



-  MÉTÉO 32 50
-  POMPIERS 18
-  SECOURS 112
-  SAMU 15
-  RISQUE INCENDIE
- 04 68 38 12 05**

## CHARTE DU RANDONNEUR



Restez sur les chemins et sentiers balisés



Ne pas jeter de débris, les emporter avec soi



Respecter les clôtures, refermer les barrières



Restez 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 forte chaleur, sinon prévoyez d'apporter suffisamment d'eau
- Avant le départ informez-vous sur le risque d'incendie
- 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...

# Fiche rando

des balcons nord du Canigó



## 6 Boucle / Volta de Marquixanes - Arboussols

4 h 10 mn - 11,3 km

 470 m



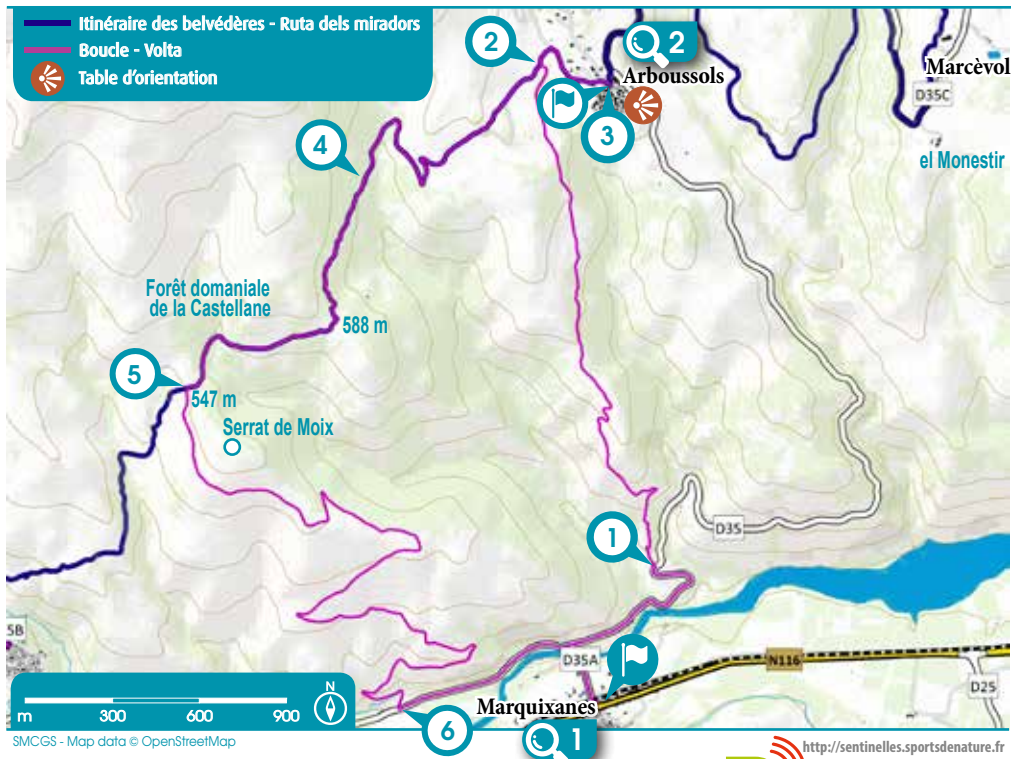
 DÉPART MARQUIXANES  
P AVE. ROGER ROQUEFORT

 DÉPART ARBOUSSOLS  
P CENTRE-VILLE



Cet itinéraire vous permettra de cheminer dans ce maquis aux ambiances et odeurs typiquement méditerranéennes pour rejoindre Arboussols, village baigné de soleil, lové face au Canigó. Cette boucle vous offrira des vues magnifiques sur la montagne sacrée des Catalans, le Roc del Moro et la plaine fertile de la vallée de la Têt, plantée de pêchers, abricotiers et cerisiers.





SMCGS - Map data © OpenStreetMap

<http://sentinelles.sportsdenature.fr>  
**SURICATE**  
 TOUS SENTINELLE DES SPORTS DE NATURE

**1** Du point de départ à Marquixanes suivez la route départementale D35A, traversez le pont et tournez à droite sur la D35. Suivez-la sur 700 mètres jusqu'au lacet situé après le premier virage en épingle à cheveux.

**1** Prenez sur votre gauche le sentier qui monte de direction nord sur 2,3 kilomètres, jusqu'à l'intersection sous Arboussols.

**2** Du croisement avec le chemin du retour, prenez à droite pour rejoindre le village.

**3** Après une visite, revenez par le même chemin jusqu'à la précédente intersection et laissez sur votre gauche le chemin emprunté à l'aller et continuez tout droit sur 200 mètres en direction du sud-ouest. Quittez la route pour un petit sentier, puis 150 mètres plus loin, rejoignez-la. Vous êtes sur un tronçon commun avec l'étape d'Arboussols - Eus de l'itinéraire des belvédères. Continuez sur 950 m et restez vigilant au balisage jusqu'à l'intersection avec un autre sentier.

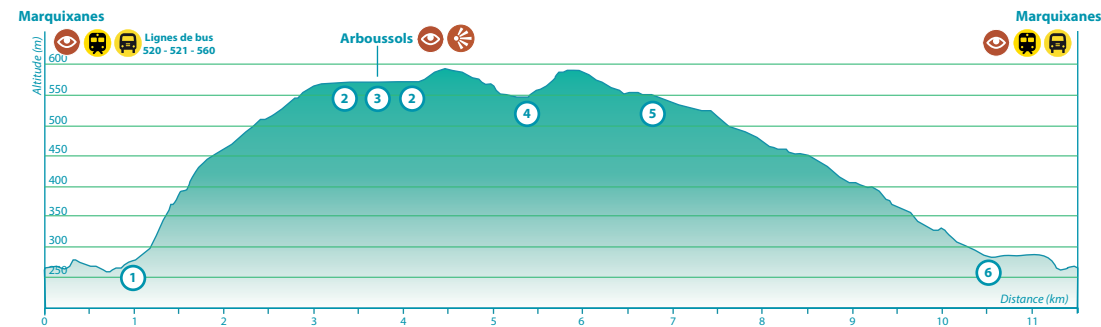
**4** Quittez la piste et prenez - sur 600 mètres - un sentier qui monte à droite de direction sud-sud-ouest, toujours sur le tronçon commun avec l'itinéraire principal des balcons nord du Canigó. À 588 mètres d'altitude, vous entrez dans la forêt domaniale de la Castellana. Laissez sur votre droite un sentier qui remonte nord-ouest et descendez sur le sentier de direction ouest, puis sud-sud-ouest, jusqu'au croisement avec la piste DFCI, à l'altitude de 547 mètres.

**5** Prenez la piste sur votre gauche de direction sud qui mène à Marquixanes. Descendez-la pour rejoindre, 3,6 kilomètres plus loin, la route départementale D35.

**6** Tournez sur votre gauche et continuez sur 750 mètres jusqu'à l'intersection laissée à l'aller, puis retraversez le pont pour revenir à votre point de départ.



Sentier près d'Arboussols



Site culturel Table d'orientation

Profil topographique

## A voir en chemin



Village d'Arboussols vu de Marcèvol

### D'UN VILLAGE A L'AUTRE

Marquixanes est un lieu privilégié pour découvrir les balcons du Canigó. Avant de partir, prenez le temps de flâner dans ce village médiéval bordé d'un mur d'enceinte en galets disposés en arête-de-poisson, enserré d'une *cellera* particulièrement bien conservée, espace consacré entourant les églises, à l'abri des pillages, où les habitants stockaient leurs récoltes.

Arboussols, village très agréable, entouré d'innombrables et ancestrales terrasses de culture. Sa situation privilégiée entre la méditerranée et la haute montagne lui donne un attrait tout particulier et la vue panoramique qui l'entoure ne laisse jamais personne indifférent.

## CONFLENT-CANIGÓ WALKS

(in the series "Canigó seen from viewpoints to the north"\*)

### 6: The MARQUIXANES - ARBOUSSOLS circuit

This circuit first takes you along an ancient track which traverses an area covered by "maquis" vegetation - a zone of dense, wild, often delightfully-scented Mediterranean undergrowth. The track links Marquixanes to Arboussols, a sunny, south-facing village which nestles on a high terrace looking towards Canigó. The circuit offers you magnificent views towards the Catalans' "sacred mountain"; and also to both the Roc del Moro and the wide, fertile Têt valley, with its many orchards of peaches, apricots and cherries.

Duration: 4h10

Distance: 11.3 km

Waymarks: yellow

Climb: 470 metres

Level of difficulty: Moderate

Map: IGN 2348 ET, Prades

#### ROUTE DESCRIPTION

**Start: Avenue Roger Roquefort, Marquixanes, by the railway station and the RN116 main road.**

Turning away from Marquixanes along the D35A road, cross the railway line and, shortly afterwards, cross the road bridge over the River Têt. Turn to the right, along the D35 road. Follow the road for about 700 metres, beyond a sharp left bend to where the road bears to the right.

**1** Take a path on the left. This path climbs steadily, in a generally northerly direction, for about 2.3 kilometres. The path becomes a track. Eventually, Arboussols comes into view, above on the right.

**2** You arrive at a track junction. Turn to the right, out and back, to visit the village of Arboussols (**3**).

After returning from the village to the track junction (with, on the left, the route which you took when arriving from Marquixanes), go straight ahead for about 200 metres, in a south-west direction. Leave the track and take a path which, after about 150 metres, brings you back onto the track again. (You are now following the Arboussols-Eus section of the *Belvédères* trail of the *Balcons nord du Canigó*\*)

#### From one village to another

Marquixanes is an excellent base from which to explore the hills and panoramas immediately to the north of the Canigó massif. But before setting off, take some time to stroll around this medieval village. The nucleus of the old village, with the church at its centre, is enclosed in a perimeter wall built with pebbles which are arranged in a herringbone pattern. Between the wall and the church is a particularly well-preserved *cellera* - a kind of sanctuary area, protected from pillage by its proximity to the church. After each harvest, villagers used to store their crops in the *cellera*.

Arboussols is a very charming village. It is surrounded by many centuries-old terraces, previously used for cultivation. With the nearby Mediterranean on the one side, and the high mountains within close reach on the other, the location of Arboussols adds to its special attraction. And the wonderful panoramas in all directions can leave no-one indifferent.

Stay on the track for about another 950 metres, paying particular attention to waymarks along the route, and looking out for a junction with a path on the right.

**4** Leave the track and follow that path, for about 600 metres. It goes up to the right, in a south-south-west direction, still on the *Belvédères* trail. At an

altitude of 588 metres, you enter the *Castellana* forest zone. Ignore a path which is going up to the right in a north-west direction. Descend on the path ahead, first in a westerly direction, then in a south-south-west direction. You come to a crossing with a *DPCI* (fire prevention) track, at an altitude of 547 metres.

**5** Turn left, along the track. It goes in a southerly direction. You are now heading back down to Marquixanes. Follow the track as it winds downhill. After about 3.6 kilometres the track joins the D35 road.

**6** Turn left and follow the road for about 750 metres. At a road junction, turn right, cross the road bridge over the River Têt, and follow your outward route back to the starting point of this circuit.

\*\*\*\*\*

Office de Tourisme Conflent Canigó

Tél : 04 68 05 41 02

www.tourisme-canigou.com

(Translation 2020 by A.M.)

\*"Les balcons nord du Canigó" (from Millas to Prades). See: [www.canigo-grandsite.fr/content/les-balcons-du-canigó](http://www.canigo-grandsite.fr/content/les-balcons-du-canigó)

## CONFLENT-CANIGÓ WALKS

(in the series "Canigó seen from viewpoints to the north"\*)

### PRACTICAL INFORMATION

#### Useful telephone numbers

Weather: 32 50

Fire and emergency service: 18

Emergency calls: 112

Ambulance service: 15

Fire risk information: 04 68 38 12 05

#### Code of conduct for walkers

Keep to waymarked routes

Leave gates and fences as you find them

Don't damage crops or plantations, and don't disturb livestock

Pay careful attention to signs and notices (including those concerning hunting periods), and do no damage to them

Don't light fires, and don't smoke in areas of woodland or dense undergrowth

Carry out all your litter

Give no-one cause to regret your passage (including nearby residents and other path users)

Make no unnecessary noise

Respect fauna and flora, and leave them alone

#### Recommendations

Don't set out alone

Leave information about your planned route

Study the route carefully and don't over-estimate your ability

Take a map of the area (preferably an "IGN Top 25" map), and a compass

Make contingency plans in case of problems (refuges, alternative routes...)

Check the weather forecast and avoid periods of intense heat (or at least carry enough water)

Make enquiries about fire risk

If caught in a storm, don't use a telephone or other electrical devices, and don't shelter under trees

#### Equipment

Carry with you, even in summer, clothing adequate for bad weather: comfortable walking shoes or boots, a backpack, a water container, a knife, a first-aid kit, a torch, a compass, a sunhat, and a pair of hiking sticks.

Always carry enough drinking water. Don't drink water from streams.

Carry energy foods which are rich in protein, carbohydrates and fructose - such as cereal bars, fruit jellies, dried fruit...

\*"Les balcons nord du Canigó" (from Millas to Prades). See: [www.canigo-grandsite.fr/content/les-balcons-du-canigó](http://www.canigo-grandsite.fr/content/les-balcons-du-canigó)

**SENDERISME CONFLENT CANIGO**  
**Volta de Marquixanes - Arboussols**

*Aquest itinerari us permetrà de caminar a través d'aquest maquis en atmosferes i olors típicament mediterrànies per retrobar-vos a Arboussols poble banyat de sol, enrotllat cara al Canigó. Aquesta volta us ofereix vistes magnífiques sobre la muntanya sagrada dels catalans, la Roca del moro i la plana fèrtil de la vall de la Têt, plantejada de presseguers, albercoquers i cirerers.*

Distància : 11,3km ; Dificultat : Mitjana

Temps : 4h10 ; Desnivell positiu :

470m ; Senyalització : Groc

**ITINERARI : Sortida : Avinguda Roger Roquefort a Marquixanes o des del centre de la ciutat d'Arboussols**

1. Des del punt de sortida a Marquixanes, seguir la carretera nacional D35A, creueu el pont i gireu a la dreta direcció de la D35. Seguiu-la sobre 700 metres fins a l'encaix situat després el primer torn en pinça de cabell.
2. Aneu a l'esquerra en direcció del sender que puja al nord sobre 2.3 km, fins a la cruïlla sota Arboussols.
3. Des del creuament amb el camí de la tornada, gireu a la dreta per anar cap al poble.
4. Després una visita torneu pel mateix camí fins a la cruïlla anterior i deixeu a la vostra esquerra el camí agafat a l'anada i continueu tot dret sobre 200 metres en direcció del sud-oest. Deixeu el camí per un petit sender, i 150 metres més lluny, preneu-lo. Esteu en una secció comuna amb l'etapa d'Arboussols – Eus de l'itinerari dels miradors. Continueu sobre 950m i vigileu el marcatge fins la cruïlla amb un altre sender.
5. Deixeu la pista i agafeu - sobre 600 metres - un sender que puja a la dreta en direcció del sud-sud-oest, sempre a la secció comuna amb l'itinerari principal dels balcons nord del Canigó. A 588 metres d'altitud, entrareu en el bosc nacional de la Castellana. Deixeu a la vostra dreta un sender que puja al nord-oest i baixeu al sender direcció oest, i sud-sud-oest, fins el creuament amb la pista DFCI, a l'altitud de 547 metres.
6. Agafeu la pista a la vostra esquerra en direcció del sud que mena a Marquixanes. Baixeu-la per reprendre, a 3.6 quilòmetres més lluny la carretera departamental D35.
7. Gireu cap a la vostra esquerra i continueu sobre 750 metres fins la cruïlla deixada a l'anada per tornar al vostre punt de sortida.

Office de Tourisme Conflent-Canigó 10,

Place de la République

66 500 PRADES

Tél : 04 68 05 41 02

info@tourisme-canigou.fr

www.tourisme-canigou.com

**Informació pràctica**

**LA CARTA DEL EXCURSIONISTA**

- Tenir compte de les consignes dels caçadors durant les temporades de caça tradicional
- Ser ben equipat : sabates, barret, aigua, ...
- Quedar-se en els senders senyalitzats
- Respectar la fauna i la flora
- Portar les seves deixalles i no tirar-les a la natura
- Respectar els residents i els altres utilitaris de la natura
- Respectar la reglamentació anunciada i tancar les barreres
- Quedar silenciós i discret, observar la naturalesa sense tocar-la
- No fer foc i no fumar en el bosc o a proximitat de les vores i de les herbes altes
- Respectar els altres excursionistes, cavallers i ciclistes

Temps meteor (en francès): 32 50 ; Bombers : 18 ; Telèfon urgències : 112 o 15 ; Risc Incendi : 04 68 38 12 05

**RECOMANACIONS**

- No marxar sol i Aviseu els vostres familiars del vostre itinerari
- No sobreestimeu-vos, localitzeu el recorregut i elegiu-lo en funció de la vostra capacitat física.
- No descuideu el mapa del sector en qüestió (IGN Top 25 d preferència), una brúixola.
- Si es possible, preveieu una alternativa en cas de problema
- Eviteu marxar quan fa calor, sinó preveieu aigua
- Abans la sortida informeu-vos del risc incendi
- En cas de tempesta, eviteu utilitzar aparells elèctrics, no us refugieu sota els arbres

**EQUIPATGE**

- Emporteu, també en estiu, roba i sabates per l'excursió adaptada a tot temps i al terreny, una motxilla, accessoris indispensables i bastons de caminada
- Penseu a agafar suficient aigua i eviteu de beure als rius
- Agafeu aliments energètics com barres de cereals, fruits secs,...