

# Adresses et informations utiles

Office de Tourisme Conflent Canigó  
Tel. 04 68 05 41 02  
www.tourisme-canigou.com



**Les Balises**

	GR®	GR®P	PR	PR
Bonne Direction Continuité				
Changement de Direction Tourne à Gauche				
Changement de Direction Tourne à Droite				
Mauvaise Direction				

## Bonne Conduite en Montagne

- Se renseigner sur les conditions atmosphériques
- Être bien équipé : chaussures, chapeau, eau...
- Rester sur les sentiers balisés
- Respecter la Faune et la Flore
- Ramener ses déchets
- Respecter la réglementation affichée
- Ne pas oublier de refermer les barrières
- Rester silencieux et discret
- **- Ne pas faire de feu**

Météo : 08 99 71 02 66  
Urgences : 112 ou 15  
Pompiers : 18

Vous rencontrez un problème sur nos sentiers ? Signalez-le sur les fiches dédiées dans les différentes antennes de l'Office de Tourisme ou sur [sentinelles.sportsdenature.fr](https://sentinelles.sportsdenature.fr)

# SENTINELLE, NE PARTEZ PAS SANS...

La nouvelle application SURICATE est disponible !



[sentinelles.sportsdenature.fr](https://sentinelles.sportsdenature.fr)



# Mantet

## Sentier d'interprétation – Itinérance de Ciscou le berger



Distance : **3 km**  
Dénivelé Positif : **160 m**

Temps : **1h15 (Hors arrêts)**  
Dénivelé Positif Cumulé : **160 m**

Difficulté : **Facile**

Balissage : **Jaune**



## Panoramas et Patrimoine

*Veuillez noter que nos amis les chiens ne sont pas admis dans la réserve naturelle.*

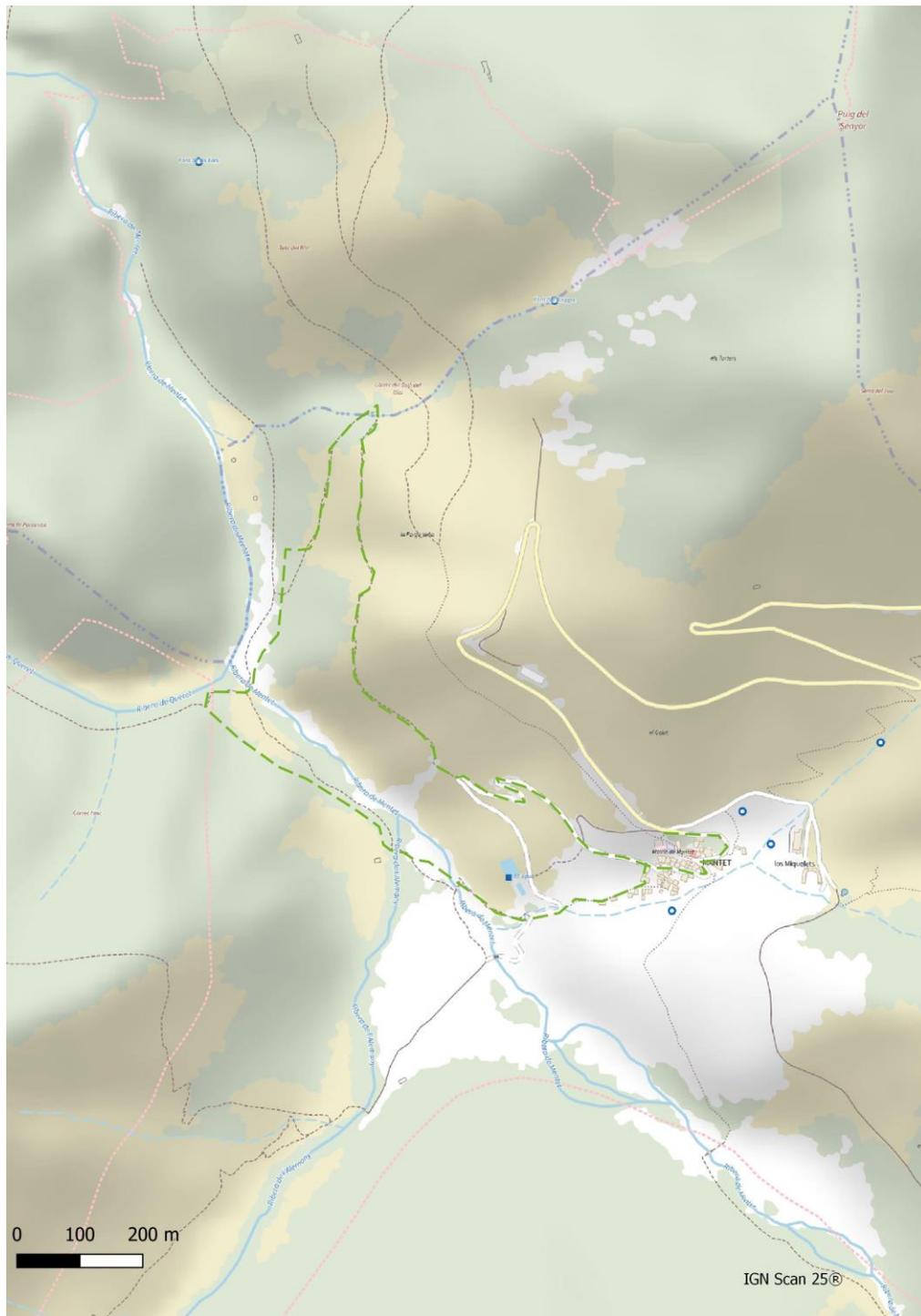


Photo-reportez en taguant vos plus belles photos de randos **#justcanigo** sur Instagram



Photos visibles sur notre page Facebook, devenez fan en flashant le QR code ci-contre ou sur [facebook.com/TourismeConflentCanigo](https://facebook.com/TourismeConflentCanigo)





Départ : Parking entrée du village - altitude 1559 m –

*Accès en voiture : Depuis la RN 116, rejoindre la D6 au niveau de Villefranche-de-Conflent en direction de Sahorre pour rejoindre Mantet. Parking obligatoire à l'entrée du village.*

Descendre la route jusqu'au village. Le traverser en descendant rejoindre la rivière du Ressec en contrebas. La traverser et tourner de suite à droite en longeant la rivière en rive gauche. Traverser le ruisseau de l'Alemaný et continuer tout droit.

Traverser la rivière de Mantet et remonter jusqu'au Còrrec del Solà del Blai. Prendre à droite et rejoindre la route pour revenir vers la maison de la réserve naturelle.

*Pour en savoir plus : 5 itinéraires de découverte en vente à la maison de la réserve naturelle de Mantet.*

Carte IGN 1/25 2250 ET



Projet cofinancé par le Fonds Européen Agricole pour le Développement Rural  
L'Europe investit dans les zones rurales