

Ces 5 parcours sont une incitation à découvrir notre région à travers des paysages (à vous couper le souffle), avec la possibilité d'agrémenter les difficultés et la longueur du parcours en fonction du niveau de forme, du temps à investir dans la découverte de notre histoire, de notre patrimoine...

"Parcours de l'Ours"

Parcours montagneux

Distance : 85,354 Kms
 Altitude Min : 246 m
 Altitude Max : 1028 m
 Dénivelé positif : 1824 m
 Dénivelé négatif : 1830 m

Départ d'Amélie en direction d'Arles-sur-Tech. Dès la sortie d'Arles, le parcours s'élève en direction des villages pittoresques de Corsavy, Montferrer, Le Tech. A la sortie du village du Tech, prendre direction de Prats-de-Mollo. Après 500m, tourner à droite au niveau de l'usine électrique vers le Col de Saous par La Llau. Aller jusqu'à Prats-de-Mollo. Puis, retour vers le village du Tech. Après 1 Km, tourner à droite. Le parcours s'élève à nouveau en direction de Serralongue par la D44. 500 mètres après avoir traversé les lieux-dits "Galdares et Le Grau" prendre à gauche vers le village de la Forge del Mitg (par le Col du Sagué) D64 qui annonce la fin des difficultés. Une longue descente vous permet de traverser le village de la Forge del Mitg. A la sortie, prendre à gauche la D3 en direction du lieu-dit "Can Parterre" où vous êtes à nouveau sur la D115 vers Arles-sur-Tech - Amélie.

IMPORTANT : Après chaque ascension, il est possible de raccourcir la sortie en récupérant la D115 jusqu'à Amélie par des faux plats descendants. Si vous êtes épuisés : ne vous engagez pas sur la dernière ascension après le village du Tech, mais rentrez directement par la D115.



"La route de Trabucayres"

Parcours moyenne montagne

Distance : 60,665 Kms
 Altitude Min : 117 m
 Altitude Max : 862 m
 Dénivelé positif : 1146 m
 Dénivelé négatif : 1144 m

Les Trabucayres étaient des bandits de grands chemins qui terrorisaient les habitants du Vallespir dans les années 1840. Ils étaient ainsi nommés car ils étaient armés de trabucs (tromblons).

Ces bandits avaient établi leur quartier général au village de Las Illas, en raison de sa proximité avec la frontière Espagnole. De plus, la contrebande était dans les "gènes" de ses habitants.

Ce parcours au départ d'Amélie-les-Bains permet de rejoindre Céret par la D115 ou la Voie Verte. Traverser la ville de Céret en direction de Maureillas par la D618. Dans Maureillas prendre la D13 vers Riunogués / Las Illas et Céret par le Col de Fontfrède d'où vous apercevrez un magnifique panorama. Descente pentue sur le Col de Mirailles et le Col de la Brousse. Puis, arrivée sur Céret et retour par la D115 ou la Voie Verte vers Amélie. Ce sens du parcours permet à partir du village de Maureillas une ascension régulière avec seulement un ultime Km à 10%.



"Balcons du Canigó"

Parcours moyenne montagne

Distance : 72,421 Kms
 Altitude Min : 139 m
 Altitude Max : 769 m
 Dénivelé positif : 1335 m
 Dénivelé négatif : 1345 m

Ce parcours permet de découvrir les contreforts des Aspres avec un joli point de vue sur la côte radieuse jusqu'à la mer et à portée de fusil nos sommets pyrénéens dont le mythique Pic du Canigó et ce, en longeant ses "balcons".

Ce parcours au départ d'Amélie-les-Bains rejoint Céret par la D115 ou la Voie Verte. Traverser Céret en direction de Saint-Jean-Pla-de-Corts. A la sortie Céret, immédiatement après le Pont du Diable, tourner à gauche sur la D615 en direction du Col de Llauro. Au sommet de la D13, traversée des pittoresques villages de Oms, Calmeilles et arrivée au Col du Fourtou et à la charmante chapelle de la Trinité. Au Col Xatard, descendre vers les villages de Saint-Marsal, Taulis et le magnifique village médiéval de Palalda. Arrivée à Amélie par la D618.

Ce parcours montagneux s'agrémente de montées et descentes en alternance pour terminer depuis le Col Xatard par 23 Kms d'une très jolie descente qui sera cependant entrecoupée de deux remontées sur quelques centaines de mètres avant le village de Taulis.



"La Plaine Roussillonnaise"

Parcours varié

Distance : 78,560 Kms
 Altitude Min : 37 m
 Altitude Max : 388 m
 Dénivelé positif : 805 m
 Dénivelé négatif : 820 m

Les balcons des Albères et les contreforts des Aspres face au mythique Pic du Canigó.

Ce parcours très accessible permet dès la 1ère partie de rouler vers la plaine du Roussillon en empruntant les contreforts des Albères pour traverser des villages chargés d'histoire de par leur patrimoine et leur culture tels Saint-Génis-des-Fontaines, Laroque-des-Albères, Villelongue-dels-Monts, Montesquieu-des-Albères... et de revenir par les contreforts des Aspres, face au mythique Pic du Canigó (montagne sacrée des Catalans).

Départ d'Amélie vers Céret soit par la D115 soit par la Voie Verte. Dans Céret, prendre la direction de Maureillas par la D618, vers Le Boulou. Après le casino du Boulou, prendre le lotissement de "Lonaret" et rejoindre par une partie de la Voie Verte, Montesquieu-des-Albères. Rester sur les contreforts des Albères vers Villelongue-dels-Monts, Laroque-des-Albères, Saint-Génis-des-Fontaines, la D2 vers Banyuls-dels-Aspres, Saint-Jean-Lasseille, Villemolaque, Fourques sur la D23, Llauro, le Col de Llauro par la D615, Céret et son célèbre Pont du Diable, puis Amélie par la D115 ou la Voie Verte (ancienne voie de chemin de fer qui surplombe le fleuve "le Tech").



"Parcours du Troubadour"

Parcours montagneux

Distance : 82,687 Kms
 Altitude Min : 98 m
 Altitude Max : 768 m
 Dénivelé positif : 1339 m
 Dénivelé négatif : 1347 m

Amélie - Castelnu et son village classé. Ce parcours emprunte la D115 face au château d'Aubry après Céret en direction de Saint-Jean-Pla-de-Corts. Au rond point, tourner à gauche vers Vivés. La route s'élève vers Llauro pour redescendre jusqu'à Thuir et ses fameuses Caves Byrrh. Au rond point du supermarché Lidl, tourner à gauche sur la D48 et traverser le village de Castelnu (classé parmi les plus beaux villages de France). Au croisement, prendre la D2 direction Caixas. Après quelques kms d'une jolie descente, prendre la petite route à droite vers la chapelle de la Trinité (commune de Prunet et Belpuig) par le Col du Fourtou. Puis la D618, le Col Xatard, Saint-Marsal, Taulis, Palalda et Amélie.



Renseignements :
 Office du Tourisme et du Thermalisme
 22, Avenue du Vallespir - 66110 Amélie les Bains
 Tél. 04 68 39 01 98 - Fax. 04 68 39 20 20
 E-mail : contact@amelie-les-bains.com
 Site : www.amelie-les-bains.com

