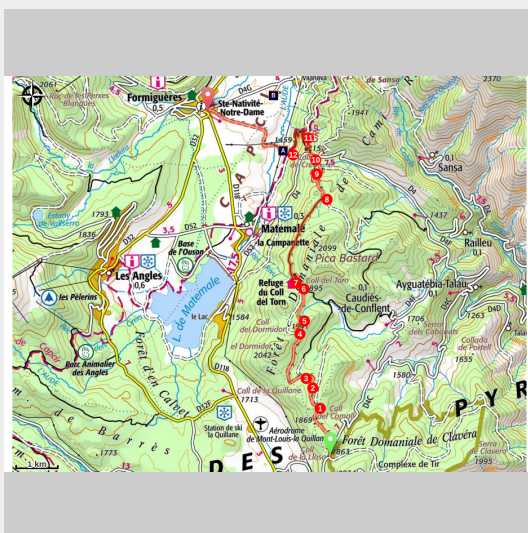


# Traversée la Llose - Formiguères (VTT 3)

Pyrénées Catalanes - Ayguatèbia-Talau



(© service APN)

## *Parcours simple en ligne de crête, avec une vue surplombante sur le Capcir*

La Llose vous permettra de tutoyer les sommets. Tracé sur les crêtes des cimes orientales du Capcir, le circuit offre à chaque instant un panorama différent sur les montagnes du Capcir, de la Cerdagne et du Haut-Conflent. Vous passerez devant la tour de Creu, une ancienne tour de garde au croisement de 2 voies romaines. A vous de choisir votre arrivée : Matemale ou Formiguères

### **Infos pratiques**

---

Pratique : Rando VTT

---

Durée : 2 h 30

---

Longueur : 15.5 km

---

Dénivelé positif : 213 m

---

Difficulté : Facile

---

Type : Traversée

---

Thèmes : Randonnée en montagne

# Itinéraire

**Départ** : Chalet d'accueil du Col de la Llose

**Arrivée** : Village de Formiguères

**Balisage** : ➤ VTT (PNR)

**Communes** : 1. Ayguatèbia-Talau

2. Caudiès-de-Conflent

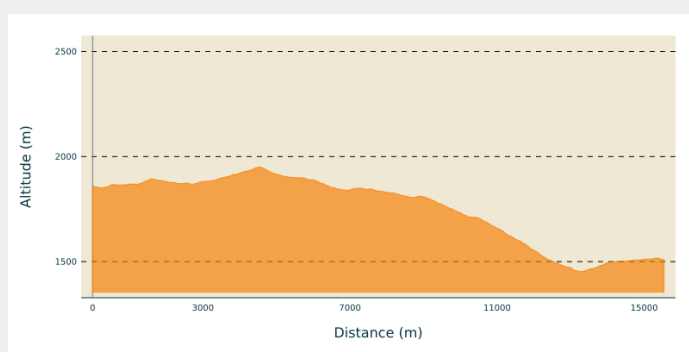
3. La Llagonne

4. Matemale

5. Railleu

6. Formiguères

## Profil altimétrique



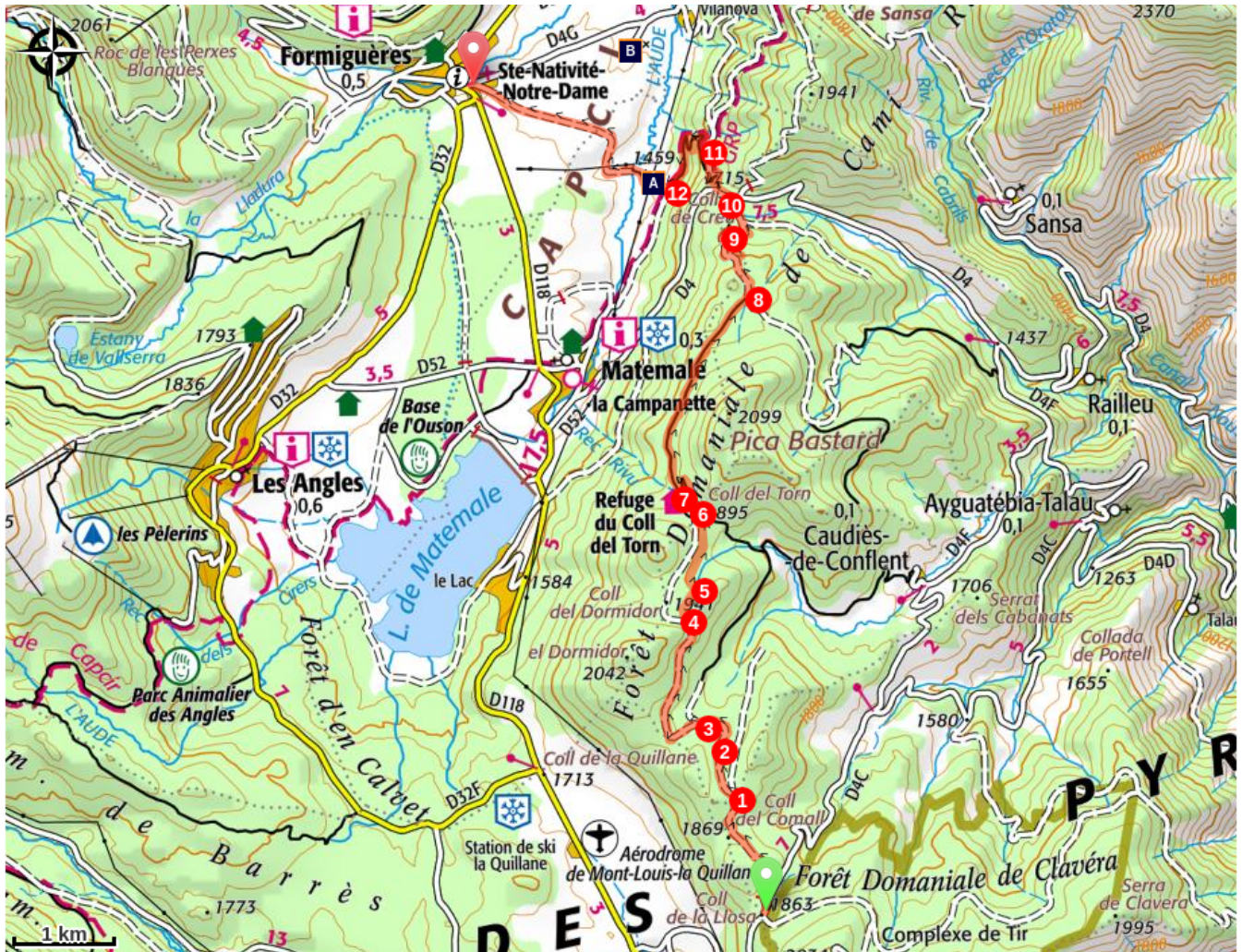
Altitude min 1452 m  
Altitude max 1950 m

**Chalet du Col de la Llose (1859 m)**, domaine nordique du Capcir. Prendre la piste forestière qui se trouve en parallèle à la route D 4C. Continuer tout droit en remontant celle-ci.

1. **Coll del Comall (1866 m)** - Laisser le chemin de droite.
2. **Croisement sentier et piste (1878 m)** - Laisser le sentier à votre gauche. Rester sur la piste forestière.
3. **Carrefour (1867 m)** - Laisser le chemin de droite.
4. **Virage piste (1950 m)** - Quitter la piste forestière et prendre le chemin à droite dans le virage.
5. **Font de la Gleva (1917 m)** - Prendre à gauche et récupérer la piste forestière. Laisser le sentier se trouvant à droite.
6. **Coll del Torn (1894 m)** - Continuer tout droit.
7. **Refuge du Col del Torn (1864 m)** - Une pause s'impose. Descendre la piste forestière jusqu'au col de Creu.
8. **Carrefour (1806 m)**- Continuer tout droit.
9. **Croisement piste et sentier (1749 m)** - Continuer tout droit en laissant le sentier de gauche.
10. **Col de Creu (1709 m)** - Traverser la route prudemment. Prendre un sentier en face légèrement à gauche de la piste forestière.
11. **Croisement piste et sentier (1621 m)** - Laisser la piste forestière et prendre à gauche sur un sentier.
12. **Croisement du Camps Grans (1499 m)** - Continuer toujours tout droit jusqu'au village de Formiguères.



# Sur votre chemin...



 Torre de Creu (A)

 Chapelle Santa Maria de Vilanova (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](#)



## Recommandations

Si vous observez une différence entre la carte et le balisage, suivez toujours le balisage.

Comment venir ?

### Transports

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

### Accès routier

Depuis Perpignan suivre la RN 116 jusqu'à Mont-Louis. Poursuivre sur la D 118 jusqu'à la sortie du village de la Llagonne.  
Au carrefour, prendre à droite la D 4C en direction du Col de la Llose.

### Parking conseillé

Parking du Col de la Llose

## **i** Lieux de renseignement

Office de tourisme de Formiguères  
1 place de l'église, 66210 Formiguères

tourisme@formigueres.fr  
Tel : +33 (0)4 68 04 47 35  
<http://www.formigueres.fr>



## Source



Communauté de  
Communes Pyrénées  
Catalanes  
<https://www.pyrenees-catalanes.net/>

# Sur votre chemin...

---



## Torre de Creu (A)

La Torre de Creu est située sur le site d'un ancien village, Villa Cruce ou Creu, aujourd'hui disparu. Du haut de la tour on distingue quelques vestiges de fondations. *Creu* signifie « croix » en catalan. Fièremment dressée depuis des siècles, elle s'est abîmée au fil du temps et a été rénovée à partir de 2014. On peut voir qu'une partie des parois de l'ancien château s'intègre de façon remarquable dans la nouvelle structure, tout en respectant les plans d'origine. Ce vestige d'un château de l'époque romane tenait aussi le rôle de relais et pavillon de chasse pour les rois de Majorque. Creu était réputé pour sa fauconnerie. Au XIe siècle, Creu a donné naissance au faubourg voisin : Vilanova de Creu, qui deviendra par la suite Villeneuve de Formiguères.

Crédit photo : © CC Pyrénées Catalanes

---



## Chapelle Santa Maria de Vilanova (B)

Sanctuaire de la Mare de Déu de Vilanova de Formiguères, la chapelle a été construite en 1735, pour vénérer la patronne du Capcir. Comme beaucoup d'autres vierges trouvées dans les Pyrénées, un bœuf aurait gratté la terre d'où a surgi une source. La chapelle est régulièrement un lieu d'animations culturelles et musicales à l'occasion des nombreux concerts qui y sont donnés au cours de l'été. Visite possible de juillet à septembre (gratuite).

Crédit photo : © Mairie de Formiguères