



MÉTÉO 32 50

SECOURS 112
SAMU 15
POMPIERS 18



CHARTE DU RANDONNEUR



Rester sur les chemins et sentiers balisés



Ne pas jeter de débris, 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

- 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.



ÉQUIPEMENT

- 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.

15

Tour de l'Abbaye Saint Michel de Cuxa

En mai, voir le Jardin des Iris dans l'enceinte de l'Abbaye Saint-Michel-de-Cuxà l'Abbaye (IXème / Xème siècle), qui est un des rares témoignages du passage de l'Art Préroman à l'Art Roman, doit sa renaissance en 1950 au violoncelliste Pablo Casals.

CODALET

2,5 h - 7 km

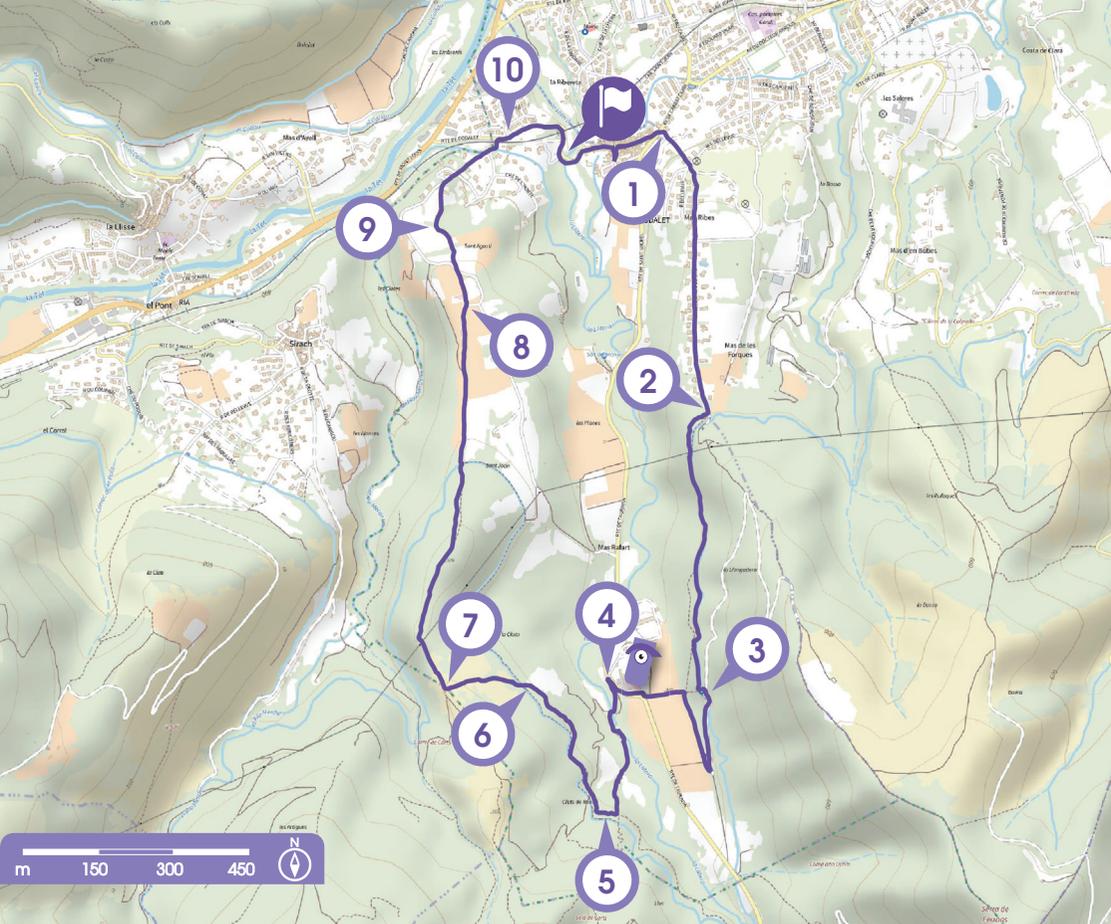
235 m



PARKING DÉDIÉ AUX RANDONNEURS À PROXIMITÉ DU VIADUC SNCF SORTIE OUEST DU VILLAGE



Vue sur l'Abbaye Saint Michel de Cuxa



canal.

- 5 Tourner à droite et longer le canal (rarement en eau). Passer devant la **sortie du tunnel et l'entrée du Siphon du Canal de la Vallée de La Llitera**.
- 6 Prendre à gauche (niveau petit pont restauré) et monter par le sentier jusqu'au plateau.
- 7 Tourner à droite (intersection angle d'un mur) et suivre le sentier jusqu'au bois, puis emprunter le chemin communal bordé de murs en **pierres sèches**. **Passage à côté d'un rocher à cupules et d'un Orri (cabane en pierres sèches)**. Le sentier redescend pour retrouver à la sortie du bois le **Canal de Bohère (Rec de Boera)**.
- 8 Traverser le canal et continuer en face sur le sentier pour passer devant la chapelle privée **Chapelle Saint-Jean (Sant Joan de Dosserons)**. Poursuivre la descente.
- 9 A l'angle d'une construction, **ancien reposoir avec banc**, prendre à droite le sentier qui descend (escaliers), et poursuivre la descente **jusqu'au passage à niveau**.
- 10 Après le passage à niveau, jonction avec la **D27a**, tourner à droite et la suivre pour rejoindre le point de départ en passant sous le viaduc SNCF.



Abbaye



Quelques tronçons du circuit sont communs avec le GR®T83 (Balisage Blanc et Rouge)
 Départ : Parking dédié aux randonneurs à proximité du viaduc SNCF sortie Ouest du village - altitude 360 m. - Possibilité de partir depuis Ria par la traverse de Sirach (balisage jaune, 150m de dénivelé, 6 km aller-retour. Commencer au point 7 par la gauche). Remonter vers le village, emprunter le pont sur la rivière Llitera et traverser le centre du village en remontant la rue du Conflent, puis prendre en face le chemin montant de « Nougarols » (escalier en pas d'ânes) jusqu'à une route goudronnée.

- 1 Traverser la route et continuer tout droit par d'autres escaliers. Monter toujours tout droit jusqu'au «**Canal de Bohère (Rec de Boera)**».
- 2 Tourner à droite et longer le canal. A hauteur de l'Abbaye Saint-Michel-de-Cuxà, contourner par en-dessous (à droite) la **résurgence du siphon du canal**. A la jonction avec la piste forestière (située un peu au-dessus de la résurgence), tourner à droite et la suivre sur 300 m.
- 3 Tourner à droite et descendre sur la piste vers les ruines de la **Chapelle Saint-Pierre d'Orsèolo (Capella Sant Pere)**. Continuer tout droit en direction de l'**Abbaye Saint-Michel-de-Cuxà**. Longer le verger jusqu'à la jonction avec la D27. Tourner à droite et longer la route jusqu'au parking de l'Abbaye.
- 4 Prendre à gauche le sentier (derrière le panneau d'informations) qui descend jusqu'à **la Llitera**. La traverser en empruntant la passerelle. Après **la passerelle**, prendre tout de suite à gauche le sentier qui longe la rivière, puis monte en sous-bois. Après avoir longer une prairie (**attention à ne pas déranger les moutons**), suivre le sentier (parfois pierreux et étroit) jusqu'au

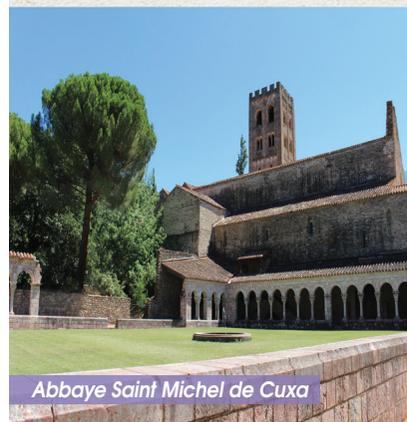


A voir en chemin

ABBAYE SAINT MICHEL DE CUXA

Dans une vallée au cœur du Conflent roman et au pied du Canigo, l'Abbaye de Saint-Michel est un ensemble architectural exceptionnel (X^e - XII^e siècles) avec sa basilique, une des plus grandes et plus significatives églises pré-romanes d'Europe, son clocher roman lombard, sa crypte et son cloître roman. Elle est la demeure des moines bénédictins depuis 878.

En 1919, Cuxa renaît de ses ruines. Il est racheté et mis à la disposition des moines cisterciens de Fontfroide qui rentrant d'exil, y demeurèrent jusqu'en 1965. Entre temps, vers les années 50, le célèbre violoncelliste catalan Pau Casals, exilé volontaire à Prades, avait donné des concerts pour la restauration de l'abbaye. Depuis lors une communauté de moines bénédictins de Montserrat poursuit dans ces lieux une vie monastique commencée il y a onze siècle.



Abbaye Saint Michel de Cuxa

CONFLENT-CANIGÓ WALKS

CODALET: the St MICHEL DE CUXA CIRCUIT

A pleasant half-day walk for all seasons, passing by the abbey of St Michel de Cuxa

Duration: 2h30 (plus stops)

Distance: 7 km

Waymarks: yellow-and-white

Difference in altitude between highest and lowest points: 165 metres

You climb in total: 235 metres

Level of difficulty: Not difficult

This circuit passes by the predominantly Romanesque abbey of St Michel de Cuxa. The abbey is open to the public. It is celebrated not only for its architecture but also for its international summer music festival, initiated by Pablo Casals, and its wonderful display of irises in May.

Some paths on this route are used by mountain bike riders.

ROUTE DESCRIPTION

Start: Codalet car park under the train bridge.
Altitude 380m.

Go up to the town hall and turn right from the central square and pass through the centre of the village, past the *mairie*, along the "rue du Conflent".

Cross the main road (1) and go up the "chemin de Nougazol" on the other side. Go up the staircase straight ahead. Cross another road and continue to climb the staircase.

At the top of the staircase, continue straight ahead, along a lane. This leads, after nearly a kilometre, to the "Canal de Bohère" (2).

Turn right to follow a path alongside the canal.

With the abbey of St Michel de Cuxa below on the right, go to the right of a structure housing the outlet of a canal siphon.

Join a forest track which is descending just above the canal. Go down that track, to the right, for about 300 metres.

Turn sharp right down another track (3). Go past the remains of the St Pierre d'Orséolo chapel. Continue straight ahead, towards the abbey of St Michel de Cuxa. Bear left and follow a path between (at the time of writing) peach orchards. On reaching a road, go down the road (with the abbey on your right). Watch out for passing vehicles.

At a car park opposite the abbey entrance (4), turn left to descend on a path which begins behind an information panel. Follow the path down to a river (the Llitéra).

Cross the river by a footbridge, then turn left. The path goes alongside the river for a little way, then bears right, up the hillside. You pass an open field (please do not disturb any livestock which may be there). The path, a little stony and narrow, then climbs to meet a canal (5).

Turn right and walk alongside the canal (which may be dry). Go past a point where water from the canal on the other side of the hill emerges from a tunnel and enters the siphon which crosses the Llitéra valley

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 passed the outlet of the siphon on the other side of the valley earlier on).

On reaching a restored stone footbridge (6), cross the canal there and climb the hill on the left, as far as a plateau.

At a path junction by the corner of a wall (7), turn right, in the direction of a wooded area. After a short distance, there is a view down to the abbey.

Follow straight ahead the ancient path. Pass a boulder with cup-and-ring marks, an *orri* (drystone cabin), and drystone walls.

Descend the hill and, on the edge of the woodland, cross the canal again (8). Go straight ahead, along a lane, with orchards nearby.

On reaching the (private) St Jean chapel (where the lane bends to the right), continue on a path straight ahead, following the waymarks.

Meet the lane again and cross it, continuing down the path. Meet the lane once again (9), follow it to the right for a very short distance, then go down the path on the right. It becomes a staircase. Continue straight down as far as the bottom of the hill, near where the lane approaches a level crossing.

Go over the railway line (10) and turn right, along the D27a road (watch out for passing vehicles). Follow the road under a railway viaduct and back to Codalet.

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

Codalet : La Volta de l'Abadia de Sant Miquel de Cuxa

Panorama i Patrimoni

Al mes de maig, veure el jardí dels lliris en el recinte de l'Abadia de Sant Miquel de Cuxa

Circuit parcialment BTT

Distància : 7km

Dificultat : Fàcil

Temps : 2h30 (fora de les parades)

Desnivell positiu : 165m

Desnivell positiu acumulat : 235m

Senyalització : Blanc i Groc

L'Abadia (segle IX - X) es un dels rars testimonis del pas de l'Art Preromà a l'Art Romà, i deu el seu renaixement el 1950 al violoncel·lista Pau Casals.

ITINERARI :

Partida de l'Ajuntament de Codalet (Angle Plaça de la República) – altitud 380m –

Girar a la dreta i travessar el centre del poble pujant el carrer del Conflent, i prendre davant el camí que puja de "Nougarols" (escales en passos d'ase) fins a la carretera enquitrana.

(1) Travessar la carretera i continuar tot recte per altres escales.

Sempre pujar tot recte fins al "**Canal de Bohère**".

(2) Girar a la dreta i caminar al llarg del canal.

Al nivell de l'Abadia de Sant Miquel de Cuxa, vorejar per sota (a la dreta) la **ressurgència del sifó del canal**. A la junció amb la pista forestal (situada una mica més amunt de la ressurgència), girar a la dreta et seguir-la sobre 300m.

(3) Girar a la dreta i baixar sobre la pista cap a les ruïnes de la "**Capella Sant Pere d'Orséolo**". Continuar tot recte en direcció de l' "**Abadia de Sant Miquel de Cuxa**". Caminar al llarg del verger fins a la junció amb la D27. Girar a la dreta i vorejar la carretera fins al pàrquing de l'abadia.

Sobre la D27, fer atenció als cotxes i respectar el codi de la circulació.

(4) Prendre a la esquerra el sender (darrere el tauler d'informació) que baixa fins a "**la Llitera**". Travessar-la passant **la passarel·la**.

Després de la passarel·la, prendre de seguida a la esquerra el sender que voreja el riu, i que puja en muntanya baixa.

Després d'haver vorejat una praderia (**atenció de no molestar els xais**), seguir el sender (a vegades pedrós i estret) fins al canal.

(5) Girar a la dreta i vorejar el canal (rarament amb aigua). Passar davant de la **sortida del túnel** i l'**entrada del Sifó del Canal** del Vall de la Llitera.

(6) Prendre a la esquerra (nivell petit pont restaurat) i pujar pel sender fins al pla.

(7) Girar a la dreta (intersecció angle de la paret) i seguir el sender fins al bosc, i agafar el Camí Comunal vorejat de parets en pedres seques ("**pierres sèches**").

Pas al costat d'un "Rocher à Cupules" i d'un Orri.

El sender torna a baixar per tornar a trobar a la sortida del bosc el "**Canal de Bohère**".

(8) Travessar el canal i continuar davant sobre el sender per passar davant la "**Capella Sant Juan**" (capella privada). Continuar la baixada.

(9) A l'angle d'una construcció, **Antic lloc de descans amb banc**, prendre a la dreta el sender que baixa (escales), i continuar la baixada fins al **pas a nivell**.

(10) Després del pas a nivell, junció amb la "**D27a**". Girar a la dreta i seguir-la per tornar trobar el punt de partida passant sota del viaducte SNCF.

Sobre la "D27a", fer atenció als cotxes i respectar el Codi de la circulació.

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

www.tourisme-canigou.com