

Adresses et informations utiles

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



Les Balises

	GRØ	GRØP	PR	PR
Bonne Direction Continuité				
Changement de Direction Tourne à Gauche				
Changement de Direction Tourne à Droite				
Mauvaise Direction				

Météo : 08 99 71 02 66

Urgences : 112 ou 15

Pompiers : 18

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**

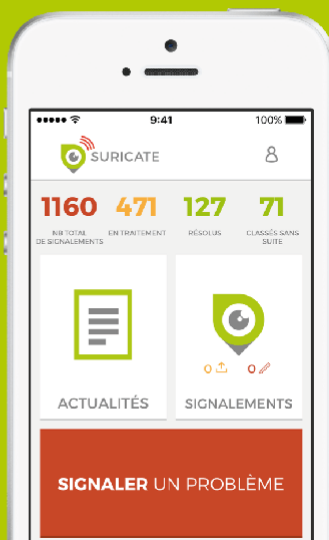
Vous rencontrez un problème sur nos sentiers ? Signalez-le sur les fiches dédiées dans les différentes antennes de l'Office de Tourisme ou sur sentinelles.sportsdenature.fr

SENTINELLE, NE PARTEZ PAS SANS...

La nouvelle application SURICATE est disponible !



sentinelles.sportsdenature.fr



Refuge des Cortalets

Le Tour du Canigó



Distance : 84 km

Temps : 5 jours

Dénivelé Positif Cumulé : 4450 m

Difficulté : **Difficile**

Balisage : Jaune et Rouge



Panoramas

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 cette montagne mythique qui vous contera son histoire.

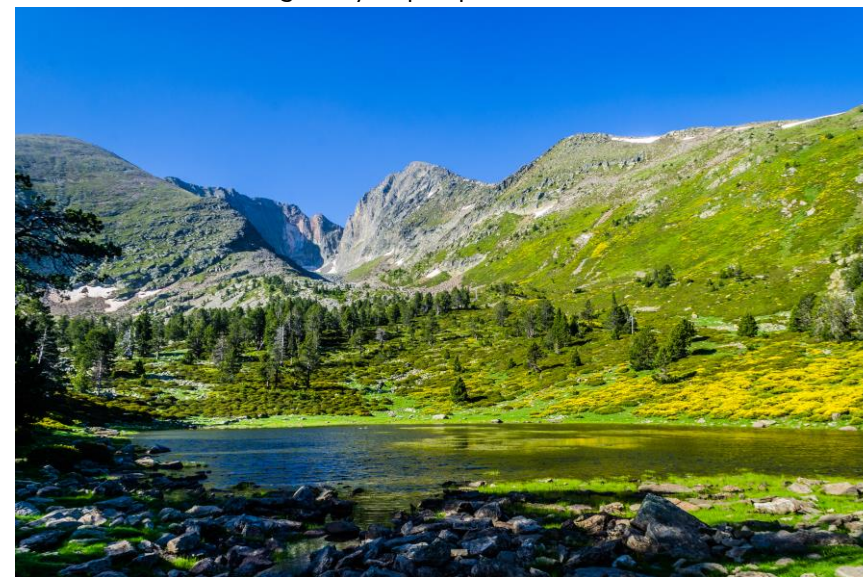
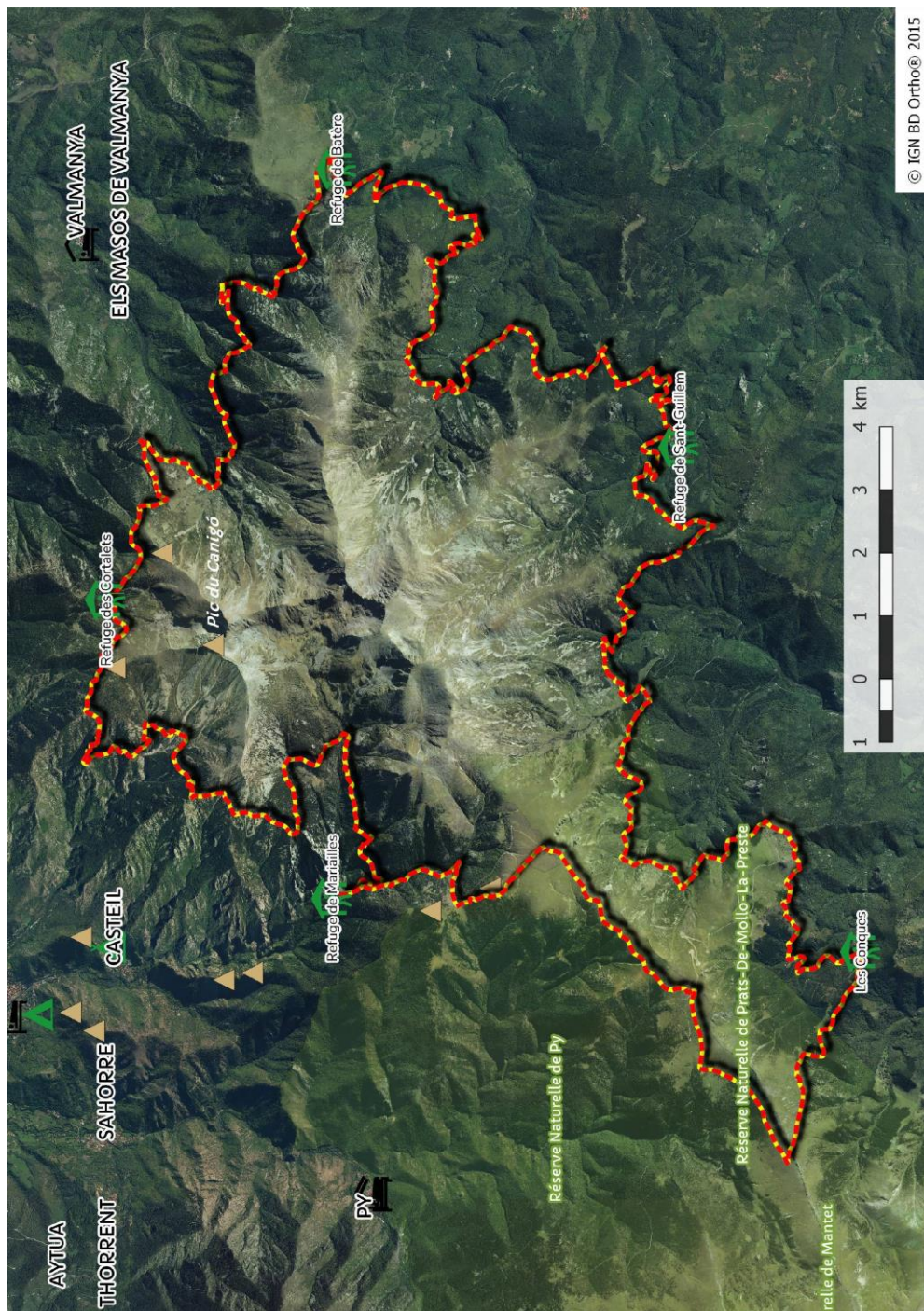


Photo-reportez en taguant vos plus belles photos de randos **#justcanigó** sur Instagram



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





Carte IGN 1/25^{ème} 2349 ET

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

Départ : Refuge des Cortalets – altitude 2150 m – +33 4 68 96 36 19

Accès pédestre : par le GR®T83, GR®10, GR®36, GR®P Tour du Canigó, et différents villages de la vallée par les PR.

Etape 1 : Refuge des Cortalets – Refuge de Batera 16kms 5h00 D+ 571m D- 1217m

Etape 2 : Refuge de Batera – Refuge Sant Guillem 17,30kms 8h20 D+ 946m D- 1119m

Etape 3 : Refuge Sant Guillem – Refuge de Les Conques 21,30kms 8h00 D+ 1047m D- 723m

Etape 4 : Refuge de les Conques – Refuge de Mariailles 15,60kms 5h30 D+ 816m D- 704m

Etape 5 : Refuge de Mariailles – Refuge des Cortalets 15,50 kms 6h15 D+ 1076 m D- 641m

Pensez à réserver vos refuges en ligne avant de partir sur

www.montourducanigo.com ou en contactant les refuges ci-dessous :

Refuge des Cortalets : +33 4 68 96 36 19

Refuge de Batera : +33 4 68 39 12 01

Refuge de Les Conques : +34 6 96 29 86 31

Refuge Sant Guillem : +33 9 78 04 96 85 ou +33 6 11 22 48 79

Refuge de Mariailles : +33 4 68 05 57 99

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

CONFLENT-CANIGÓ WALKS

CORTALETS REFUGE: the TOUR du CANIGÓ REGIONAL LONG-DISTANCE PATH (GRP)

The "Massif du Canigó" lies at the far eastern end of the Pyrenees mountains, which stretch from the Atlantic coast to the Mediterranean.

The highest point in the massif - the "Pic du Canigó" - towers above the coastal plain far below.

It is a mountain of many myths and legends, some of which you will no doubt read or hear about as you follow this trail.

The massif is a place of pilgrimage - for reasons both religious (it has several revered and

beautiful places of worship) and secular (its summits are internationally renowned).

Take your time to get to know this mountain and you will come away feeling well rewarded.

Mountain code of conduct

- Check the weather forecast
- Go well equipped: with walking shoes or boots, a sunhat and some drinking water
- Keep to waymarked routes
 - Respect fauna and flora
 - Carry out all your litter
- Act in accordance with signs and notices
- Leave gates and fences as you find them
 - Make no unnecessary noise
 - Don't light fires

Duration: Five days

Distance: 84km

Waymarks: red-and-yellow

You climb in total: 4450 metres

Level of difficulty: Hard

ROUTE DESCRIPTION

Start: Refuge des Cortalets – altitude 2150 m – +33 4 68 96 36 19

Access on foot is possible via trails such as the GRT83, GR10, GR36, and GRP Tour du Canigó, and via local paths from surrounding villages.

- Emergency telephone numbers: 112 (or 18 - the *pompiers* fire and emergency service)
- Map:
IGN 2349 ET Massif du Canigou
- Guidebook:
TopoGuide (in French), available from the Fédération Française de Randonnée :
<https://boutique.ffrandonnee.fr/>
or www.mongr.fr

Stage 1: Refuge des Cortalets to Refuge de Batera; 16km; 5h00; up 571m; down 1217m

Stage 2: Refuge de Batera to Refuge Sant Guillem; 17.3km; 8h20; up 946m; down 1119m

Stage 3: Refuge Sant Guillem to Refuge de Les Conques; 21.3km; 8h00; up 1047m; down 723m

Stage 4: Refuge de les Conques to Refuge de Mariailles; 15.6km; 5h30; up 816m; down 704m

Stage 5: Refuge de Mariailles to Refuge des Cortalets; 15.5km; 6h15; up 1076m; down 641m

Don't forget to reserve your accommodation at mountain huts before setting off - online at www.montourducanigo.com, or by telephone:

Mountain guides

To enhance your enjoyment and appreciation of the trail, as well as for your greater security, don't hesitate to seek help and advice from local mountain guides.

They will be happy to give you the benefit of their knowledge and experience, and to share with you anecdotes about this wonderful area. You will find their contact details in the "Guide des Activités de Pleine Nature" available in our local tourist offices and in the "Pratique - Brochures" section of our website: www.tourisme-canigou.com.

Refuge des Cortalets: +33 4 68 96 36 19

Refuge de Batera: +33 4 68 39 12 01

Refuge Sant Guillem: +33 7 77 94 79 45

Refuge de Les Conques: +34 6 96 29 86 31

Refuge de Mariailles: +33 4 68 05 57 99

Office de Tourisme Conflent Canigó

Tél : 04 68 05 41 02

info@tourisme-canigou.fr

www.tourisme-canigou.com

(Translation 2018 by A.M)

SENDERISME CONFLENT-CANIGÓ

Refugi dels Cortalets GRP VOLTA DEL CANIGÓ

Panorama

Far del Mediterrani, alabant l'Orient dels Pirineus, el Canigó és un massís de llegendes. Terra d'itinerància i de espiritualitat, convida els seus visitants a viure emocions dels grans espais, llibertat, evasió. Agafeu el temps de tornar a agafar forces en aquesta muntanya mítica que us contarà la seva història.

Distància : 84km

Dificultat : Difícil

Temps : 5 dies

Desnivell positiu acumulat : 4450m

Senyalització : Groc i Roig

**Partida : Refugi dels Cortalets – altitud
2150m - +33 4 68 96 36 19**

**Accés pedestre : pel GRT83, GR10, GR36, GRP
Volta del Canigó, i diferents pobles del vall
pels PR.**

Etapa 1 : Refugi dels Cortalets – Refugi de
Batera 16km 5h00 D+571m D-1217m Etapa
2 : Refugi de Batera – Refugi Sant Guillem
17,30km 8h20 D+946m D-1119m Etapa 3 :
Refugi Sant Guillem – Refugi de Les
Conques 21,30km 8h00 D+1047m D-723m
Etapa 4 : Refugi de Les Conques – Refugi de
Mariailles 15,60km 5h30 D+816 D-704m
Etapa 5 : Refugi de Mariailles – Refugi dels
Cortalets 15,50km 6h15 D+1076m D-641m

**Penseu a reservar els vostres refugis en
línia abans de marxar sobre
www.montourducanigou.com o trucant els
refugis aquí sota :**

Refugi dels Cortalets : +33 4 68 96 36 19

Refugi de Batera : +33 4 68 39 12 01

Refugi de Les Conques : +34 6 96 29 86 31

Refugi Sant Guillem : +33 7 77 94 79 45

Refugi de Mariailles : +33 4 68 05 57 99

Marxeu amb tranquil·litat !

No dubteu en contactar els acompanyadors de muntanya, que compartiran amb vosaltres llurs experiències, saber i anècdotes. Trobareu llurs adreces en el Guia Activitats de Plena Natura, disponible en cada antena de la Oficina de Turisme Conflent Canigó o sobre www.tourisme-canigou.com

Portar-se bé a la muntanya !

- ✓ Informar-se sobre les condicions atmosfèriques
- ✓ Ser ben equipat : sabates, barret, aigua,...
- ✓ Quedar-se en els senders senyalitzats
- ✓ Respectar la fauna i la flora
- ✓ Portar les seves deixalles
- ✓ Respectar la reglamentació anunciada
- ✓ No oblidar de tornar a tancar les barreres
- ✓ Quedar silenciós i discret
- ✓ No fer foc

Telèfon urgències : 112 o 15

Temps meteor (francès) : 08 99 71 02 66

Mapa IGN 2349 ET

Office de Tourisme Conflent-Canigó

10, Place République

66 500 PRADES

Tél : 04 68 05 41 02

info@tourisme-canigou.fr

www.tourisme-canigou.com