



MÉTÉO 32 50

SECOURS 112
SAMU 15
POMPIERS 18

Fiche rando



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

- 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 fructoses tels que des barres de céréales, pâtes de fruits, fruits secs... etc.

42

Gorg Estelat

Par l'Estany del Clot et le Rec de Jujols

Nichée sur les hauteurs de la vallée du Caillan, la Réserve Naturelle de Nohèdes permet de découvrir les richesses de cet espace où se côtoient nombre d'espèces florales et animales. C'est au travers de ce sentier que vous pourrez admirer cette biodiversité, tout comme l'activité pastorale et les paysages pyrénéens qu'offrent cette balade, vous faisant découvrir des lacs de montagne.

Veuillez noter que nos amis les chiens doivent être tenus en laisse

NOHÈDES

5h30 - 13,4 km

900 m



P PARKING DE MONTELLÀ



Vue sur le Gorg Estelat





4 Après 2 kms, dans un virage, prendre le sentier à droite. Rejoindre une nouvelle fois la piste puis emprunter le sentier qui part à droite au niveau de la porte pastorale.

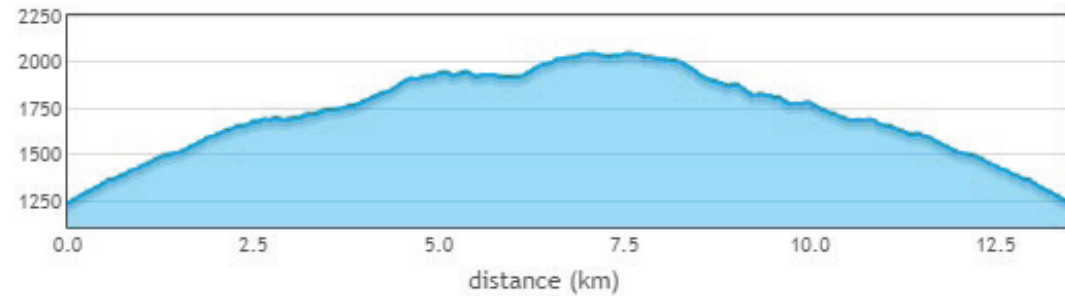
5 Pla d'Amunt. Large plat herbeux, composé de tourbières. Milieu fragile, bien rester sur le sentier.

6 Gorg Estelat. Lac dominé par un cirque glaciaire et le Roc Negre. Revenir sur vos pas jusqu'au panneau indiquant « Coll de Portus par Rec de Jujols ». Emprunter le sentier qui part à droite

7 Coll de Portus. Suivre la piste qui descend sur la gauche et vous ramène à la bifurcation des pistes sous l'Estany del Clot. Le retour au parking se fait à par le



En rejoignant le Gorg Estelat



Access en voiture : Depuis la RN 116, rejoindre la D26 au niveau de Ria-Sirach pour rejoindre Nohèdes. Traverser le village et suivre sur 4 kms une piste forestière (véhicule haut conseillé) qui part à droite vers le Camping el Manau et poursuivre jusqu'au parking d'entrée de la réserve. Possibilité de partir depuis le parking à l'entrée du village, compter 2h30 de marche aller-retour supplémentaires. Emprunter le sentier qui part dans la forêt au niveau du panneau indicatif (Estany del Clot 2h30 A/R). Au bout de 300m, le sentier rejoint la piste et repart sur la droite au niveau du virage en épingle. Le sentier coupera la piste plusieurs fois le long de la montée.

1 Emprunter le sentier qui part dans la forêt au niveau du panneau indicatif (Estany del Clot 2h30 A/R). Au bout de 300m, le sentier rejoint la piste et repart sur la droite au niveau du virage en épingle. Le sentier coupera la piste plusieurs fois le long de la montée.

2 Le sentier rejoint une nouvelle fois la piste que l'on emprunte. Après quelques mètres, bifurcation des pistes. Emprunter celle de droite vers l'Estany del Clot (indiqué sur le panneau).

3 Estany del Clot. Continuer sur la piste qui part sur la gauche. De belles vues s'offrent sur le lac, le Mont Coronat et le Massif du Canigó.



A voir en chemin



Vue sur la réserve

RÉSERVE NATURELLE DE NOHÈDES

A Nohèdes, les milieux naturels sont très contrastés et diversifiés. Le mont Coronat est abrupt, formé de roches calcaires et couvert de forêts. Le massif du Madres est granitique, il retient des zones humides et des lacs glaciaires, il est couvert de pelouses alpines au-delà de 2 300 mètres d'altitude. La bordure sud est constituée de schiste, dont la végétation est dominée par des landes à genêts et des prairies sèches...

CONFLENT-CANIGÓ WALKS

NOHÈDES: the "GORG ESTELAT" LAKE

This walk lies within the Nohèdes Nature Reserve, which includes the dramatic upper slopes of the Caillan valley. The biodiversity of the reserve is rich and varied, and the high pastures are used for summer grazing. The path takes you into the heart of the reserve, where you can admire the flora and fauna, and the beautiful scenery and mountain lakes.*

*(*The reserve managers like dogs, but please note that your dog(s) must be kept on a lead if taken on this walk.)*

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 18 - the *pompiers* fire and emergency service)
- Map: IGN 2249 ET Font-Romeu

The track may be unsuitable for vehicles without high ground clearance. If you start on foot from Nohèdes, allow an extra 2h30, making the duration of the walk 8h in total. There are a couple of well-used paths which cut off bends in the track along the way.

0h00: Take the path which starts by a signpost saying Estany del Clot 2h30 (A/R) and which goes up into a forest. After about 300m, the path re-joins the track. Go right, along the track for a few metres, to a hairpin bend. Take the path which again goes up into the forest.

The path climbs in zig-zags at first, then it ascends steadily, for some distance, through the forest. Eventually, the path re-joins the track. Go right, along the track, then take a path on the left which cuts off some bends in the track.

1h20: On re-joining the track, go right, along the track. After a short distance, at a track junction (you return here on the way back), go straight ahead towards "Estany del Clot" (as indicated by a signpost).

1h30: Track fork near the Estany del Clot (a lake a short distance on the right). Go straight ahead; the grass track immediately bears to the left. It soon bears to the right, enters open country and winds up the mountainside. Wonderful views open up - to the lake, Mont Coronat and the Canigou massif.

2h00: Where the track bends sharply to the right, at a point nearly two kilometres after the lake, take a path going uphill which cuts off a bend in the track.

On re-joining the track, go straight ahead along the track for a short distance. Where the track goes to the left, at a point where there may be a cattle gate, follow the waymarked path going up to the right. The path climbs the mountainside, with a grazing area and a cabin down on the left.

2h30: "Pla d'Amunt". Note a signpost at a path junction here (you return to this point later). Go straight ahead. Keep to the path; the damp area here is easily damaged.

3h00: "Gorg Estelat" - a beautiful lake dominated by glaciated coombes and slopes rising towards Roc Negre (on the right).

Return to the path junction at Pla d'Amunt. Go to the right, in the direction of Coll de Portus par le Rec de Jujols. The waymarked path crosses a mountain stream, then descends fairly steeply. It meets the line of a former canal (the Rec). Go right, alongside that canal. The path winds around the mountainside for some distance; then it descends to the:

4h15: Coll de Portus (at a junction of jeep tracks). Turn sharp left. Follow a track which descends. This brings you to the track junction which you reached on the way up, just before Estany del Clot.

Turn right there, then follow your outward route all the way back to the start.

More information on walks in this area can be obtained from the Maison de la réserve naturelle de Nohèdes (www.nohedes-nature.org).

Office de Tourisme Conflent Canigó

Tél : 04 68 05 41 02

www.tourisme-canigou.com

(Translation 2019 by A.M)

Duration: 5h30 (plus stops)

Distance: 13.4 km

Waymarks: yellow

Difference in altitude between highest and lowest points: 800 metres

You climb in total: 900 metres

Level of difficulty: Hard

ROUTE DESCRIPTION

Start: Parking de Montellà, an entrance to the nature reserve - altitude 1240m

From the RN 116 main road at Ria-Sirach, take the D26 road and follow it all the way up to the village of Nohèdes (beyond Conat). The upper part of the road is fairly narrow, and adjacent to a steep drop, so go carefully.

Continue on the road beyond the village. Where the tarmac road turns to go down to the left, take an unsurfaced track going up to the right, towards "Camping el Manau". The car park at the start of this walk is reached four kilometres beyond Nohèdes.

SENDERISME-CONFLENT CANIGÓ

Nohèdes : Gorg Estelat Per l'estany del Clot i el Rec de Jujols

Situat a les altures de la vall del Caillan, la Reserva Natural de Nohèdes permet de descobrir les riqueses d'aquest espai ha on viuen nombroses espècies florals i animals. Es a través d'aquest sender que podreu admirar aquesta biodiversitat, així que l'activitat pastoral i els paisatges pirinencs que ofereix aquest passejada, fent-vos descobrir els llacs de muntanya.

Els nostres amics gossos han de ser portats lligat.

Distància : 13,40km

Dificultat : Difícil

Temps : 5h30 (fora de les parades)

Desnivell positiu : 800m

Desnivell positiu acumulat : 900m

Senyalització : Groc

ITINERARI :

Partida : Pàrquing de Montellà – altitud 1240m –
Accés amb cotxe : Des de la RN116, arribar a la D26 al nivell de Ria-Sirach per arribar a Nohèdes. Travessar el poble i seguir sobre 4km una pista forestal (cotxe alt recomanat) que va cap a la dreta cap al Camping el Manau i perseguir fins al pàrquing d'entrada de la reserva. Possibilitat de marxar des del pàrquing a la entrada del poble, comptar 2h30 de marxa anar i tornar suplementaries.

0h00 : Agafar el sender que va en el bosc al nivell del tauler informatiu (Estany del Clot 2h30 anar-tornar). Després de 300m, el sender arriba en la pista i marxa cap a la dreta al nivell del revolt pronunciat. El sender tallarà la pista varies vegades durant la pujada.

1h20 : El sender arriba encara una vegada sobre la pista que agafem. Després d'uns quants metres, bifurcació de les pistes. Agafar la de la dreta cap a l'Estany del Clot (indicat en el tauler).

1h30 : Estany del Clot. Continuar sobre la pista que va cap a la esquerra. Boniques vistes s'ofereixen sobre el llac, el Mont Coronat i el Massís del Canigó.

2h00 : Després de 2km, en un revolt, prendre el sender a la dreta. Tornar a trobar una altra vegada la pista i agafar el sender que va cap a la dreta al nivell de la porta pastoral.

2h30 : Pla d'amunt. Ample pla herbós compost de torbera. Medi fràgil, quedar-se bé en el sender.

3h00 : Gorg Estelat. Llac dominat per un circ glaciari i el Roc Negre.

Tornar enrere fins al tauler que indica "Coll del Portus

pel Roc de Jujols". Agafar el sender que va cap a la dreta.

4h15 : Coll del Portus. Seguir la pista que baixa a la esquerra i que us porta a la bifurcació de les pistes sota l'Estany del Clot. La tornada al pàrquing es fa pel mateix sender.

Per saber-ne més : llibret d'itineraris de descoberta en venda a la casa de la reserva natural de Nohèdes.

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
- ✓ Gossos portats lligat
- ✓ **No fer foc**

Telèfon urgències : 112 o 15

Temps meteor (en francès) : 08 99 71 02 66

Mapa IGN 2249 ET Font Romeu

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