

# Adresses et informations utiles

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



Les Balises		GRØ	GRØP	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)



## Valmanya

# La colonie minière de la Pinosa



Distance : **9,4 km**

Temps : **5h15**

Dénivelé Positif Cumulé : **980 m**

Difficulté : **Difficile**

Balisage : **Jaune**

## Ombragée

Cet itinéraire, au départ de Valmanya, mène à travers la forêt à l'ancienne colonie minière de la Pinosa, haut-lieu de l'Histoire du Conflent.



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)





Pour votre sécurité, munissez-vous de la carte IGN 1/25<sup>ème</sup> 2349 ET

Départ : Parking porte de Site Classé, Valmanya (875 m)

*Accès motorisé : Depuis la N 116 et Vinça, emprunter la D13 en direction de Valmanya. Parking à la sortie du village.*

De l'emplacement réservé au stationnement, continuer sur la route D 13 en direction la Bastide. Après une centaine de mètres et être passé devant la grotte, emprunter le sentier qui part main droite en direction du refuge de l'Estanyol.

**1 – Tombonissa (1067 m)** – Le sentier aboutit sur une piste forestière. L'emprunter sur la gauche et prendre le sentier main droite quelques mètres après. Le sentier va à nouveau rejoindre la piste. La quitter quelques mètres plus loin par la gauche. Idem quelques mètres plus loin.

**2 – L'Estanyol (1473 m)** – Emprunter le GR®10 sur la gauche pendant quelques mètres, puis le quitter par une sente qui descend en sous-bois. Le sentier traverse trois ravins avant de remonter jusqu'à la colonie minière de la Pinosa.

**4 – La Pinosa (1356 m)** – Le retour s'effectue par le même chemin.



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

