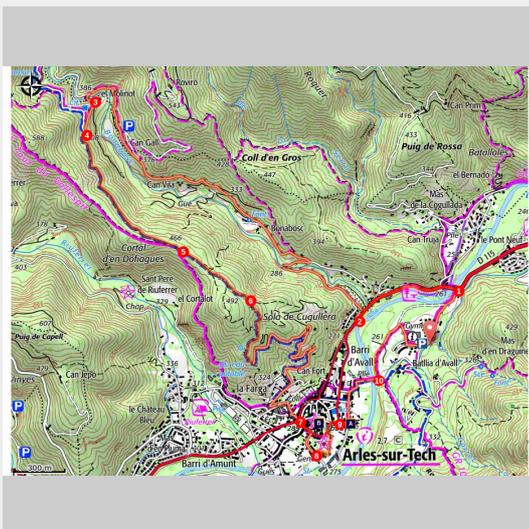


El Molinot

Haut Vallespir - Arles-sur-Tech



Vue sur le massif du Canigó (© Frédéric Maler - CC Haut Vallespir)

En route pour le belvédère ensoleillé du « pin parasol » que l'on atteint par le vallon du Bonabosc, suivi d'un bel enchaînement de sentiers en balcon.

Un circuit court au dénivelé très raisonnable qui possède une belle partie technique alternant portions en balcon et descentes pleine pente. Cet itinéraire se glisse entre la vallée du Riu Ferrer et celle du Bonabosc, très ombragée et fraîche en été, en versant sud toutefois, donc agréable en hiver.

Infos pratiques

Pratique : Rando VTT

Durée : 1 h 15

Longueur : 10.1 km

Dénivelé positif : 327 m

Difficulté : Facile

Type : Boucle

Thèmes : Balade en famille,
Histoire et patrimoine

Itinéraire

Départ : Centre Sud Canigó Sports et Pleine Nature, Arles-sur-Tech

Arrivée : Centre Sud Canigó Sports et Pleine Nature, Arles-sur-Tech

Balisage : 🚩 VTT

Communes : 1. Arles-sur-Tech

2. Montbolo

Profil altimétrique



Altitude min 251 m
Altitude max 466 m

D - 🚩 Centre Sud Canigó Sports et Pleine Nature (263 m) - Prendre à gauche et rejoindre la D115.

1 - 🚩 Route D115 (261 m) - Franchir le pont à gauche et liaison routière sur la D115 en direction d'Arles-sur-Tech.

2 - 🚩 Cimetière (266 m) - Monter en épingle à droite sur la route « El Molinot 3 km ».

3 - 🚩 El Molinot (392 m) - Passer devant El Molinot.

4 - 🚩 Côte 408 (407 m) - Continuer à grimper en face (circuit de la station de Jacouty à droite).

5 - 🚩 Esplanade (466 m) - Partir tout droit dans une descente.

6 - 🚩 Solà de Cugullera (439 m) - Obliquer vers la droite deux fois de suite sur 100 m. Après 500m déboucher sur le belvédère du pin parasol puis redescendre jusqu'au centre-ville.

7 - 🚩 Route D115 (288 m) - Arriver au stop en bas du collège, partir en face, et 100 m plus loin prendre à droite sur la rue Louis Moli.

8 - 🚩 Gendarmerie (278 m) - Derrière la gendarmerie, emprunter l'allée étroite qui contourne l'enceinte du parc de la mairie puis prendre direction « Perpignan ».

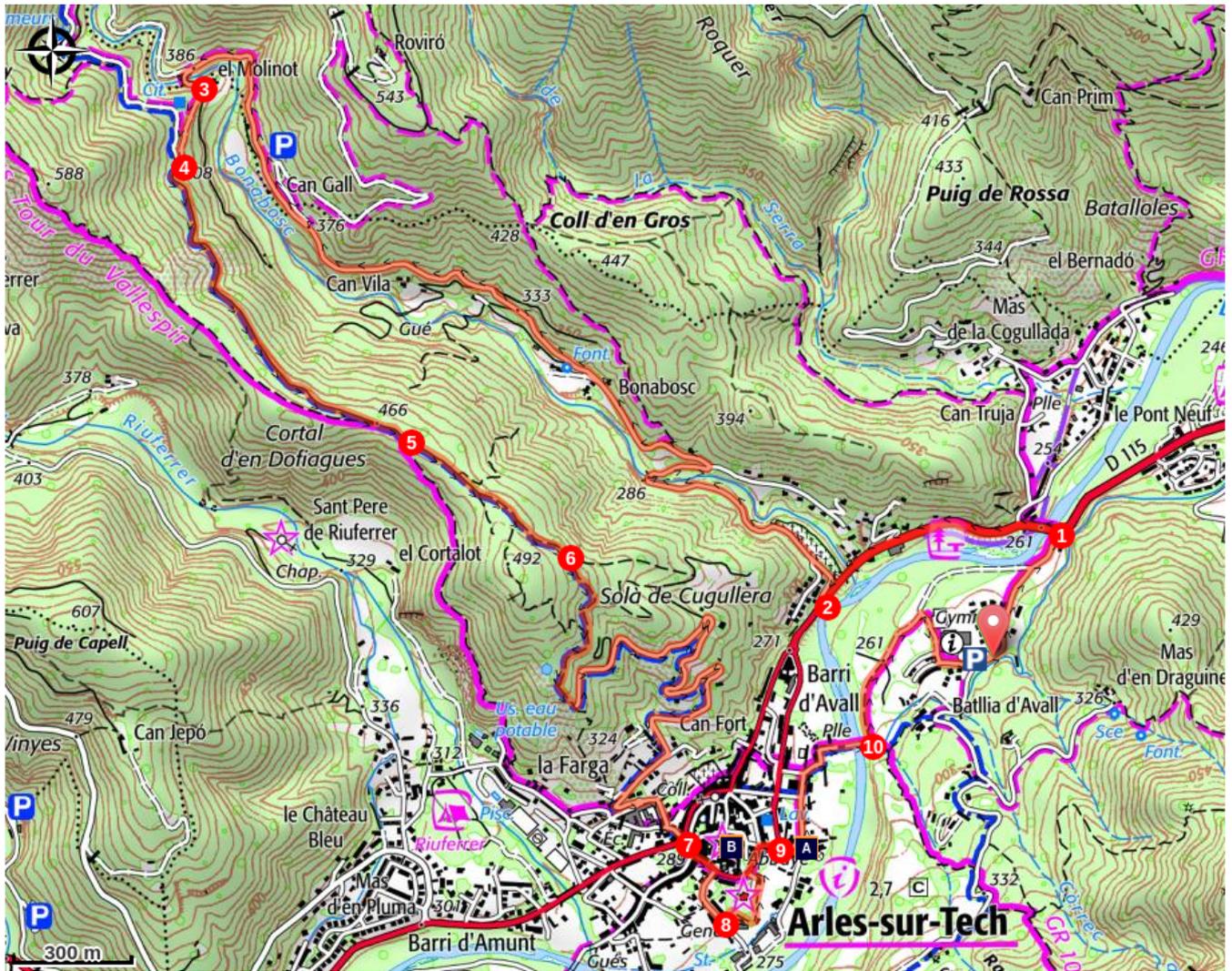
9 - 🚩 Carrer de les Fabriques (271 m) - Partir en face en direction du Moulin des

Arts, puis à gauche sur la rue du 14 juillet 1789, au bout de celle-ci prendre à droite (GR®10).

10 - 🚧 Passerelle (263 m) - Au bout de la passerelle, tourner à gauche pour prendre le sentier qui longe le Tech et revenir au Centre Sud Canigó Sports et Pleine Nature.

Cet itinéraire est inscrit au Plan Départemental des Itinéraires de Promenade et de Randonnée des Pyrénées-Orientales.

Sur votre chemin...



 Moulin des Arts et de l'Artisanat (A)

 Abbaye Sainte-Marie d'Arles-sur-Tech (B)

Toutes les infos pratiques



Itinéraire inscrit au Plan Départemental des Itinéraires de Promenade et de Randonnée des Pyrénées-Orientales

Le PDIPR est un outil de protection juridique des tracés qui recense les itinéraires ouverts à la randonnée pédestre, équestre et VTT. Il vise ainsi à favoriser la découverte des sites naturels et des paysages ruraux en développant la pratique de la randonnée. Pour être inscrit à ce plan, un itinéraire doit répondre à un ensemble de critères de qualité en terme d'aménagement et de gestion.



Risque incendie

Attention : l'itinéraire transite dans un massif forestier sensible au risque incendie de forêt. Entre le 1er juillet et le 15 septembre, selon le niveau de risque, la circulation en voiture, à vélo, ou à pied est réglementée. Consulter le site de l'Etat afin de connaître le risque journalier et préparer au mieux votre itinéraire : [Vigilance feux de forêts](#)

Comment venir ?

Transports

Retrouvez tous les transports en commun liO sur www.laregion.fr
Sinon, pensez au covoiturage !

Accès routier

Depuis Amélie-les-Bains-Palalda, suivre la direction d'Arles-sur-Tech (D115). Avant le Pont-Neuf, prendre à gauche (lieu-dit La Baillie) en direction du Centre Sud Canigó Sports et Pleine Nature.

Parking conseillé

Parking du Centre Sud Canigó Sports et Pleine Nature, Arles-sur-Tech.

i Lieux de renseignement

Centre Sud Canigó Sports et Pleine
Nature
Lieu-dit La Baillie, 66150 Arles-sur-Tech
accueil@centresudcanigo.com
Tel : +33 (0)4 68 39 37 82
<https://www.centresudcanigo.com>



Sur votre chemin...



Moulin des Arts et de l'Artisanat (A)

Le Moulin des Arts et de l'Artisanat est l'ancienne usine de tissage d'Arles-sur-Tech, jadis lieu de confection des tissus catalans, réputés pour leur solidité et la fantaisie de leurs décorations. Suite au déclin de l'activité, les machines se sont éteintes en 1989. Propriété de la municipalité, cet espace est aujourd'hui dédié aux métiers d'art. Les ateliers d'artistes, les expositions et le savoir-faire des créateurs cohabitent désormais avec les vieux métiers à tisser.

Crédit photo : © CC Haut Vallespir



Abbaye Sainte-Marie d'Arles-sur-Tech (B)

Fondée en 778, elle est la plus ancienne abbaye carolingienne de Catalogne ! En plus de son magnifique cloître gothique du XIIIe siècle et de son église romane à trois nefs, elle renferme un mystère qui attise bien des curiosités ! Aux côtés de son portail, le sarcophage de la « Sainte Tombe » du IVe siècle, livre en effet près de 350 litres d'eau pure chaque année à laquelle on prête des vertus de guérison, depuis qu'il accueille les reliques des Saints Abdon et Sennen, les patrons d'Arles-sur-Tech. Or, on ne sait d'où provient cette eau, le sarcophage étant fermé par un couvercle de calcaire. Les scientifiques avancent un phénomène de condensation sans expliquer la quantité d'eau déversée. Le mystère reste entier...

Crédit photo : © Michel Castillo - CD66