

# 24 HEURES À CARCASSONNE

Plébiscitée par les touristes du monde entier pour sa beauté insolente, la préfecture de l'Aude est un aller simple pour l'insolite. Après la visite de sa cité médiévale, on flâne dans la ville basse pleine de vie, avant de profiter du calme et des loisirs du canal du Midi.

PAR ÉRIC DELON.



## 9h Faire du yoga en plein air

Rendez-vous au pied de la cité médiévale, en face de l'ancienne manufacture royale de draps de la Trivalle, avec Aude Labadie. Cette guide conférencière enseigne également le yoga. Elle nous entraîne, non loin de là, dans le splendide parc de l'île de la Cité, en bordure de l'Aude. Face à un arbre majestueux, nous voilà partis pour trois quarts d'heure de détente et de relaxation. Pour ponctuer la séance, notre prof du jour récite, en occitan, quelques vers pleins de spiritualité de la poétesse et paysanne Marcelle Delpastre. Comptez 18 euros par personne.

[Esprittellurique.com](http://Esprittellurique.com)

## 11h Déguster un encas local

On chemine dans le quartier de la bastide Saint-Louis, édifiée en 1260, au cœur de la ville basse. Pour découvrir les saveurs locales, on emboîte le pas à Cristelle Lucchese, du Carcassonne Food Tour (70 euros par personne la matinée). Après avoir dégusté, à la Boulangerie des halles, un petit carcas-

sonnais – sorte de madeleine aux arômes d'écorce d'orange confite –, on traverse la rue afin de déambuler dans les halles Prosper-Montagné. On craque pour les fromages, dont le délicieux chèvre pélardon, la charcuterie de la célèbre maison Cathala, ou les fritons et rillettes de canard d'un éleveur du Lauragais. L'heure du déjeuner approchant, on s'installe, sur l'avenue du Général-Leclerc, à la terrasse du Comptoir de la cité, un ancien palais de la Belle Epoque transformé par les Vignobles Foncalieu. La carte des vins promet une jolie dégustation.

[Carcassonnefoodtour.com](http://Carcassonnefoodtour.com)

## 14h Rencontrer un sculpteur

Dans une ruelle pavée, on découvre la boutique de Thierry Auneau. Ce sculpteur, séduit par l'opposition entre « le brut et le poli de la matière », prélève des blocs de marbre dans la carrière de Caunes-Minervois, à 20 kilomètres de là. On l'observe créer d'étonnants visages, dans de splendides tons marron, ocre et noir.

Thierry Auneau, 2, rue de la Porte-d'Aude.  
Tél. : 0679637403.

## 16h Admirer un joyau architectural

Au cœur de la cité, le château comtal, bâti en grande partie au XIII<sup>e</sup> siècle, fut le cœur décisionnaire de cet ensemble fortifié unique en Europe et classé au patrimoine mondial de l'Unesco. La visite de l'édifice (9,50 euros) permet d'admirer les 52 tours que compte la citadelle, mais aussi la basilique, les escaliers, les chemins de ronde et les remparts – 3 kilomètres au total –, depuis lesquels on jouit d'une vue exceptionnelle sur la ville et ses alentours. Un pur joyau architectural, qui fut tour à tour détruit, reconstruit, agrandi, abandonné, puis finalement restauré par Eugène Viollet-le-Duc au XIX<sup>e</sup> siècle.

1, rue Viollet-le-Duc.  
[Remparts-carcassonne.fr](http://Remparts-carcassonne.fr)



Dominant Carcassonne, la cité fortifiée sert de décor aux cours de yoga d'Aude Labadie (1) ou au sculpteur d'écorces Thierry Auneau (2). Et pour un bain de verdure, direction le canal du Midi (3) !

### 18 h Prendre un apéro avec vue

On se retrouve dans les sublimes jardins de l'Hôtel de la cité, construit au début du XX<sup>e</sup> siècle à l'emplacement de l'ancien palais épiscopal. La femme de lettres Colette fait partie des nombreux artistes qui ont fréquenté l'établissement. Le panorama sur la ville basse est saisissant, avec ses pierres millénaires et ses jardins. On s'installe pour savourer une Ciutat Pils (« ciutat » signifie « ville », en occitan), bière blonde et subtile créée par Xavier Benoist, qui a fondé, en 2014, les Brasseurs de la cité.

Place Auguste-Pierre-Pont. Cite-hotels.com

### 20 h Se régaler d'un bon cassoulet

Le restaurant Comte Roger, à la jolie terrasse ombragée, propose une excellente cuisine inspirée par les terroirs languedocien et audois. Difficile de résister à l'emblématique cassoulet fait maison du chef Pierre Mesa, même en été ! En entrée, on savoure sa salade carcassonnaise (artichaut, confit de volaille, tomate) et, en des-

sert, on craque pour son parfait glacé au muscat du Minervois. Comptez environ 40 euros à la carte sans le vin.

14, rue Saint-Louis. Comteroger.com

### 22 h Passer la nuit dans un lieu chargé d'Histoire

Idéalement placé, l'hôtel Le Donjon a investi plusieurs bâtiments anciens. La décoration, d'inspiration médiévale, renforce la dimension historique du lieu. Les chambres, calmes et confortables, selon la catégorie, donnent sur les ruelles de la citadelle, sur les jardins de l'établissement ou sur les remparts. Chambre double à partir de 139 euros la nuit.

2-4, rue du Comte-Roger. Tél: 04 68 11 23 00.

## LONGER LE CANAL DU MIDI

Construit au XVII<sup>e</sup> siècle par Pierre-Paul Riquet pour relier l'Atlantique à la Méditerranée, le canal du Midi est devenu une attraction touristique. Depuis le port de Carcassonne, on le longe sur une partie de ses 240 kilomètres, à pied, à vélo ou en bateau (location sans permis).

Tourisme-carcassonne.fr