


Adresses et informations utiles

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

Les Balises 

	GR®	GR®T	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

SENTINELLE, NE PARTEZ PAS SANS...

La nouvelle application SURICATE est disponible !



sentinelles.sportsdenature.fr



Vernet-les-Bains

Circuit de la Tour de Goa



Distance : **9,3 km**

Temps : **4h30 (Hors arrêts)**

Dénivelé Positif : **593 m**

Dénivelé Positif Cumulé : **716 m**

Difficulté :  **Moyenne**



FFRandonnée
les chemins, une richesse partagée
Pyrénées-Orientales



Balises : **Jaune et Rouge**  **et Blanc et Rouge** 

Panoramas et Patrimoine

Montée assez raide, à éviter par fortes chaleurs. Descente glissante sur les feuilles en printemps et automne. Circuit en partie en zone pastorale.

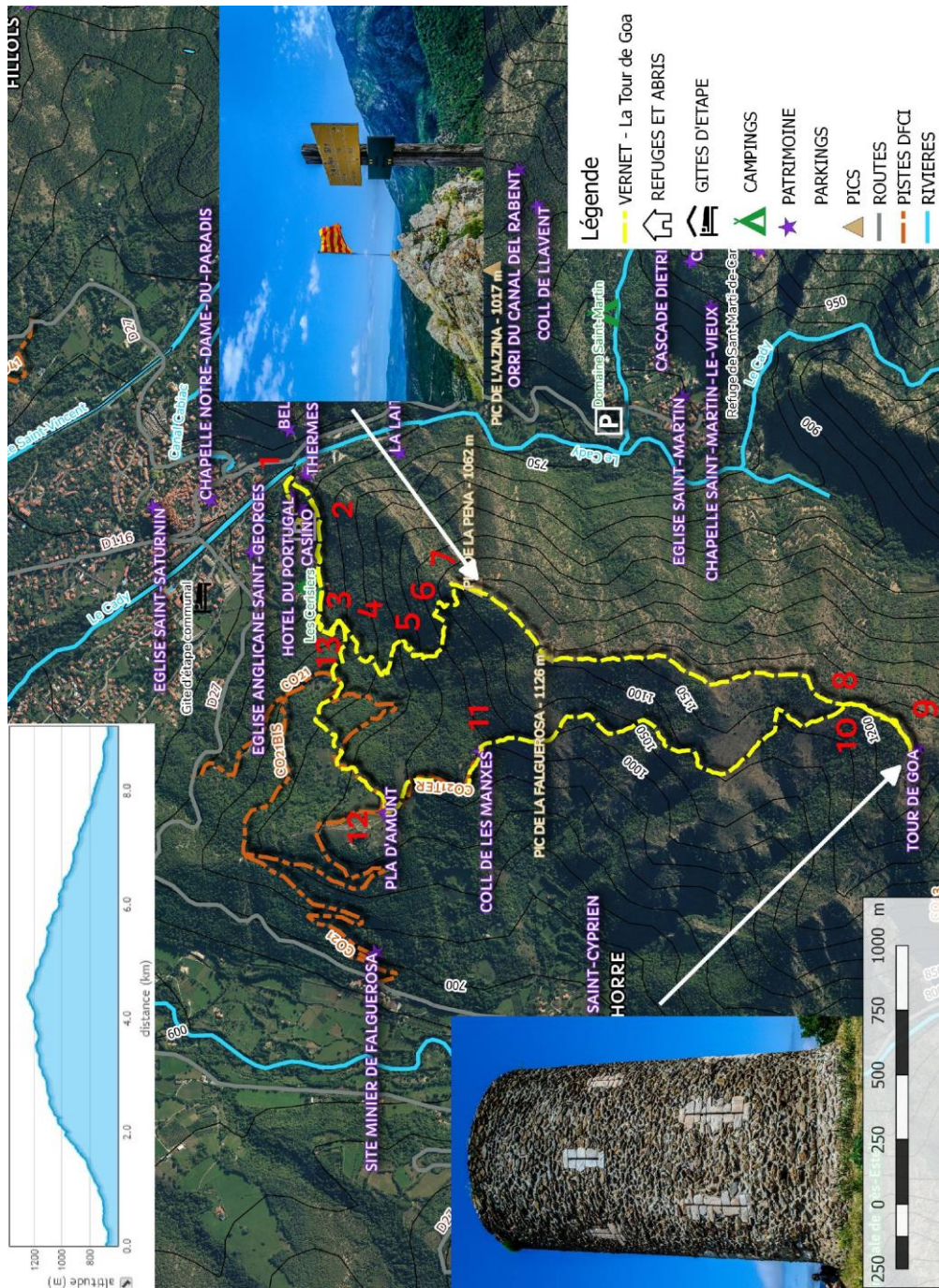


Photo-reportez en taguant vos plus belles photos de randos **#justcanigo** sur Instagram



Photos visibles sur notre page Facebook, devenez fan en flashant le QR code ci-contre ou sur facebook.com/TourismeConflentCanigou





Carte IGN 1/25^{ème} 2349 ET

Départ Parking du Casino - **altitude 666 m.** –

Accès : depuis la N116, emprunter la D116 jusqu'à Vernet-les-Bains, traverser le pont à droite face à la Poste et continuer sur la rue Louis Codet jusqu'au parking.

Départ Parking du Casino – Balisage blanc et jaune.

Passer devant le Casino et l'Hôtel du Portugal (constructions 1882). Au passage, admirer quelques arbres majestueux, et prendre à droite entre l'Hôtel et l'Établissement Thermal (1) le sentier qui démarre par un escalier.

A la bifurcation (2), laisser sur la gauche le sentier qui monte directement à « la Pena » par un sentier difficile et continuer direction « Circuit de la Pena ».

A la jonction avec la piste en bitume, prendre à gauche vers une propriété privée. 30 m après le portail, prendre à droite le sentier qui descend jusqu'au Riu (3) et fait la jonction avec le circuit de la « Ronde du Canigó » (balisage jaune et rouge).

Emprunter ce sentier pendant 200 m et à l'intersection (4) prendre à gauche direction « Circuit de la Pena » (balisage blanc et jaune ».

400 m après l'intersection, ignorer un ancien sentier (5) totalement abandonné avec par endroits des risques d'accident, qui part à gauche.

Au cours de l'ascension, vues sur Fuilla, Vernet-les-Bains, le Coronat, le village abandonné de Flassa, Jujols, le Pla d'Amont, le Madres, Escaro, Thorrent... Possibilité de redescendre sur Vernet-les-Bains avant le Pic de la Pena (6).

7 Pic de la Pena – 1h25 – 1062 m. Point de vue sur les vallées du Cady, de la Rotja, le Massif du Canigó... Continuer sur le sentier (direction sud) qui alterne montées et descentes en ligne de crêtes par le Pic de Falguerosa (1120 m), le Pic de la Riudera (1190 m) et autre sommet (1203 m).

8 Jonction avec le sentier de retour – 2h20. Après le passage de la barrière, dernière montée pour atteindre la Tour de Goa.

9 Tour de Goa – 2h30 – 1268 m. Table d'orientation. Magnifique point de vue à 360°. Redescendre par le même sentier jusqu'à la jonction après le passage de la barrière. (10) Prendre le sentier à gauche. Peu après, ignorer un ancien sentier abandonné qui partait en direction de Sahorre. Continuer tout droit sur le sentier, en pente, parfois caillouteux et glissant. Quelques passages en sous-bois. Au cours de la descente, un passage un peu délicat sur quelques mètres peut être contourné par la droite.

11 Col des Manchas – 3h10 – 941 m. Après le passage de la barrière, la pente s'atténue et le sentier devient une piste.

12 Intersection Pla d'Amunt – 3h20. Prendre à droite le sentier balisé jaune et rouge et le suivre pour rejoindre Vernet-les-Bains. Au Riu (13), prendre à droite le sentier (balisage blanc et jaune) direction « Les Thermes » pour arriver au parking du Casino par le même chemin que celui pris à l'aller.