

Adresses et informations utiles

Office de Tourisme Conflent Canigó
Tel. 04 68 05 41 02
www.tourisme-canigou.com

Les Balises

	GR® GR®T	GR®P	PR	PR
Bonne Direction Continuité				
Changement de Direction Tourne à Gauche				
Changement de Direction Tourne à Droite				
Mauvaise Direction				

Bonne Conduite en Montagne

- Se renseigner sur les conditions atmosphériques
- Être bien équipé : chaussures, chapeau, eau...
- Rester sur les sentiers balisés
- Respecter la Faune et la Flore
- Ramener ses déchets
- Respecter la réglementation affichée
- Ne pas oublier de refermer les barrières
- Rester silencieux et discret
- **Ne pas faire de feu**

Météo : 08 99 71 02 66
Urgences : 112 ou 15
Pompiers : 18

Vous rencontrez un problème sur nos sentiers ? Signalez-le sur les fiches dédiées dans les différentes antennes de l'Office de Tourisme ou sur sentinelles.sportsdenature.fr

SENTINELLE, NE PARTEZ PAS SANS...

La nouvelle application SURICATE est disponible !



sentinelles.sportsdenature.fr



Destination Conflent Canigó

La Ronde du Canigó

Conflent Canigó
Office de Tourisme

Distance : 150 km

Temps : 10 jours

Dénivelé Positif Cumulé : 7474 m

Difficulté : Difficile

Balilage : Jaune et Rouge

FF Randonnée
les chemins, une richesse partagée
Pyrénées-Orientales

Panoramas et Patrimoine



Phare de la Méditerranée, célébrant l'Orient des Pyrénées, le Canigó est un massif de légendes. Terre d'itinérance et de spiritualité, il invite ses visiteurs à vivre les émotions des grands espaces, la liberté, l'évasion. Prenez le temps de vous ressourcer dans ce massif mythique qui vous contera son histoire.

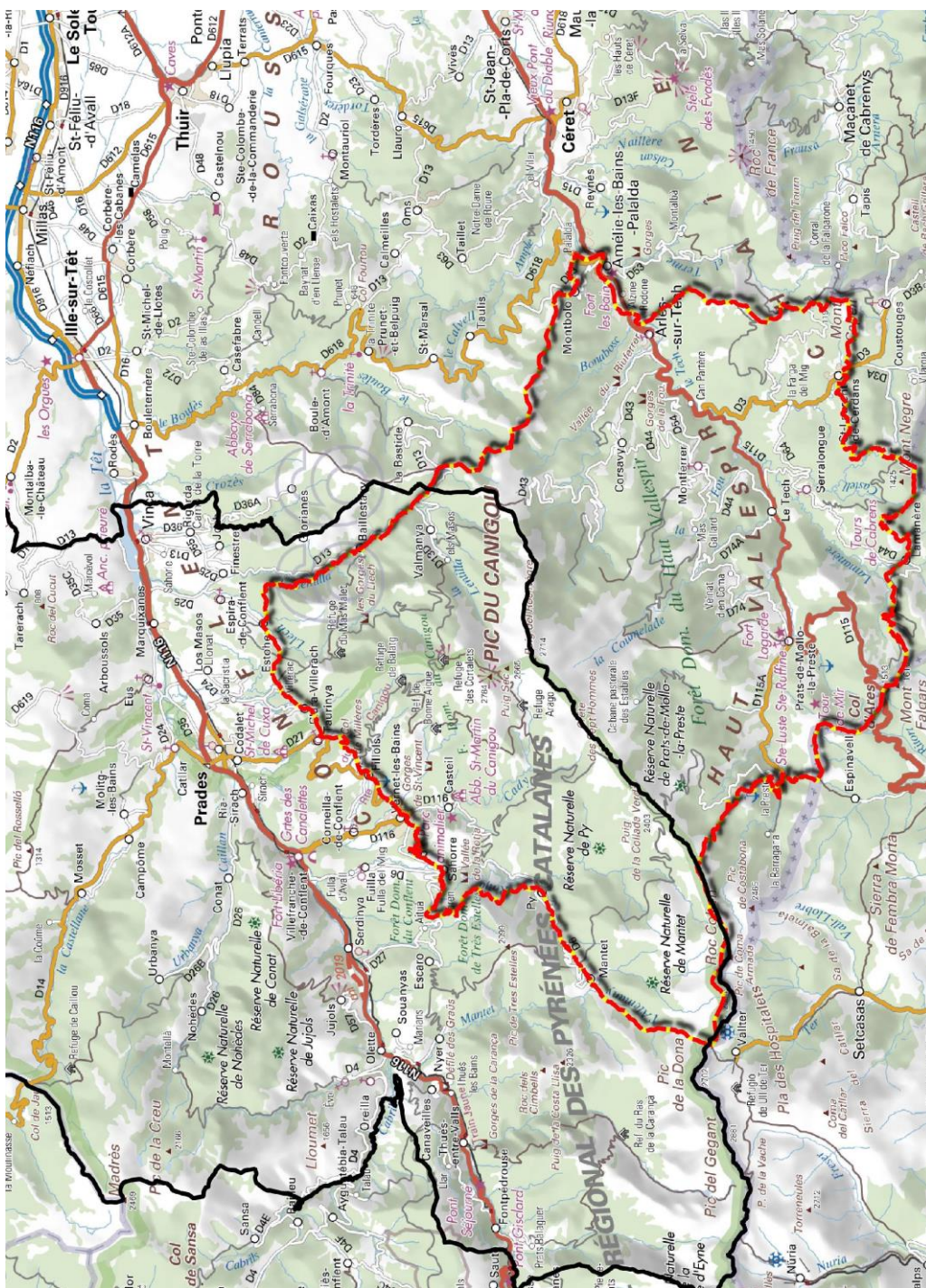


Photo-reportez en taguant vos plus belles photos de randos #justcanigó sur Instagram



Photos visibles sur notre page Facebook, devenez fan en flashant le QR code ci-contre ou sur facebook.com/TourismeConflentCanigo





Carte IGN 1/25^{ème} 2349 ET, 2449 OT et 2250 ET

TopoGuide® disponible sur le site de la Fédération Française de Randonnée : <https://boutique.ffrandonnee.fr/> ou sur www.mongr.fr

Départ : Vernet-les-Bains – altitude 658 m –

Accès motorisé : depuis la RN116, prendre le D116 direction Vernet-les-Bains.

Etape 1 : Vernet-les-Bains – Py 16,10kms 5h30 D+ 942m D- 563m

Etape 2 : Py – Mantet 6,00kms 2h30 D+ 500m D- 279m

Etape 3 : Mantet – Refuge de Les Conques 18,40kms 6h15 D+ 860m D- 860m

Etape 4 : Refuge de Les Conques – ND-du-Corral 19,90 kms 6h40 D+ 818m D- 1335m

Etape 5 : ND-du-Corral – St-Laurent-de-Cerdans 20,50kms 6h20 D+ 627m D- 1048m

Etape 6 : St-Laurent-de-Cerdans – Arles-sur-Tech 17,90kms 6h25 D+ 936m D- 1328m

Etape 7 : Arles-sur-Tech – Montbolo 8,95kms 2h40 D+ 427m D- 102m

Etape 8 : Montbolo – Baillestavy 19,00kms 6h15 D+ 891m D- 859m

Etape 9 : Baillestavy – Taurinya 15,70kms 5h00 D+ 626m D- 700m

Etape 10 : Taurinya – Vernet-les-Bains 7,70kms 2h30 D+ 409m D- 283m

Pensez à réserver vos hébergements avant de partir !
www.tourisme-canigou.com

Partez en toute sérénité !

N'hésitez pas à contacter les accompagnateurs en montagne, qui vous feront partager leurs expériences, savoirs et anecdotes. Vous retrouverez leurs coordonnées dans le Guide Activités de Pleine Nature, disponible dans chacune des antennes de l'Office de Tourisme Conflent Canigó ou sur www.tourisme-canigou.com

Comité Départemental de la Randonnée Pédestre des Pyrénées-Orientales
pyrenees-orientales@ffrandonnee.fr Tel. 04 68 61 48 85 Web : mongr.fr



Projet cofinancé par le Fonds Européen Agricole pour le Développement Rural
L'Europe investit dans les zones rurales