



☀️ MÉTÉO 32 50

🚑 SECOURS 112
SAMU 15
POMPIERS 18



RANDONNÉES
PÉDESTRES

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.

4

Découverte du vignoble

Depuis la vallée de l'Agly, le circuit s'élève dans le vignoble de Planèzes puis celui de Rasiguères, deux villages entourés par leurs précieuses vignes. Cette terre a servi autrefois à l'extraction du minerai de fer dont on aperçoit les ruines des bâtiments dominés par la tour de Trémoine.

RASIGUÈRES / PLANÈZES

2 h 00 - 6,5 km

🏔️ 240 m



P Vers la cave coopérative de Rasiguères. Panneau de départ au restaurant le Relais de Sceaury.



Tour Trémoine



☀️ MÉTÉO 32 50

🚑 SECOURS 112
SAMU 15
POMPIERS 18



RANDONNÉES
PÉDESTRES

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.

4

Découverte du vignoble

Depuis la vallée de l'Agly, le circuit s'élève dans le vignoble de Planèzes puis celui de Rasiguères, deux villages entourés par leurs précieuses vignes. Cette terre a servi autrefois à l'extraction du minerai de fer dont on aperçoit les ruines des bâtiments dominés par la tour de Trémoine.

RASIGUÈRES / PLANÈZES

2 h 00 - 6,5 km

240 m



Vers la cave coopérative de Rasiguères. Panneau de départ au restaurant le Relais de Sceaury.



Tour Trémoine