



☀️ MÉTÉO 32 50

🚑 SECOURS 112
SAMU 15
POMPIERS 18



RANDONNÉES
PÉDESTRES

12

Le Tour de Saint Martin du Canigou

CHARTE DU RANDONNEUR



Rester sur les chemins et sentiers balisés



Ne pas jeter de détritux, les emporter avec soi



Respecter les clôtures, refermer les barrières



Rester courtois avec les riverains des chemins et les autres utilisateurs de la nature



Faire attention aux cultures et aux animaux



Se montrer silencieux et discret, observer la faune, la flore sans la toucher



Tenir compte des consignes des chasseurs pendant les périodes de chasse traditionnelles



Respecter les équipements d'accueil, de signalisation et de balisage



Ne pas faire de feu et ne pas fumer dans les bois ou à proximité des lisières et des broussailles



Respecter les autres pratiquants randonneurs, cavaliers et cyclistes



RECOMMANDATIONS



ÉQUIPEMENT

- Évitez de partir seul.
- Avertissez vos proches de votre itinéraire.
- Ne vous surestimez pas, repérez le parcours et choisissez-le en fonction de vos capacités physiques.
- N'oubliez pas la carte du secteur concerné (IGN Top 25 de préférence), une boussole.
- Si possible, prévoyez une solution de repli en cas de problème (refuge ou autre itinéraire).
- Évitez de partir par mauvais temps et adaptez votre parcours en fonction des saisons (orages violents l'été, avalanches au printemps).
- En cas d'orage, évitez d'utiliser le téléphone et les appareils électriques, ne vous abritez pas sous les arbres.

- Emportez, même en été, des vêtements de randonnée adaptés à tous les temps, des chaussures de marche adaptées au terrain et à vos pieds, un sac à dos, des accessoires indispensables (gourde, couteau, pharmacie, lampe de poche, boussole, chapeau) ainsi que des bâtons de marche.
- Pensez à prendre suffisamment d'eau, évitez de boire l'eau des ruisseaux.
- Munissez-vous d'aliments énergétiques riches en protéines, glucides et fructose tels que des barres de céréales, pâtes de fruits, fruits secs... etc.

En périodes de crues ou de fortes pluies plusieurs passages (points rouges) peuvent être très difficiles, voire impraticables. Itinéraire à éviter par temps humide (roches glissantes). Passage difficile (paroi verticale)

CASTEIL

4,15 h - 7,5 km



600 m



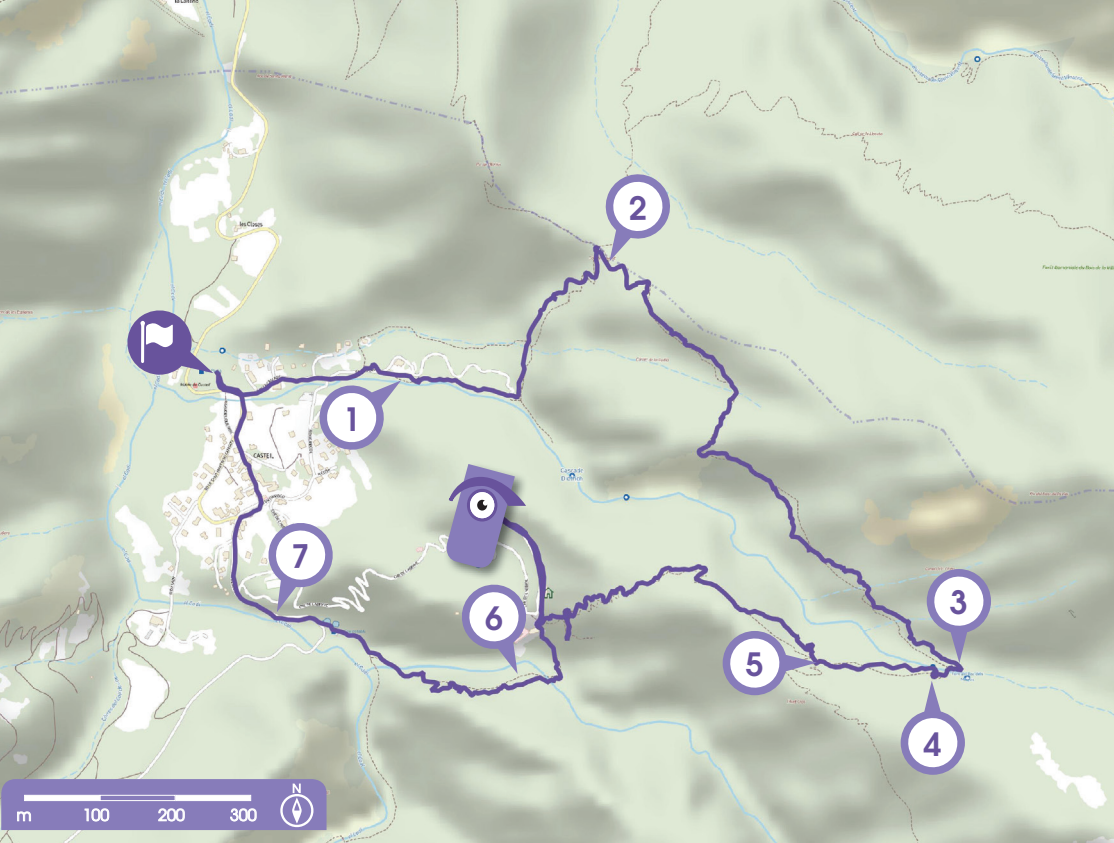
P PARKING MAIRIE ENTRÉE «CASTEIL» (FACE PARKING DES AUTOCARS)









Vue sur l'Abbaye Saint Martin du Canigou



Conflent Canigó
Office de Tourisme



-  Prendre la route qui monte vers le « Camping Domaine St Martin ».
-  Prendre le sentier qui contourne le camping par la droite. Montée régulière, un peu raide au départ, jusqu'au « Coll de Llevant ».
-  Prendre le sentier à droite. Montée régulière et passage d'un petit col au-dessus de la « Cascade Dietrich ». Le sentier, après avoir traversé un ravin et remonté dans un petit bois qu'il traverse, redescend dans le « Ravin de Ciers ».
-  **Début Zone délicate**
Descente difficile le long d'une paroi verticale (main courante) pour passer la « Fontaine des Moines (Font del Bac dels Montjos) ». Continuer sur le sentier qui monte en surplomb après le passage du Riu (main courante).
-  **Fin Zone délicate**
Suivre le sentier qui descend vers l'« Abbaye de St Martin du Canigó ».

 Intersection avec le sentier, montant, qui part à gauche et qui amène à l'abri de « Cirerola » (1h30 aller/retour), puis « Moura (Mora) » et le « Coll Segalés (Coll de Segalers) » (intersection avec le GR®10 / GR®36). Continuer, à droite, sur le sentier. Petit col et changement de versant. Peu avant l'Abbaye, petit sentier à gauche qui amène à un point de vue, plongeant sur celle-ci.

 Abbaye de St Martin du Canigó (XIème siècle) Pour redescendre au village de « Casteil », prendre le sentier qui contourne l'Abbaye par la gauche. Descente rapide vers le ruisseau du « Ridoulté » que l'on traverse à gué.

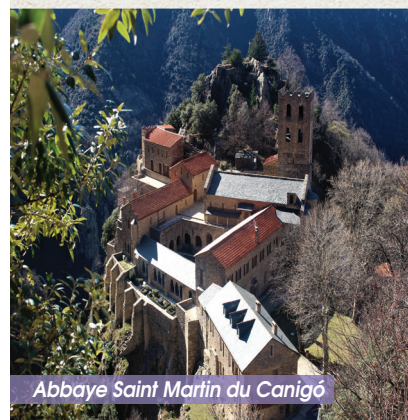
 Puis rapidement à main droite prendre le Camí de Vedrignans. Continuer jusqu'à un croisement de pistes en crête. Prendre à main gauche la piste qui descend puis rejoint une petite route. Intersection sentier des « Gorges du Cady » Tourner à droite pour rejoindre « Casteil » et le point de départ.



En route pour l'abbaye



À voir en chemin



Abbaye Saint Martin du Canigó

ABBAYE SAINT MARTIN DU CANIGÓ

Pour découvrir l'abbaye Saint-Martin-du-Canigou sur son nid d'aigle au cœur du massif du Canigou, il faut prendre son bâton de pèlerin. Quand elle surgit au bout du chemin, le promeneur est saisi par la beauté du site. Le clocher orné d'arcatures, les chapiteaux de marbre, l'abbatiale et la crypte voûtées font de l'abbaye un joyau du premier art roman régional.

Restaurée avec enthousiasme au XXème siècle, elle est confiée par le diocèse à la Communauté catholique des Béatitudes depuis 1988. Messes et offices sont ouverts à tous. Ne manquez pas de monter au point de vue qui permet de contempler l'abbaye de haut en une vue magnifique (à 5 mn).

CONFLENT-CANIGÓ WALKS

CASTEIL: the St MARTIN du CANIGÓ CIRCUIT

A fairly tough walk in the forested slopes above the abbey of St Martin du Canigó

Duration: 4h15 (plus stops)

Distance: 7.5 km

Waymarks: yellow-and-white

Difference in altitude between highest and lowest points:
550 metres

You climb in total: 600 metres

Level of difficulty: Hard

The eleventh-century abbey of Saint Martin du Canigó (6), restored during the past century and perched high on the mountain slopes above Casteil, is well worth a visit. Its immense tower, its cloister with marble capitals, its vaulted crypts and its church are jewels of Romanesque art.

It is best not to try this walk during or just after heavy rainfall. Streams will be running very strongly and may be uncrossable. Rocky sections will be slippery.

One section of the walk traverses some especially steep slopes (handrails have been put in place).

ROUTE DESCRIPTION

Start: Casteil, car park close to the town hall (*mairie*) at the northern entrance to the village, opposite a parking area for coaches. Altitude 775m.

From the car park entrance, go left, straight up the road which is heading for the "Domaine Saint Martin" campsite.

On reaching the campsite (1), take a path to the right of the campsite. It goes alongside the campsite boundary and climbs quite steeply, close to the line of a stream.

At a path junction, your path goes to the left. (The path to the right goes out-and-back to the "Cascade Dietrich" waterfall.)

Your path soon bears to the right, where it starts to climb steeply again. After a zig-zag, the path arrives at the "Col de Llavent" (2).

At the intersection of paths here, take the first path on your right. The path climbs steeply in the forest, crossing boulder fields and a ravine.

The path emerges at an open, rocky col (a fine viewpoint). Here, the path bears to the left. The path descends a little, then it begins a long uphill traverse of the wooded mountainside.

Not long after crossing the "Ravin des Cirers", the path approaches the beginning of a section which needs to be crossed with care (3).

There is first of all a short descent alongside a rock wall (hold on to the fixed rope here). Then you cross a stream at a place called the "Fontaine des Moines" (in Catalan, the "Font del Bac dels Monjos"). The stream crossing may be slippery.

The path then turns right and traverses the very steep slope on the other side of the valley. Again, make use of the fixed ropes here. After a short descent, you reach the end of this "delicate" section (4).

The path now descends steadily in the direction of the abbey of "Saint Martin du Canigó".

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

- Emergency telephone numbers: 112 or 15
- Weather forecast (in French): 08.99.71.02.66
- Map: IGN 2349ET Massif du Canigou

You arrive at a path intersection (5), where you go to the right to continue your descent. (The path to the left climbs to a magnificent ancient stone cabin called "Cirerola" - allow up to an hour-and-a-half for the out-and-back journey. Beyond Cirerola, the path climbs to a high mountain pasture at a place called "Moura", and then, higher still, to the "Col de Segalès", on the GR10/GR36 long-distance path.)

On the course of your descent towards the abbey, you pass over a small col (with a viewpoint looking towards Vernet-les-Bains on the right). Here, the path bears to the left, crosses into another valley and begins a descent in zig-zags towards the abbey.

Just before reaching the abbey, take a short out-and-back path going to the left. This leads to a fabulous viewpoint, with the abbey directly below.

Descend to the abbey (6) (The ticket office is on a track going off to the right as you face the abbey. The track also goes out-and-back to another splendid viewpoint.)

To return to Casteil, take a path which descends steeply into a valley to the left of the abbey. (However, if streams are flowing strongly and rocks are slippery, it is better to go down by the jeep track which begins below and to the right of the abbey.)

The steep path fords the "Ridoulté" stream. It then winds down through the forest, crosses a footbridge and meets the "Gorges du Cady" footpath (7).

Turn right there. The track descends to meet a road which leads you back into Casteil village. Go through the village to return to the start of this walk.

Office de Tourisme Conflent Canigó
10, Place République
66500 Prades
Tél : 04 68 05 41 02
info@tourisme-canigou.fr
www.tourisme-canigou.com

(Translation 2017 by A.M.)

SENDERISME CONFLENT-CANIGÓ

Casteil : La volta de Sant Martí del Canigó

Panorama i patrimoni

Distància : 7,5km

Dificultat : Difícil

Temps : 4h15 (fora de les parades)

Desnivell positiu : 550m

Desnivell positiu acumulat : 600m

Senyalització : Blanc i groc

Per períodes de crescudes o de pluges fortes uns quants passos (banderes roges) poden ser molt difícils, fins i tot impracticables.

Itinerari desconsellat per temps humit (pedres que rellisquen)

1 pas difícil (paret vertical)

Situat al cor del massís del Canigó, a sobre d'un niu d'àguila, l'antiga abadia benedictina "Sant Martí" domina discretament la vall des del segle XI i deixa a descobrir el seu lloc únic al passejant encantat. El campana, els capitells de marbre, l'abadia i la cripta voltada en fan una joia del primer art.

ITINERARI :

Partida al pàrquing de l'Ajuntament entrada « Casteil » (davant pàrquing dels autocars) – altitud 775m –

Prendre la carretera que puja cap al "**Camping Domaine Saint Martin**"

1. Prendre el sender que voreja el càmping per la dreta. Pujada regular, una mica pronunciada al principi fins al "**Col de Llavent**".
2. Prendre el sender a la dreta. Pujada regular i pas d'un petit coll per sobre de la "**Cascade Dietrich**".
El sender, després d'haver creuat un barranc i tornat a pujar per un petit bosc que travessa, torna a baixar en el "**Ravin de Ciers**".
3. **Principi de la zona delicada**
Baixada difícil al llarg d'una paret vertical (passamà) per passar la "Fontaine des Moines/Font del bac dels Monjos".
Continuar sobre el sender que puja pendent després del pas del riu (passamà).
4. **Fi de zona delicada**
Seguir el sender que baixa cap a l' "**Abadia de Sant Martí del Canigó**"
5. Intersecció amb el sender, pujant, que va cap a l'esquerra i que porta a l'abric de "**Cirerola**" (1h30 anar i tornar), i "**Moura**" i el "**Col**

Segalés" (intersecció amb el GR10 / GR 36).

Continuar, a la dreta, en el sender. Petit coll i canvi de vessant. Una mica abans de l'**abadia**, petit sender a la esquerra que porta a un **punt de vista** d'ocell sobre aquella.

6. Abadia de Sant Martí del Canigó (segle XI)

Lloc únic a descobrir

Per tornar baixar al poble de "**Casteil**", prendre el sender que fa la volta de l'abadia per la esquerra.

Baixada ràpida cap al rierol del "**Ridoulté**" que es travessa a gual.

7. Intersecció sender de les "**Gorges du Cady**".
Girar a la dreta per tornar a "**Casteil**" i al punt de partida.

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 (en francès) : 08 99 71 02 66

Mapa IGN 2349 ET Massif du Canigou

Office de Tourisme Conflent-Canigó

10, Place République

66 500 PRADES

Tél : 04 68 05 41 02

info@tourisme-canigou.fr

ww.tourisme-canigou.com