Cal Cabús et la Parcigola

Haut Vallespir - Prats-de-Mollo-la-Preste

Cascade de Cal Cabús (© CC Haut Vallespir)

Un parcours très sauvage et boisé au cours duquel vous pourrez découvrir notamment la vallée de la Parcigola.

Randonnée en boucle en sous-bois. Dans la montée, vous surplomberez la vallée de la Parcigola pour arriver à son point de vue sommital (table d'orientation) au Coll de les Basses. Vous entrerez alors dans la Réserve Naturelle de Prats-de-Mollo-la-Preste. En observant bien dans la descente, sur la piste, les vestiges des mas de la vallée de la Parcigola, vous pourrez imaginer l'activité humaine très présente jusqu'au milieu du XXe siècle.

Infos pratiques

Pratique : Rando pédestre

Durée : 5 h 45

Longueur : 12.8 km

Dénivelé positif : 888 m

Difficulté : Difficile

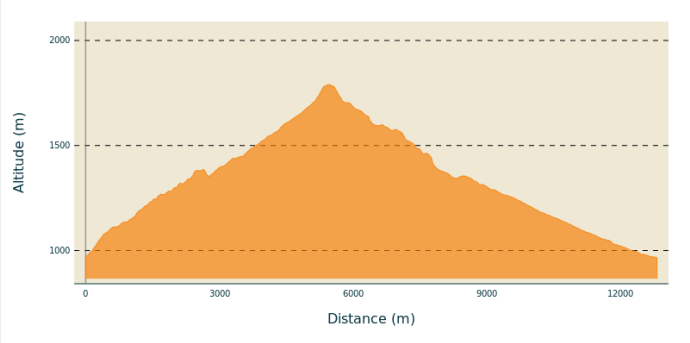
Type : Boucle

Thèmes : Randonnée en montagne

Itinéraire

Départ : Vallée de la Parcigola, Prats-de-Mollo-la-Preste
Arrivée : Vallée de la Parcigola, Prats-de-Mollo-la-Preste
Balisage : PR
Communes : 1. Prats-de-Mollo-la-Preste

Profil altimétrique



Altitude min 966 m
Altitude max 1790 m

D - Entrée forêt domaniale (969 m) - Au panneau d'entrée en forêt domaniale, prendre sur la gauche de la piste le sentier en montée.

1 - Croisement (1051m) - Continuer dans la montée.

2 - Piste (1132 m) - Partir à gauche sur 200m puis, au début de l'esplanade, prendre le sentier à droite.

3 - La Gasarda (1356 m) - Passer devant la ruine de La Gasarda.

4 - Collada Gran (1706 m) - Grimper le sentier à gauche pour entamer un aller-retour à la table d'orientation.

5 - Table d'orientation (1796 m) - Profiter de la vue et identifier les éléments de panorama.

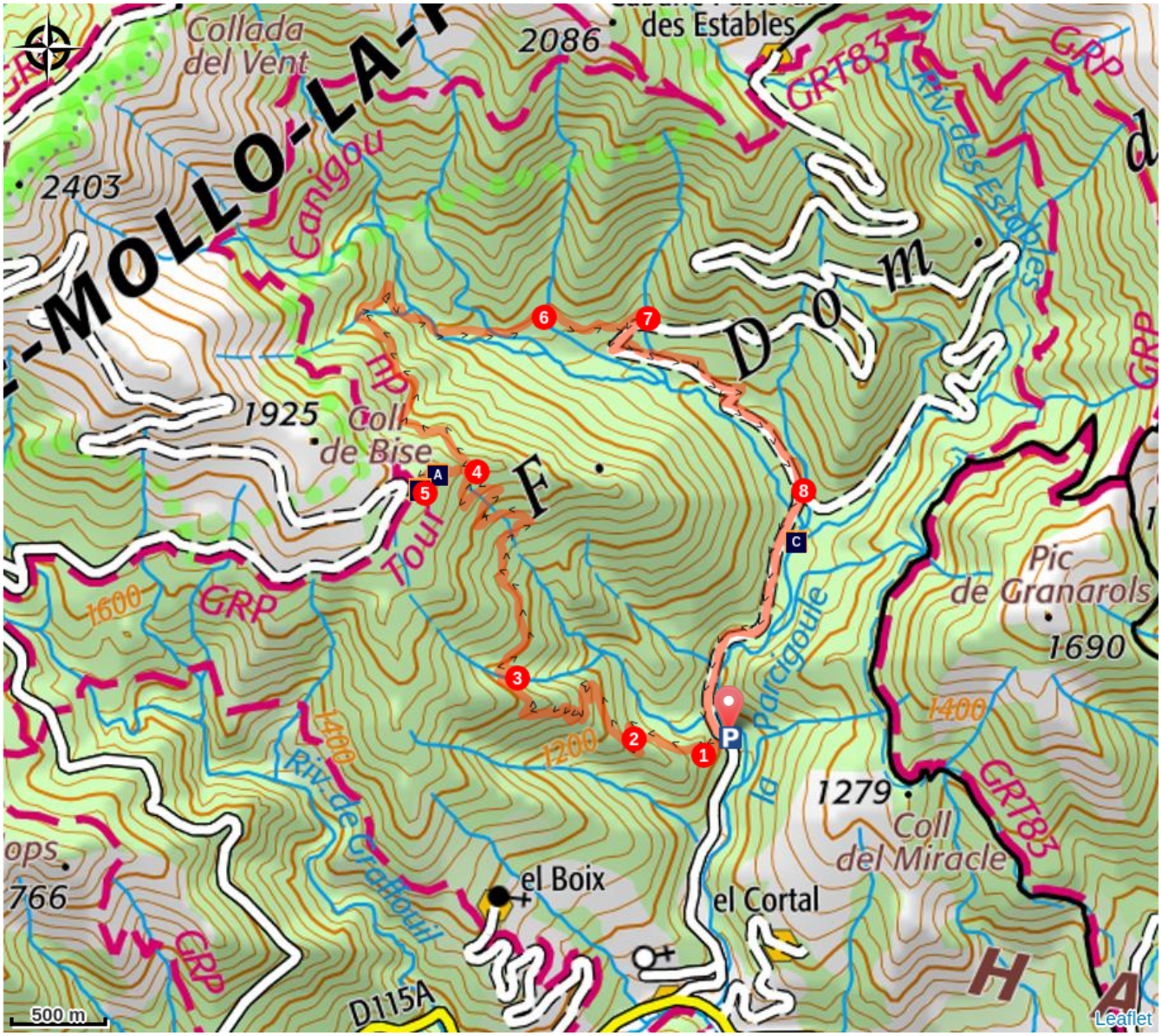
4 - Collada Gran (1706 m) - Prendre à droite et entamer la descente vers la vallée dite Vall de Cal Cabús.

6 - Cal Cabús (1359) - Passer devant Cal Cabús.

7 - Les Salines (1288 m) - Descendre sur la piste principale pendant 1,5 km jusqu'au point de départ.

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

Sur votre chemin…



Elevage et panorama (A)

Réserve naturelle nationale de Prats-de-Mollo-la-Preste (B)

Vallée de la Parcigola (C)

Toutes les infos pratiques

Danger chantier de brulage dirigé

Le brulage dirigé est une pratique traditionnelle d’entretien, de régénération des pâturages et de prévention des incendies utilisant le feu courant en période hivernale (décembre à mars). Mise en œuvre par des équipes spécialisées et dans des conditions optimales de sécurité ces brulages, sont signalés auprès de la mairie 24 h avant et sur site le jour même. Afin de vous éviter de vous retrouver bloqué dans votre cheminement après avoir emprunté un itinéraire, nous vous invitons à cliquer sur le lien ci dessous qui vous indiquera la localisation des brulages prévus d'être réalisés (suivant les conditions météo) dans les 3 prochains jours. Voir les chantiers de brulage dirigé

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

Soyez vigilant au stationnement en bord de piste, ne pas gêner la circulation des véhicules.

Comment venir ?

Transports

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

Accès routier

Depuis Arles-sur-Tech, suivre la direction de Prats-de-Mollo-la-Preste (D115). Traverser le village de Prats-de-Mollo-la-Preste et prendre la direction de la Preste (D115a). Au lieu-dit Sant Salvador (Saint Sauveur), prendre à droite direction Saint Sauveur-Parcigoule (C4). Continuer jusqu'à l'entrée de la forêt domaniale.

Stationnement

En bord de piste à l'entrée de la forêt domaniale, Prats-de-Mollo-la-Preste.

Zones de sensibilité environnementale

Le long de votre itinéraire, vous allez traverser des zones de sensibilité liées à la présence d’une espèce ou d’un milieu particulier. Dans ces zones, un comportement adapté permet de contribuer à leur préservation. Pour plus d’informations détaillées, des fiches spécifiques sont accessibles pour chaque zone.

Réserve naturelle nationale de Prats-de-Mollo-la-Preste

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Mai, Juin, Juillet, Août, Septembre, Octobre, Novembre, Décembre

Contact : **Réserve naturelle nationale de Prats-de-Mollo-la-Preste**
Bureau de la réserve

28 rue du Faubourg
66230 Prats-de-Mollo-la-Preste
Tél : 04 68 39 74 49
E-mail : resnatprats@wanadoo.fr
Site : https://www.reserves-naturelles-catalanes.org/les-reserves/reserve-naturelle-de-prats-de-mollo-la-preste/

Pour assurer la pérennité de cet espace naturel protégé, il convient de respecter la réglementation en vigueur :
Sont interdits :
- les chiens même tenus en laisse,
- la cueillette des fleurs et la collecte de fossiles ou et de minéraux,
- le feu,
- la circulation de véhicules à moteurs,
- l'abandon de déchets,
- le camping.

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…

Elevage et panorama (A)

Le point culminant de la randonnée jouxte un parc à troupeaux, représentatif du pastoralisme dans cette zone. Malgré la déprise agricole, ces quinze dernières années ont connu une relance de l’activité pastorale qui a insufflé une nouvelle dynamique de l’espace rural et de son développement durable. Plusieurs éleveurs de bovins, caprins et ovins sont installés sur le territoire. A partir de ce lieu un splendide panorama est également appréciable.
Crédit photo : © CC Haut Vallespir

Réserve naturelle nationale de Prats-de-Mollo-la-Preste (B)

Située de 1490 m à 2507 m d’altitude, la réserve réunit sur 2300 ha une variété de roches et de minéraux d’une haute valeur scientifique. Ensoleillement et pluviométrie en favorisent la biodiversité. La végétation du haut de l’étage montagnard, des étages subalpin et alpin y est représentée. La faune emblématique de la montagne pyrénéenne y est présente : isard, desman des Pyrénées, gypaète barbu, grand tétras ou magnifiques papillons, dont l’isabelle, et rarissimes carabes en sont quelques exemples.
Crédit photo : © Lionel Laporte - RNN de Prats-de-Mollo-la-Preste

Vallée de la Parcigola (C)

Actuellement, les versants imposants de la vallée de la Parcigola sont couverts de forêts mêlant hêtraies et résineux, le tout verrouillé par le Coll de la Regina et le refuge pastoral des Estables. Avant les inondations de 1940 et 1942, l’activité agricole, aujourd’hui disparue, y était très présente. Les nombreuses fermes et métairies qui parsèment encore la vallée cultivaient des céréales (blé, seigle, maïs ou sarrasin) et pratiquaient l’élevage de bovins et d’ovins.
Crédit photo : © CC Haut Vallespir