornierung. Es ist sehr wichtig, eine solche Versicherung zu haben, wenn Sie aufgrund eines gesundheitlichen Problems oder aus beruflichen Gründen im Vorfeld die Reiseleistungen stornieren müssen.

Wir empfehlen Ihnen, sich vor einer Buchung bei uns über die genauen Leistungen Ihrer Auslandsreiseversicherung (falls vorhanden) zu informieren und ggfs. einen der folgenden Versicherungsverträge bei der Buchung abzuschließen. Bitte beachten Sie, dass wir bei diesen Angeboten nur als Vermittler zwischen Ihnen und unserem Versicherungspartner auftreten.

- Ich möchte die Komplettzschutz-Reiseversicherung abschließen (4.5%, Mindestprämie von 15 €):
Dieser Vertrag deckt Such- und Rettungskosten, medizinische Versorgung, Rückführung, Reisegepäck (Verlust oder Diebstahl), Reiserücktritt und Reiseabbruch ab. Um den vollständigen Vertrag anzusehen, [klicken Sie hier](#) (nur auf Englisch verfügbar).
- Ich möchte die Reiserücktrittsversicherung abschließen (2,5%, Mindestprämie von 10 €):
Dieser Vertrag deckt nur den Reiserücktritt ab. Um den vollständigen Vertrag anzusehen, [klicken Sie hier](#) (nur auf Englisch verfügbar).
- Ich möchte die Reiseabbruchs- und Assistenzversicherung abschließen (1.6%, Mindestprämie von 10 €):
Dieser Vertrag deckt Such- und Rettungskosten, medizinische Versorgung, Rückführung, Reisegepäck (Verlust oder Diebstahl) und Reiseabbruch ab. Um den vollständigen Vertrag anzusehen, [klicken Sie hier](#) (nur auf Englisch verfügbar).

In Bezug auf die Haftpflichtversicherung im Ausland“ sind nur in Frankreich ansässige Personen versichert.

Informationen :

LaRébenne - 10 rue de la Comédie - 09000 Foix - Frankreich

Tel : + 33 (0)5 61 65 20 93 - contact@larebenne.com - www.larebenne.com

Unternehmensregister

ACTIVITÉ (CODE NAF) 7911Z: Activités des agences de voyage

IMMATRICULATION TOURISME: IM038100057

Eingeschrieben seit 02/07/2003.

RCP: GAN, 7, place du Dôme, 92099 La Défense