



MÉTÉO 32 50

SECOURS 112
SAMU 15
POMPIERS 18



RANDONNÉES
PÉDESTRES

82

Le Tour du Canigó

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



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, 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.

REFUGE DES CORTALETS

5j - 84 km



4450 m



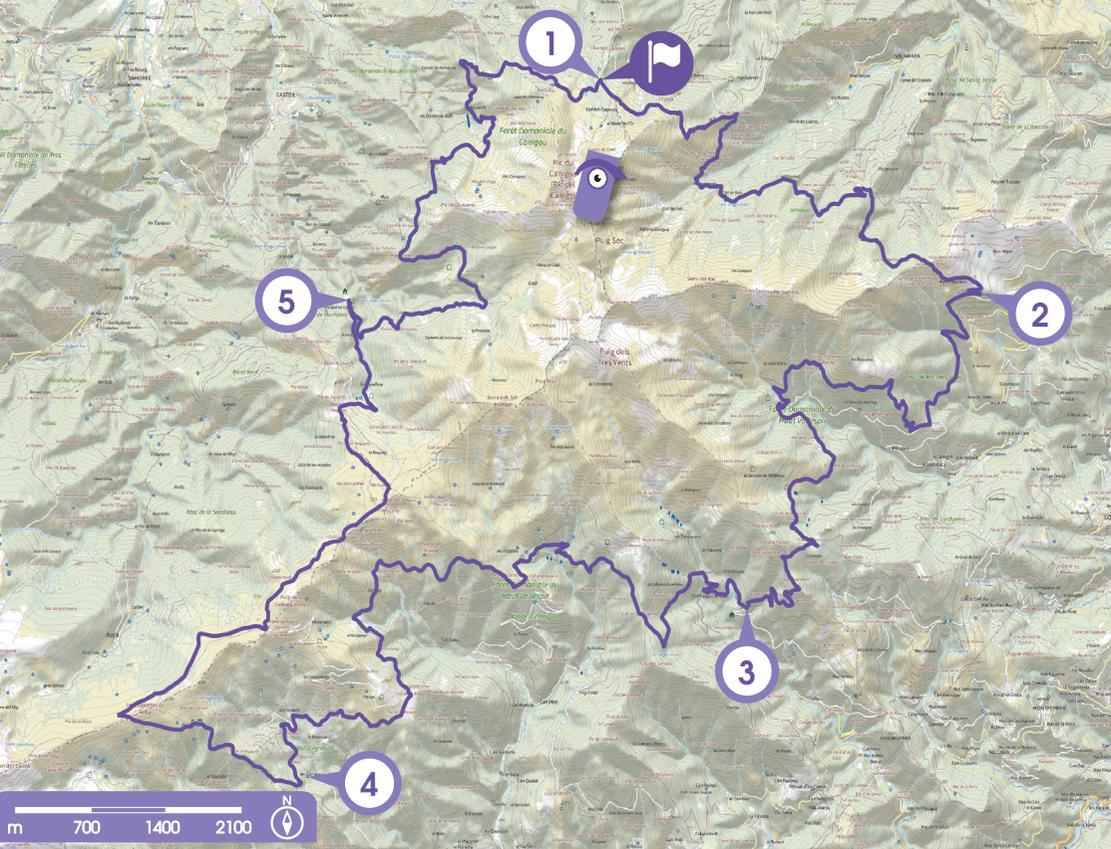
REFUGE DES CORTALETS

Phare de la Méditerranée, célébrant l'Orient des Pyrénées, le Canigó est un massif de légendes. Terre d'itinérance et de spiritualité, il invite ses visiteurs à vivre les émotions des grands espaces, la liberté, l'évasion. Prenez le temps de vous ressourcer dans cette montagne mythique qui vous contera son histoire.



Clot dels Estanyols





Licence IGN

Pensez à réserver vos refuges en ligne avant de partir sur www.montourducanigo.com ou en contactant les refuges ci-dessous :

Refuge des Cortalets : +33 4 68 96 36 19
 Refuge de Batera : +33 4 68 39 12 01
 Refuge de Les Conques : +34 6 96 29 86 31
 Refuge Sant Guillem : +33 9 78 04 96 85 ou +33 6 11 22 48 79
 Refuge de Mariailles : +33 4 68 05 57 99



Pla Guillem

Partez en toute sérénité !

N'hésitez pas à contacter les accompagnateurs en montagne, qui vous feront partager leurs expériences, savoirs et anecdotes. Vous retrouverez leurs coordonnées dans le Guide Activités de Pleine Nature, disponible dans chacune des antennes de l'Office de Tourisme Conflent Canigó ou sur www.tourisme-canigo.com

Comité Départemental de la Randonnée Pédestre des Pyrénées-Orientales
 pyrenees-orientales@frandonnee.fr Tel. 04 68 61 48 85 Web : mongr.f



Accès pédestre : par le GR®T83, GR®10, GR®36, GR®P Tour du Canigó, et différents villages de la vallée par les PR.

- Refuge des Cortalets – Refuge de Batera 16kms 5h00 D+ 571m D- 1217m.
- Refuge de Batera – Refuge Sant Guillem 17,30kms 8h20 D+ 946m D- 1119m
- Refuge Sant Guillem – Refuge de Les Conques 21,30kms 8h00 D+ 1047m D- 723m
- Refuge de les Conques – Refuge de Mariailles 15,60kms 5h30 D+ 816m D- 704m
- Refuge de Mariailles – Refuge des Cortalets 15,50 kms 6h15 D+ 1076 m D- 641m



Ça vaut le détour



Croix du Canigó

LE PIC DU CANIGÓ

Le massif du Canigó est un massif des Pyrénées françaises situé dans le département des Pyrénées-Orientales. Il culmine à 2 784 mètres d'altitude avec le pic du Canigó.

Le massif du Canigó est le grand massif pyrénéen le plus proche de la mer Méditerranée. Visible de toute la Catalogne et parfois même depuis Marseille en dépit de la courbure de la surface terrestre, sa présence imposante en fait un symbole des Catalans

Phare de la Méditerranée, célébrant l'orient des Pyrénées, le Canigó est un massif de légendes. Terre d'itinérance et de spiritualité, il invite ses visiteurs à vivre les émotions des grands espaces, la liberté, l'évasion.

CONFLENT-CANIGÓ WALKS

CORTALETS REFUGE: the TOUR du CANIGÓ REGIONAL LONG-DISTANCE PATH (GRP)

The "Massif du Canigó" lies at the far eastern end of the Pyrenees mountains, which stretch from the Atlantic coast to the Mediterranean.

The highest point in the massif - the "Pic du Canigó" - towers above the coastal plain far below.

It is a mountain of many myths and legends, some of which you will no doubt read or hear about as you follow this trail.

The massif is a place of pilgrimage - for reasons both religious (it has several revered and

beautiful places of worship) and secular (its summits are internationally renowned).

Take your time to get to know this mountain and you will come away feeling well rewarded.

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

Duration: Five days

Distance: 84km

Waymarks: red-and-yellow

You climb in total: 4450 metres

Level of difficulty: Hard

ROUTE DESCRIPTION

Start: Refuge des Cortalets – altitude 2150 m – +33 4 68 96 36 19

Access on foot is possible via trails such as the GRT83, GR10, GR36, and GRP Tour du Canigó, and via local paths from surrounding villages.

- Emergency telephone numbers: 112 (or 18 - the *pompiers* fire and emergency service)
- Map:
IGN 2349 ET Massif du Canigou
- Guidebook:
TopoGuide (in French), available from the Fédération Française de Randonnée :
<https://boutique.ffrandonnee.fr/>
or www.mongr.fr

Stage 1: Refuge des Cortalets to Refuge de Batera; 16km; 5h00; up 571m; down 1217m

Stage 2: Refuge de Batera to Refuge Sant Guillem; 17.3km; 8h20; up 946m; down 1119m

Stage 3: Refuge Sant Guillem to Refuge de Les Conques; 21.3km; 8h00; up 1047m; down 723m

Stage 4: Refuge de les Conques to Refuge de Mariailles; 15.6km; 5h30; up 816m; down 704m

Stage 5: Refuge de Mariailles to Refuge des Cortalets; 15.5km; 6h15; up 1076m; down 641m

Don't forget to reserve your accommodation at mountain huts before setting off - online at www.montourducanigo.com, or by telephone:

Mountain guides

To enhance your enjoyment and appreciation of the trail, as well as for your greater security, don't hesitate to seek help and advice from local mountain guides.

They will be happy to give you the benefit of their knowledge and experience, and to share with you anecdotes about this wonderful area. You will find their contact details in the "Guide des Activités de Pleine Nature" available in our local tourist offices and in the "Pratique - Brochures" section of our website: www.tourisme-canigou.com.

Refuge des Cortalets: +33 4 68 96 36 19

Refuge de Batera: +33 4 68 39 12 01

Refuge Sant Guillem: +33 7 77 94 79 45

Refuge de Les Conques: +34 6 96 29 86 31

Refuge de Mariailles: +33 4 68 05 57 99

Office de Tourisme Conflent Canigó

Tél : 04 68 05 41 02

info@tourisme-canigou.fr

www.tourisme-canigou.com

(Translation 2018 by A.M)

SENDERISME CONFLENT-CANIGÓ

Refugi dels Cortalets GRP VOLTA DEL CANIGÓ

Panorama

Far del Mediterrani, alabant l'Orient dels Pirineus, el Canigó és un massís de llegendes. Terra d'itinerància i de espiritualitat, convida els seus visitants a viure emocions dels grans espais, llibertat, evasió. Agafeu el temps de tornar a agafar forces en aquesta muntanya mítica que us contarà la seva història.

Distància : 84km

Dificultat : Difícil

Temps : 5 dies

Desnivell positiu acumulat : 4450m

Senyalització : Groc i Roig

**Partida : Refugi dels Cortalets – altitud
2150m - +33 4 68 96 36 19**

**Accés pedestre : pel GRT83, GR10, GR36, GRP
Volta del Canigo, i diferents pobles del vall
pels PR.**

Etapa 1 : Refugi dels Cortalets – Refugi de Batera 16km 5h00 D+571m D-1217m
Etapa 2 : Refugi de Batera – Refugi Sant Guillem 17,30km 8h20 D+946m D-1119m
Etapa 3 : Refugi Sant Guillem – Refugi de Les Conques 21,30km 8h00 D+1047m D-723m
Etapa 4 : Refugi de Les Conques – Refugi de Mariailles 15,60km 5h30 D+816 D-704m
Etapa 5 : Refugi de Mariailles – Refugi dels Cortalets 15,50km 6h15 D+1076m D-641m

**Penseu a reservar els vostres refugis en línia abans de marxar sobre
www.montourducanigou.com o trucant els refugis aquí sota :**

Refugi dels Cortalets : +33 4 68 96 36 19

Refugi de Batera : +33 4 68 39 12 01

Refugi de Les Conques : +34 6 96 29 86 31

Refugi Sant Guillem : +33 7 77 94 79 45

Refugi de Mariailles : +33 4 68 05 57 99

Marxeu amb tranquil·litat !

No dubteu en contactar els acompanyadors de muntanya, que compartiran amb vosaltres llurs experiències, saber i anècdotes. Trobareu llurs adreces en el Guia Activitats de Plena Natura, disponible en cada antena de la Oficina de Turisme Conflent Canigo o sobre www.tourisme-canigou.com

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 (francès) : 08 99 71 02 66

Mapa IGN 2349 ET

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