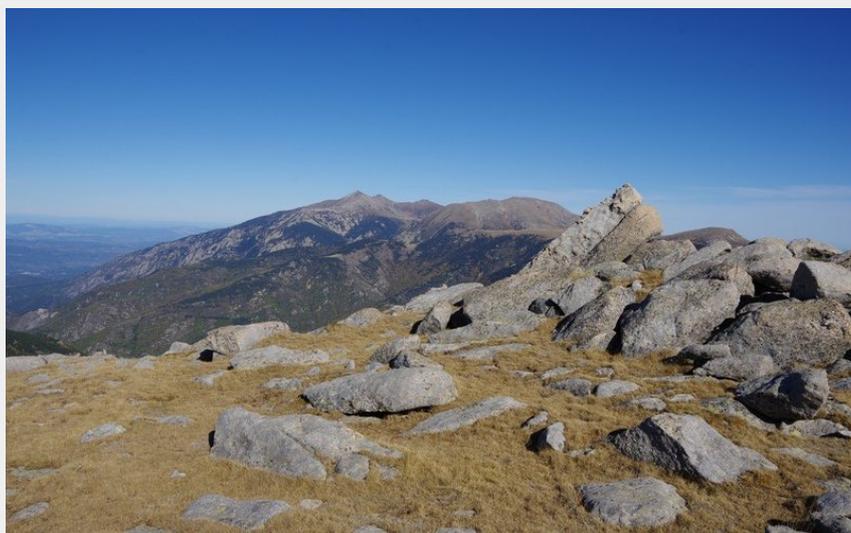


# Ronde du Canigó # GR®P

Conflent Canigó - Vernet-les-Bains



Le Canigó depuis les Esquerdes de Rotjà (© Bernard Frankel - CD66)

*Canigó, en avant pour une belle ronde sur la montagne sacrée des Catalans.*

« Vivez l'expérience Canigó » ! En juillet 2012 le massif du Canigó est devenu, pour la richesse et la diversité de son environnement, de ses traditions et de son histoire, un grand site de France. Vous cheminerez, huit jours durant, entre Conflent et Vallespir, de village en village, de vallées en cols d'altitude, de gîtes d'étape en refuges, du maquis méditerranéen aux vastes altiplanos désertiques de la haute montagne, sur les flancs de cet attachant massif. Une expérience sportive et culturelle inoubliable, à la rencontre d'un territoire de montagnes et de passions.

## Infos pratiques

Pratique : Rando itinérante

Durée : 8 jours

Longueur : 157.4 km

Dénivelé positif : 9047 m

Difficulté : Très difficile

Type : Boucle

# Itinéraire

Départ : Office de tourisme, Vernet-les-Bains

Arrivée : Office de tourisme, Vernet-les-Bains

Balisage :  GR®  GR®P

Votre ronde commencera par une bien rude journée, un gros morceau, le plus gros du séjour, pour se terminer dans un magnifique petit village de montagne. La deuxième journée sera l'étape « haute montagne » du voyage, sur de vastes plateaux désertiques, à plus de 2400 m d'altitude. Puis quatre jours vous suffiront à peine à découvrir toute la richesse du Haut Vallespir, de ses petits villages les plus au sud de France, de ses vastes forêts, de ses crêtes frontières panoramiques... Le refuge de Batera sera votre dernière halte montagnarde avant une étape de transition, plus courte, pour souffler un peu. Enfin, après un départ en beauté il y a huit jours, vous terminerez tout aussi fort par une bien belle mais longue étape à la découverte des innombrables villages du piémont nord du massif.

Cet itinéraire fait partie des 1000 km de GR® et GR®P du Département des Pyrénées-Orientales. GR® et GR®P sont des marques déposées par la Fédération Française de Randonnée Pédestre et le balisage de cet itinéraire est réalisé par les bénévoles du [Comité Départemental de la Fédération Française de Randonnée Pédestre des Pyrénées-Orientales](#).



## Étapes :

1. Ronde du Canigó, de Vernet-les-Bains à Mantet  
22.6 km / 1956 m D+ / 10 h 15
2. Ronde du Canigó, de Mantet aux Conques  
19.4 km / 1101 m D+ / 8 h
3. Ronde du Canigó, des Conques à Nostra Senyora del Corral  
20.3 km / 999 m D+ / 8 h 30
4. Ronde du Canigó, de Nostra Senyora del Corral à Saint-Laurent-de-Cerdans  
20.9 km / 873 m D+ / 8 h 15
5. Ronde du Canigó, de Saint-Laurent-de-Cerdans à Arles-sur-Tech  
18.2 km / 1063 m D+ / 8 h
6. Ronde du Canigó, d'Arles-sur-Tech à Batera  
19.6 km / 1420 m D+ / 7 h 30
7. Ronde du Canigó, de Batera à Baillestavy  
13.4 km / 287 m D+ / 5 h 15
8. Ronde du Canigó, de Baillestavy à Vernet-les-Bains  
22.9 km / 1355 m D+ / 9 h 30

# Sur votre chemin...



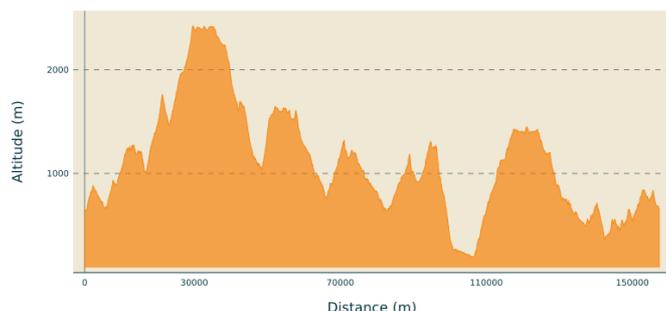
- |  |  |
|--|--|
|  Maison de la réserve naturelle nationale de Mantet (A) |  Mantet (B)                             |
|  Orri de la Jaça Grossa (C)                             |  Abri de la Portella de Mentet (D)      |
|  Refuge de la Portella de Rotjà (E)                     |  Les Esquerdas de Rotjà (F)             |
|  La Preste les Bains (G)                                |  Exploitation forestière (H)            |
|  Retirada, l'exil de 1939 (I)                           |  Ermitage Nostra Senyora del Corral (J) |
|  Tours de Cabrenç (K)                                   |  Pla de la Muga (L)                     |
|  Piló de Belmaig (M)                                    |  Panorama au Puig de l'Estella (N)      |

# Toutes les infos pratiques

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

Le Parc national est un territoire naturel, ouvert à tous, mais soumis à une réglementation qu'il est utile de connaître pour préparer son séjour

## Profil altimétrique



Altitude min 192 m  
Altitude max 2421 m

## Transports

Retrouvez tous les transports en commun liO sur [www.laregion.fr](http://www.laregion.fr)  
Sinon, pensez au covoiturage !

## **i** Lieux de renseignement

Office de tourisme intercommunal  
Conflent Canigó  
10 place de la République, 66500  
Prades

[info@tourisme-canigou.com](mailto:info@tourisme-canigou.com)

Tel : +33 (0)4 68 05 41 02

<http://www.tourisme-canigou.com>



# Sur votre chemin...

---



## Maison de la réserve naturelle nationale de Mantet (A)

La maison de la nature de Mantet est un espace d'accueil ouvert quasiment toute l'année. Accessible à toute personne désireuse de renseignements sur la réserve naturelle et sa réglementation, elle propose de l'information pour découvrir le patrimoine naturel et culturel, ainsi que des animations autour de la biodiversité et des actions de développement durable. La structure d'accueil est essentiellement ouverte au public en été, où une permanence est assurée quotidiennement. Hors période estivale, celle-ci est accessible aux visiteurs en semaine, lors des heures d'ouverture des bureaux, ou sur rendez-vous, pour les groupes qui en font la demande.

Crédit photo : © RNN de Mantet

---



## Mantet (B)

Isolé à près de 1555 m d'altitude, entre les massifs du Costabona, du Gegant et du Canigó, ce village du Haut-Conflent abrite une trentaine d'habitants. Site prisé pour l'observation des étoiles, Mantet a été en 2014 la première commune du département labellisée « villes et villages étoilés de France », en reconnaissance de son engagement dans la réduction de la pollution lumineuse. Autrefois terre de prédilection des activités agricoles et agro-pastorales, on peut y distinguer les vestiges d'anciennes cultures de seigle ou de pommes de terre. Installé au coeur de la Réserve naturelle nationale de Mantet (3028 hectares), il n'est pas rare de rencontrer, le long du Camí Ramader, des troupeaux de vaches ou de brebis en estive, et d'apercevoir l'isard, ou le gypaète barbu et le vautour fauve !

Crédit photo : © Michel Castillo - CD66



### Orri de la Jaça Grossa (C)

Au sud de Mantet et au cœur de la réserve naturelle éponyme, l'*orri* de la Jaça Grossa est un ancien abri de berger de forme circulaire et bâti en pierre sèche. De taille assez petite et d'un confort extrêmement sommaire, cet *orri* est un abri de fortune en cas de mauvais temps. On le découvre dans la très belle vallée de l'Alemany, caché parmi les pins à crochets, à proximité du quadruple tracé des GR® 10, GR® 36, GR® P Ronde du Canigó et GR® P Tour des réserves naturelles. Ces itinéraires se scindent en deux un peu plus en amont de la vallée, à hauteur du superbe refuge restauré de l'Alemany.  
Crédit photo : © RNN de Mantet



### Abri de la Portella de Mentet (D)

Situé un peu à l'est du col qui sépare le Haut Conflent des Pyrénées espagnoles, cet abri est un petit *orri* de taille modeste et exposé au vent mais qui peut faire office d'abri précaire en cas de météo capricieuse. De la Portella de Mentet, on jouit d'une superbe vue plongeant au sud vers la station de ski Vallter 2000 et la très belle vallée boisée du Riu Ter. Le panorama vers le nord et l'est s'étend du Pic de Tres Estelles au massif du Canigó. Enfin, ce col frontalier est un passage obligé sur les GR® P Ronde du Canigó et GR® P Tour des réserves naturelles.  
Crédit photo : © RNN de Mantet



### Refuge de la Portella de Rotjà (E)

Plus une cabane qu'un refuge de montagne, cet abri est implanté à 2377 m d'altitude sur la crête des Esquerdes de Rotjà tout près des sommets frontaliers du Roc Colom et du Pic de Costabona. Sis dans un environnement très minéral et sauvage, ce « *casot* de tôle » des hauteurs que l'on surnomme « le frigidaire » contient huit couchages sur deux niveaux mais ne dispose ni de bois ni d'eau potable à proximité. La Portella de Rotjà, ce petit col séparant le Conflent du Vallespir, est un lieu de confluence de nombreux itinéraires de randonnée, à cheval entre les réserves naturelles de Py, Mantet et Prats-de-Mollo.  
Crédit photo : © Bernard Frankel - CD66



## Les Esqueredes de Rotjà (F)

Cette grande muraille de quartz d'une dizaine de kilomètres, ponctuée de passages, s'inscrit dans le prolongement du Pla Guillem en direction de la Carançà, jusqu'au-dessus de la vallée de Mantet. C'est un milieu granitique particulier où les roches ont subi, comme les gneiss du Pla Guillem, de fortes altérations remontant à plusieurs millions d'années. Cette grande écharde de quartz, contrairement au granit, a mieux résisté aux aléas du climat.

Crédit photo : © Bernard Frankel - CD66



## La Preste les Bains (G)

Une dizaine de kilomètres au-dessus de Prats-de-Mollo, une superbe route de montagne vous conduit à la station thermale de la Preste les Bains, blottie au cœur du cirque grandiose du Haut Vallespir. C'est Napoléon III qui fit construire cette route, il avait l'intention de faire une cure à la station. La guerre de 1870 l'obligea à y renoncer. Les cinq sources de la station thermale, jaillissant à 44°C, sont réputées depuis plusieurs siècles pour le traitement de la rhumatologie, du métabolisme et des infections urinaires.

Crédit photo : © Michel Castillo - CD66



## Exploitation forestière (H)

La filière bois-énergie occupe une place importante en Haut Vallespir. Dès les années 2000 s'initia une réflexion globale de celle-ci (de l'approvisionnement en bois jusqu'à la revente de l'énergie). Aujourd'hui, plusieurs chaufferies sont présentes sur le territoire, quatre aires de stockage intercommunales furent bâties et un circuit de production de bois déchiqueté (plaquettes) a été créé pour ravitailler les différentes chaufferies. Le Haut Vallespir fait donc figure d'exemple en la matière.

Crédit photo : © CC Haut Vallespir



## Retirada, l'exil de 1939 (I)

Espace transfrontalier, lieu de circulation des hommes et des biens, le Haut Vallespir fut l'infortuné témoin de l'arrivée massive des exilés espagnols durant l'hiver 1939. L'afflux de cette marée humaine, des milliers d'hommes, femmes et enfants, débuta le 27 janvier au Coll d'Ares, zone frontière. La foule fut ensuite stoppée à Prats-de-Mollo-la-Preste. En deux semaines, 90000 personnes traversèrent ce col, soit près d'un quart des personnes déplacées durant toute la Retirada.  
Crédit photo : © BIT Prats-de-Mollo-la-Preste



## Ermitage Nostra Senyora del Corral (J)

Petit ermitage du XVIIe siècle fréquenté par les habitants du Haut Vallespir, il fait partie d'un réseau de sanctuaires dédiés à la Vierge au sein des Pyrénées frontalières. Construit en 1690, ce petit sanctuaire, perché à 1100 m d'altitude sur un promontoire rocheux, possède un intéressant mobilier, des statuettes et une superbe Vierge de tradition romane. Une niche abrite une Vierge de l'Invention, trouvée au creux d'un chêne selon une légende locale. Sa situation au cœur d'un cirque montagneux en fait un lieu des plus agréables pour pique-niquer à l'ombre de vieux arbres centenaires. C'est également un gîte d'étape très prisé par les amoureux de la nature et des vieilles pierres.  
Crédit photo : © Bernard Frankel - CD66



## Tours de Cabrenç (K)

Cet ensemble médiéval est perché à 1300 m d'altitude sur une crête rocheuse granitique tout près de la frontière avec l'Espagne. Il se compose de trois édifices érigés entre le Xe et le XIVe siècle : une tour à signaux, un donjon et les vestiges d'un château. Tous trois présentent un système de fortification assez rudimentaire mais totalement dissuasif du fait qu'ils furent érigés sur de fortes pentes en bordure de précipices. Le site vaut la visite autant pour l'ingéniosité des constructions sur un terrain fort accidenté que pour les points de vue sur le massif du Canigó et la demi-lune de la baie de Rosas.  
Crédit photo : © CC Haut Vallespir



## Pla de la Muga (L)

Au-dessus de Saint-Laurent-de-Cerdans et tout près de la frontière, le Pla de la Muga est célèbre pour être la source de la rivière éponyme qui coule vers la Catalogne Sud. D'une altitude moyenne de 1180 m, cette zone aplanie et partiellement boisée de feuillus est très riche en oxyde de fer dans son sous-sol. Le premier sommet vers le nord ne s'appelle pas Mont Negre pour rien et rappelle le glorieux passé minier de la région. Le point de vue vers le sud de la trop méconnue Alta Garrotxa est tout simplement stupéfiant : la végétation et les couleurs changent, les feuillus cèdent la place à une végétation plus méditerranéenne sur laquelle le calcaire affleure.  
Crédit photo : © Bernard Frankel - CD66



## Piló de Belmaig (M)

Le mythique sommet des Arlésiens culmine à 1280 m d'altitude et se gagne au terme d'une randonnée sportive. Dans ce décor où se mêlent hêtres et châtaigniers, le Piló de Belmaig offre un panorama de choix sur la vallée de la Comalada et du Montdony, mais aussi sur le Roc de Sant Salvador et le Roc de France au sud-est, sur le massif du Canigó et même... sur la mer ! Côté espagnol, on distingue l'Empordà et les premiers pics de la Catalogne Sud. C'est sur ce sommet que se déroule, en novembre, « le kilomètre vertical ». Une course de montagne aux 1000 m de dénivelé positif qui constitue la grande finale du Challenge Vallespir Sud Canigó.  
Crédit photo : © CC Haut Vallespir



## Panorama au Puig de l'Estella (N)

Point commun à trois communes : deux du Haut Vallespir, La Bastide et Corsavy, et une du Conflent, Valmanya. Le sommet du Puig de l'Estella vous offrira un des plus beaux points de vue de votre randonnée. Il va du nord, avec le massif des Corbières, au sud avec le massif du Bassagoda (Catalogne sud), en passant par la plaine du Roussillon, le Riberal mais aussi le massif du Canigó avec le Conflent en versant nord, et le territoire Sud Canigó en versant sud.  
Crédit photo : © CC Haut Vallespir