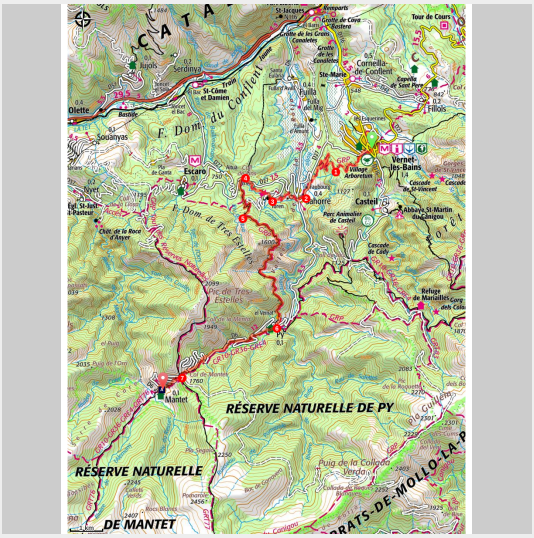
Ronde du Canigó, de Vernet-les-Bains à Mantet

Conflent Canigó



Fenêtre sur le Canigó depuis les environs du Coll de Mentet (© Bernard Frankel - CD66)

Une belle et bien rude journée

Infos pratiques

d’attaque, que vous pourrez scinder en deux si vous optez pour un départ en douceur.

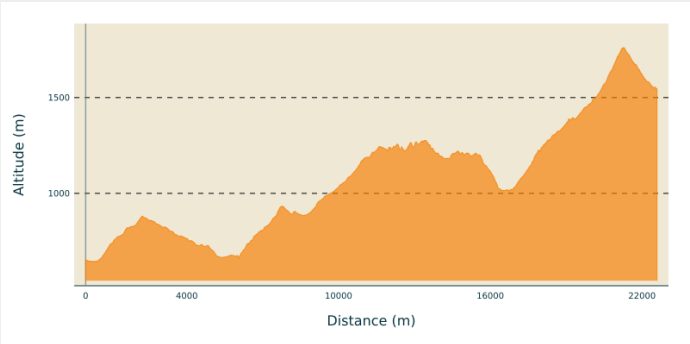
Prenez un dernier café rapide et matinal à Vernet-les-Bains, pour bien commencer la journée et votre ronde. Puis attaquez ! La journée sera rude : 1950 m de dénivelé positif pour près de 23 km. Un gros morceau ! Autant dire, partir doucement, mais tôt, à moins que vous ne choisissiez de scinder l’étape en deux. Après un long parcours dans la moyenne montagne méditerranéenne, de village en village, vous gagnerez, par une longue montée, un col d’altitude ouvrant sur le petit village perché de Mantet, un des plus montagnards du département.

- Pratique : Rando itinérante
- Durée : 10 h 15
- Longueur : 22.6 km
- Dénivelé positif : 1956 m
- Difficulté : Très difficile
- Type : Étape
- Thèmes : Espace naturel protégé

Itinéraire

Départ : Office de tourisme, Vernet-les-Bains
Arrivée : Mairie, Mantet
Balisage : GR® GR®P
Communes : 1. Vernet-les-Bains
2. Sahorre
3. Escaro
4. Py
5. Mantet

Profil altimétrique



Altitude min 644 m
Altitude max 1760 m

D - Office de tourisme (667 m) - Dos à l’Office de tourisme, partir à droite pour descendre les escaliers vers la place de Monfreid, puis la ruelle barrée et enfin, tout droit, pour emprunter le pont Kipling. À sa sortie, à droite toute, puis la première à gauche, la rue du Temple, puis à droite la petite rue Saint-Georges, zigzaguant. Poursuivre tout droit sur la route qui monte au camping et, juste avant celui-ci, emprunter le sentier à droite. Emprunter le chemin à gauche montant en lacets.

1 - Pla d’Amunt (875 m, antenne) - Prendre le chemin qui descend à droite, en lacets, avec un beau point de vue sur Vernet-les-Bains et le Canigó. Suite à une épingle à gauche, à la bifurcation en « Y », emprunter le chemin de gauche, horizontal. Passer devant un bâtiment minier restauré (abri), où le chemin devient sentier, franchit un petit còrrec par une passerelle et descend vers Sahorre. Suivre alors la route tout droit pour entrer dans le village.

2 - Sahorre (665 m) - Au niveau de la placette Sant Cebrià, à droite, puis tout droit pour descendre à la place de la République (eau). Passer à gauche de la tour puis emprunter le pont pour monter à gauche la ruelle puis le petit chemin vers l’église Saint-Étienne. Au-dessus de l’église, virer sur le large chemin à gauche puis, 50 m après, sur le sentier qui grimpe à droite. Suivre ensuite un chemin à gauche puis, 100 m plus loin, à nouveau à gauche, le sentier.

3 - Hameau de Thorrent (876 m) (eau, abri) - Traverser le hameau, toujours vers l’amont et, bien au-dessus de la chapelle, à la dernière maison, continuer tout droit sur un petit chemin bien raide. Déboucher sur un vrai chemin à emprunter à gauche sur 50 m, puis suivre le sentier à droite longeant agréablement un canal avant de descendre à droite. Atterrir sur une route à suivre tout droit jusqu’au col.

4 - Coll de Fins (897 m) - Suivre le chemin à gauche et, à la bifurcation des Costes (990 m), monter à gauche dans la pinède. Après la deuxième épingle continuer tout droit, en laissant à gauche la direction du tambour de Sahorre, pour arriver sur un promontoire.

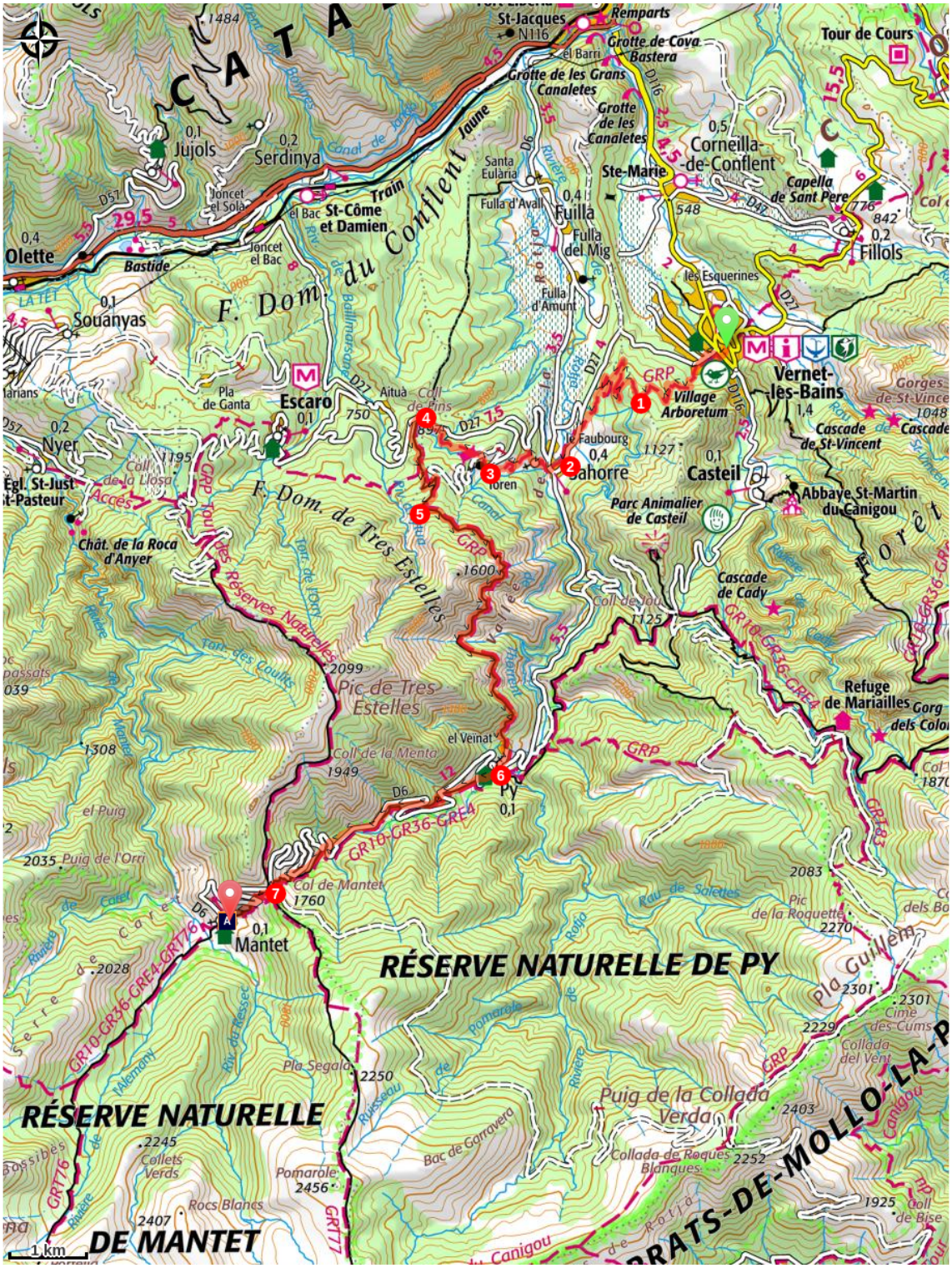
5 - Troc de Laric (1150 m) - Terminus du chemin. Un sentier à revers à gauche prend la relève. Bientôt horizontal, il offre de magnifiques points de vue sur le Canigó. Un petit abri marque le début du versant sec où s’épanouit le thym. Traverser le grand vallon de Barballeixa et son cortal ruiné (abri), sous le couvert des noisetiers. Plus loin, faire quatre courts lacets et descendre, au milieu des anciennes feixes (terrasses), au village de Py.

6 - Py (1020 m) - Traverser le quartier d’el Veïnat et rejoindre la rue principale à suivre à droite. Passer devant l’auberge (épicerie, eau) et, 200 m après, virer en épingle à droite, puis à gauche, dans des ruelles. Traverser juste au-dessus la route principale et progresser maintenant sur le bon sentier empierré du GR®10, balisé en blanc et rouge. Croiser une première fois la route pour grimper en lacets serrés. La croiser une deuxième fois (1284 m) et passer sous une grange restaurée. À la troisième rencontre, suivre la route sur 100 m pour repiquer sur le sentier, en contrebas à gauche. À la quatrième rencontre, suivre une nouvelle fois la route sur une centaine de mètres pour l’abandonner en sortie d’épingle à gauche. S’élever plus nettement, sous le couvert, et déboucher au col.

7 - Coll de Mentet (1761 m) - En face, la grande vallée de l’Alemany, objectif du lendemain. Retrouver le sentier qui descend à droite de l’antenne. Plus bas, emprunter sur quelques mètres la route à droite et, par quelques lacets de plus, atteindre un chemin « bétonné » puis à droite l’entrée du village de Mantet (1559 m).

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.

Sur votre route...



Maison de la réserve naturelle nationale de Mantet (A)

Toutes les informations 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

Orientation - Itinéraire évident à suivre dans l’ensemble.
Caractéristiques - Très longue étape avec un très gros dénivelé, sur chemins et sentiers. Possibilité de la scinder en deux, en faisant halte à Py.
Échappatoires - De Sahorre vers Vernet-les-Bains ou Villefranche-de-Conflent. De Thorrent, du Coll de Fins, de Py et de Mantet, vers Sahorre puis Vernet-les-Bains ou Villefranche-de-Conflent.

Comment venir ?

Transports

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

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 Py

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

Contact : **Réserve naturelle nationale de Py**

Bureaux de la réserve naturelle
66360 Py
Tél : 04 68 96 29 37
E-mail : py@espaces-naturels.fr
Site : https://www.reserves-naturelles-catalanes.org/les-reserves/reserve-naturelle-de-py

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.

Réserve naturelle nationale de Mantet

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

Contact : **Réserve naturelle nationale de Mantet**
Maison de la nature
66360 Mantet
Tél : 04 68 05 00 75
E-mail : mantet@espaces-naturels.fr
Site : http://www.rnn-mantet.fr

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

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

info@tourisme-canigo.com
Tel : +33 (0)4 68 05 41 02
http://www.tourisme-canigo.com

Sur votre route...

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 : © RNN de Mantet