



☀️ MÉTÉO 32 50

🚑 SECOURS 112
SAMU 15
POMPIERS 18



CHARTE DU VÉTÉRISTE



Empruntez les chemins balisés pour votre sécurité et respectez le sens des itinéraires



Ne surestimez pas vos capacités et restez maître de votre vitesse



Soyez prudent et courtois lors de dépassements ou croisements de randonneurs car le piéton est prioritaire



Contrôlez l'état de votre VTT et prévoyez ravitaillement et accessoires de réparation



Si vous partez seul, laissez votre itinéraire à votre entourage



Le port du casque est fortement recommandé



Respectez les propriétés privées et les zones de cultures



Attention aux engins agricoles et forestiers



Refermez les barrières



Évitez la cueillette sauvage de fleurs, fruits et champignons



Ne troublez pas la tranquillité des animaux sauvages



Gardez vos déchets, soyez discret et respectueux de l'environnement



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, un sac à dos, contenant les accessoires indispensables (pharmacie, lampe de poche, boussole, vêtements de vélo adaptés à tous les temps, accessoires de réparation).
- Pensez à prendre suffisamment d'eau, évitez de boire l'eau des ruisseaux.
- Munissez-vous d'aliments énergétiques riches en protéines, glucides et fructoses tels que des barres de céréales, pâtes de fruits, fruits secs... etc.

Une longue balade parmi des paysages somptueux à la rencontre de l'histoire : Saint Arnac qui fut une commanderie des Templiers, Ansignan et son aqueduc romain et enfin la tour-donjon qui domine Lansac. Vous découvrirez en chemin des vues plongeantes sur le lac de Caramany, passerez sous la Serre de Vergès et ses aiguilles rocheuses et cheminerez tantôt au cœur de vignes ou de bosquets.

SAINT-ARNAC, LANSAC, CARAMANY, ANSIGNAN

2 h 15 - 23 km

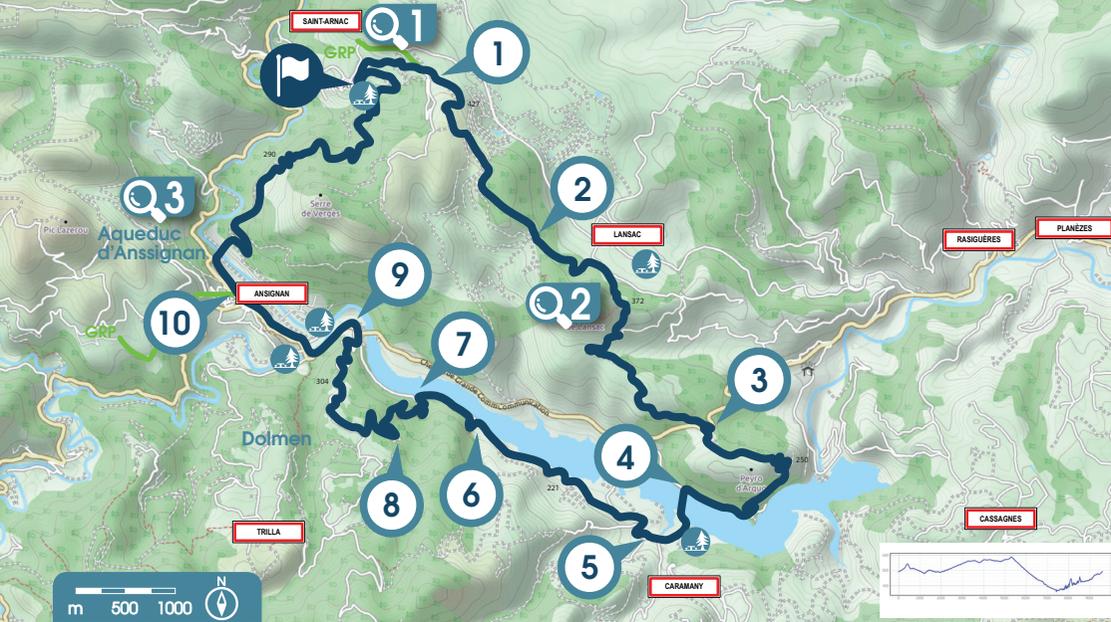
465 m



P Rue Hugues de Paganis à proximité de l'ancien Lavoir.



Point de vue sur le lac sur l'Agly © Laurent PIERSON



© les contributeurs d'OpenStreetMap

1 À l'ancien Lavoir de Saint-Arnac prendre la départementale en direction de Lansac jusqu'au cimetière. A hauteur du cimetière, **tourner à droite** et s'engager sur un chemin de terre qui serpente entre vigne et garrigue haute.

2 **Ne pas manquer à gauche le raidillon** qui grimpe face à la pente et débouche sur une route goudronnée que l'on traverse pour continuer parmi les vignes en se rapprochant de la carrière. L'itinéraire passe devant (bien suivre le bord de la desserte) et continue dans une **descente bien roulante**. Au prochain carrefour traverser une large piste (**sentier de gauche**) et filer dans le sous-bois de chênes toujours en **descendant** vers le sud-est.

3 Au carrefour de plusieurs chemins, **choisir celui de gauche** qui rapidement retrouve l'axe sud-est et file vers Lansac en retrouvant rapidement l'asphalte. **Tourner à droite** à l'angle du cimetière, **remonter sec** et suivre toujours la petite route entre vigne et garrigue pour contourner le Roc de Lansac. Effectuer une **épingle (gauche et droite)** pour maintenir le cap sud-ouest. Le goudron cède la place à la terre. Se maintenir sur la piste principale qui, après une **courte montée** pour gagner la ligne de crête, **redescend** vers la D9 parmi les vignes.

4 **Tourner à droite** et suivre l'asphalte sur 100m puis **choisir à main gauche la petite route de vigne** qui repart en épingle dans l'autre sens et chemine parmi les vignes. Le goudron disparaît, poursuivre tout droit en haut de la côte. **Tourner à gauche** à une patte d'oie pour entamer une **belle descente en lacets** sous les chênes verts. **A droite** quitter les épingles et continuer à **descendre** dans l'axe sud-ouest en se rapprochant du lac pour le longer. Beaux points de vue sur le plan d'eau et le barrage.

5 **Tourner à gauche** et franchir le pont et suivre la D21 vers Caramany.

6 **Tourner à droite** juste avant la cave coopérative, prendre la petite route qui s'enfonce dans un sous-bois puis rapidement chemine entre les vignes sur un **terrain plutôt plat** à l'aplomb du lac. **Obliquer à gauche** sur la piste et rester à l'horizontale. Très beaux points de vue sur le plan d'eau, contraste entre le vert et le bleu.

6 **A gauche en pleine descente quitter la piste (panneau Stop, éboulements...) et grimper à flanc** sur l'étroit sentier qui s'enfonce dans les bois et contourne un petit ravin. Très beau passage mais **escarpé et un peu technique**. **Tourner à gauche** à la sortie du bois, le sentier s'élargit et file vers l'ouest en longeant le lac. Il retrouve vite le goudron de l'ancienne route.

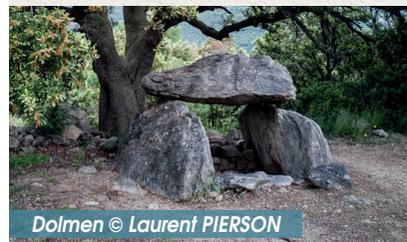
7 **A gauche nouveau contournement suite aux éboulements**. L'itinéraire emprunte un chemin en sous-bois qui **grimpe en lacets** vers le plateau de Trilla. **Montée longue et régulière**.

8 **Tourner à droite** et suivre la route goudronnée qui traverse le plateau granitique de Trilla et descend jusqu'au lac (boucle n° 17 « Aqueduc et Dolmen » en sens inverse). Beaux points de vue à 360°. **Ne pas manquer le dolmen sur le replat**.

9 **Tourner à gauche** et suivre la D9 jusqu'au village d'Ansignan (petite montée).

10 **Tourner à droite** dans la rue principale, trouver le chemin en contrebas qui dévale vers l'aqueduc (panneau). **Descente technique** : passages pentus et marches artificielles. Traverser l'aqueduc par le tunnel et poursuivre tout droit sur le « Sentier des Oiseaux » sur une centaine de mètres. **Tourner à gauche et monter en lacets sur une piste très roulante** parmi les chênes blancs, la bruyère et les genêts. **Ascension longue mais la pente est modérée**. L'itinéraire évolue d'abord au pied des dentelles calcaires de la Serre de Vergès puis au franchissement d'un col, bascule vers le nord. Très beaux points de vue sur la crête calcaire des Marches d'Espagne. **Belle descente très roulante** jusqu'à saint Arnac.

A voir en chemin



Dolmen © Laurent PIERSON

Q1 HISTOIRE DE LA PRÉCEPTORIE «TEMPLIÈRE» :

Dès le XII^e siècle, l'Ordre des Templiers conforte le patrimoine foncier de la Commanderie du Mas Deu (Trouillas) grâce aux dons des seigneurs du Fenouillèdes : Prugnanes (1173), Rabouillet (1188), Rasiguères, Lesquerde, Caramany ... La création de la Préceptorie à Centernac (Saint-Arnac) en 1214, facilita l'administration de ces terres aux ressources agricoles importantes. Culture ancestrale de l'olivier et élevage de chèvres (chèvrerie de Saint-Arnac), plus récemment de la vigne, les plantes aromatiques.



Aqueduc d'Ansignan © Laurent PIERSON

Q2 LA TOUR DE LANSAC

La Tour ruinée de Lansac construite au XI^e siècle, cette tour à signaux permettrait sans doute de correspondre avec Quéribus, la Torre del Far (Tautavel), Triniach (Latour de France) et la tour de Prats.

Q3 L'AQUEDUC D'ANSIGNAN

Ce superbe ouvrage datant du III^e siècle de notre ère est remarquable de par son état de conservation et sa curieuse architecture. Construit sur la base d'un pont-siphon qui servait à alimenter en eau la villa romaine d'Ansinus, il fut surmonté au IX^e siècle d'un aqueduc (partie visible aujourd'hui). Longue de 170 mètres et pourvue de 29 arches et de piliers de 15 mètres de hauteur, cette voie à deux niveaux, autrefois carrossable, permettait aux charrettes attelées de traverser la rivière pour accéder au village. La partie supérieure de l'aqueduc sert encore aujourd'hui au passage de l'eau pour irriguer les jardins sur la rive opposée, tandis que juste au-dessous des arches, une voie de communication aménagée dans la structure du pont, permet d'enjamber l'Agly.