

# Le Canal du Midi à vélo : Seuil de Naurouze / Castelnaudary

## Le Canal des 2 Mers à vélo

---



D'écluses en écluses, le chemin de halage du canal nous conduit au cœur du Lauragais. Le seuil de Naurouze se situe sur la ligne de partage des eaux Atlantique / Méditerranée ; c'est un point clef du Canal du Midi qu'alimente ici la fameuse rigole de la plaine. Le canal nous conduit à Castelnaudary, capitale du cassoulet, avec son avant-port et son grand bassin, le plus grand du canal du Midi. Les sections mentionnées « parcours provisoire » n'étant pas officiellement aménagées, il convient de solliciter pour circuler une demande d'autorisation écrite auprès de VNF autorité gestionnaire, conformément à l'article R4241-68 du Code des Transports.

**Départ**  
Seuil de Naurouze

**Arrivée**  
castelnaudary

**Durée**  
49 min

**Distance**  
12,92 Km

**Niveau**  
VTT conseillé

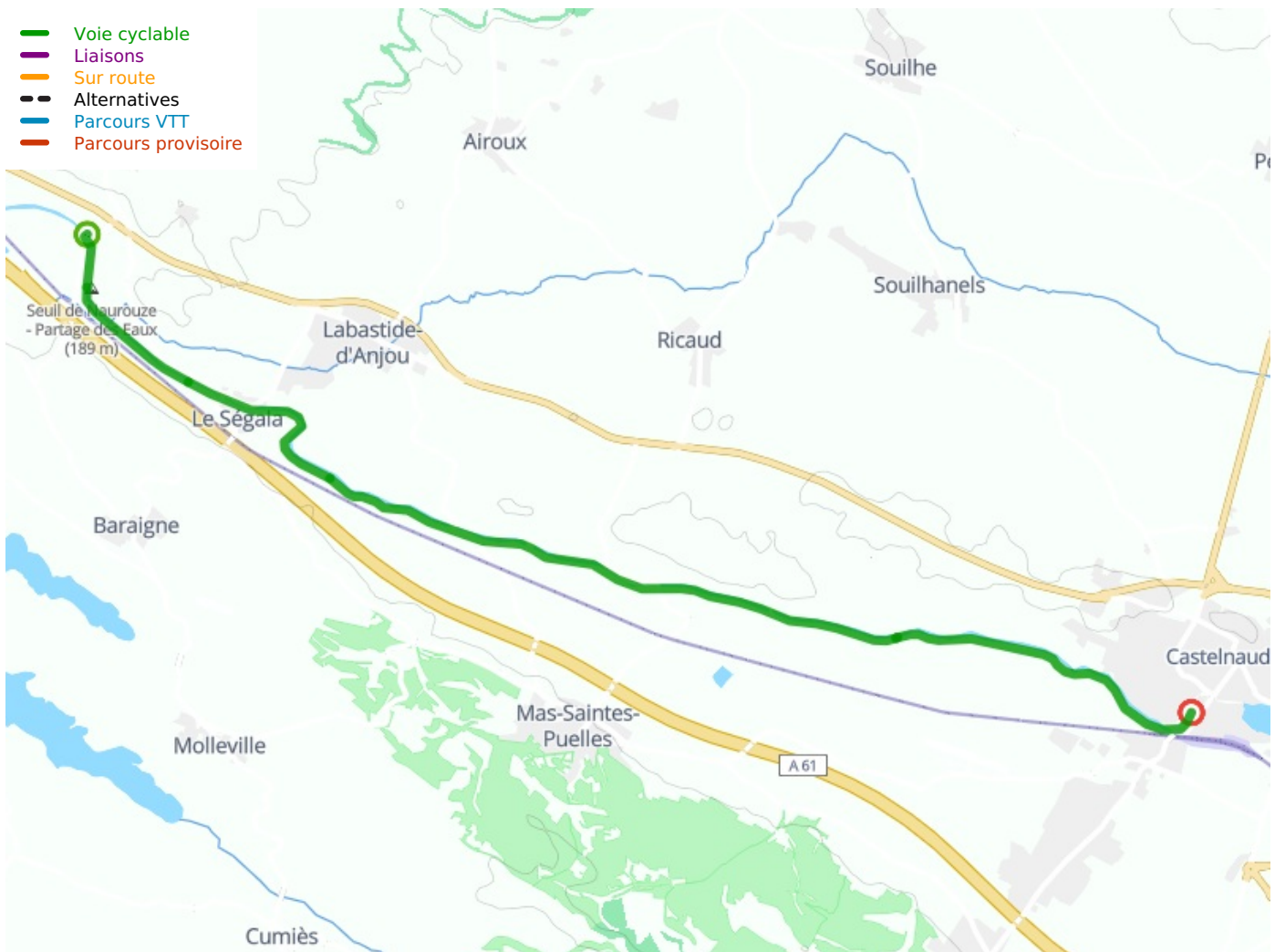
### L'itinéraire

Chemin de halage non aménagé

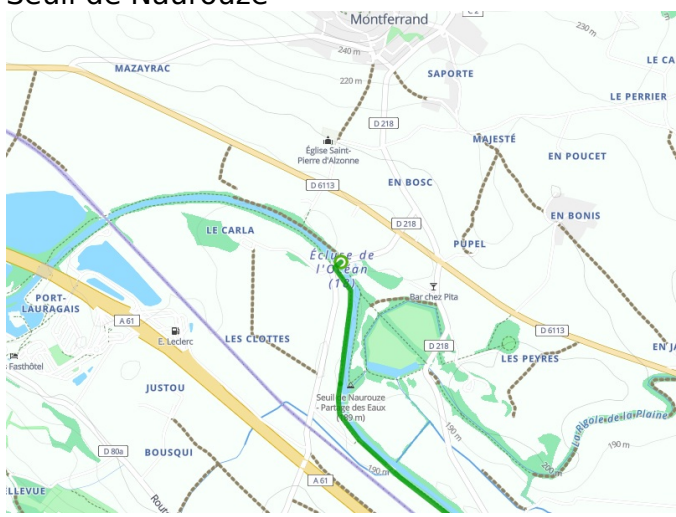
### Hors itinéraire

[Voie verte de la rigole de la Plaine](#) jusqu'au lac de St-Féréol.

- Voie cyclable
- Liaisons
- Sur route
- - - Alternatives
- Parcours VTT
- Parcours provisoire



**Départ**  
Seuil de Naurouze



**Arrivée**  
castelnaudary

