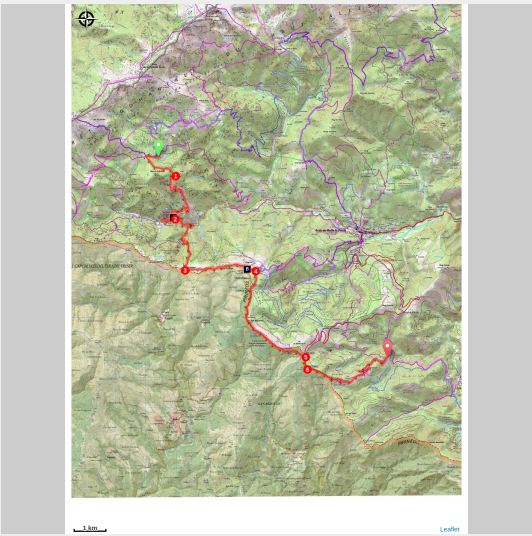
Ronde du Canigó, des Conques à Nostra Senyora del Corral

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



(© Jean-Denis Achard)

Une longue chevauchée dans les pelouses de la crête frontalière, en balcon sur le Haut Vallespir.

Au soleil du matin, depuis le Coll Baix, vous apprécierez le Costabona et les Esquerdes de Rotjà parcourues la veille. Puis la première partie de l'étape sera consacrée à une agréable descente variée vers la station thermale de la Preste-les-Bains. Une petite remontée, vite avalée à la fraîcheur du couvert, vous déposera 500 m plus haut, au Coll Pregon. Là, les vastes pelouses de la crête frontalière, longuement parcourues, vous offriront de remarquables panoramas à 360°, d'Ulldeter à la mer en passant par le Canigó et l'Espagne. Une descente entre bois et prairies, piquées de quelques vieux mas, vous déposera à un petit ermitage où les aubergistes sauront vous dorloter les papilles. Bref, encore une belle journée en montagne !

Infos pratiques

Pratique : Rando itinérante

Durée : 8 h 30

Longueur : 20.3 km

Dénivelé positif : 999 m

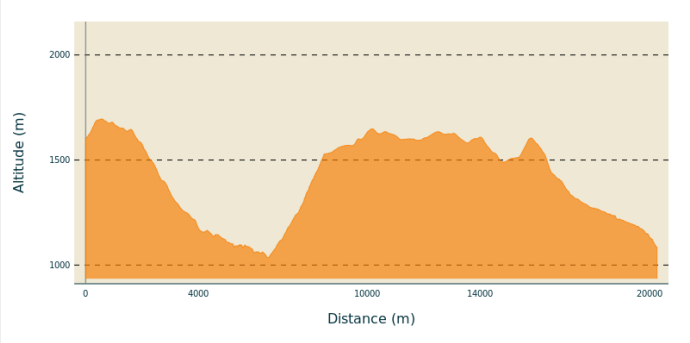
Difficulté : Très difficile

Type : Étape

Itinéraire

Départ : Refuge des Conques, Prats-de-Mollo-la-Preste
Arrivée : Nostra Senyora del Corral, Prats-de-Mollo-la-Preste
Balisage : GR® GR®P
Communes : 1. Prats-de-Mollo-la-Preste

Profil altimétrique



Altitude min 1035 m
Altitude max 1695 m

D - Refuge des Conques (1580 m) - Du refuge, revenir en un quart d'heure au coll Baix atteint la veille, carrefour de sentiers. Prendre le plus à gauche, vers la Preste les Bains. Le petit sentier pénètre dans le sous-bois à la rencontre d'un joli chemin herbeux. Il descend paisiblement entre pinède et hêtraie jusqu'à une bifurcation.

1 - Roca Rodona (1647 m) - Emprunter le sentier à droite pour contourner quelques rochers avant de descendre dans le versant sud, plus aride, le long d'une échine secondaire. Sur le petit plat herbeux de la Collada de la Solana, bien virer à gauche. Deux lacets plus bas, pénétrer dans la profonde hêtraie pour bientôt déboucher dans une charmante clairière où se promène la petite route de la réserve. La longer sans jamais la franchir, retrouver le sous-bois et, peu après, virer bien à droite. Puis quand le sentier se dédouble, descendre par le sentier de gauche. Longer une falaise rocheuse et à la nouvelle bifurcation, à droite, cette fois-ci. Découvrir l'espace bucolique de l'ancien Mas Brixot et continuer sur le large sentier herbeux. Rejoindre bientôt une petite route à suivre dans le profilé et, au grand parking, partir à gauche pour traverser la station thermale.

2 - La Preste les Bains (1108 m) - Poursuivre par la route principale et, 200 m après la sortie de la station thermale, descendre par un sentier en épingle à droite, au hameau de la Farga (1032 m). Franchir le pont et virer à droite. Monter ensuite à gauche, par les escaliers, au départ du sentier du Coll Pregon. Vers 1150 m ignorer un sentier à droite. Grimper maintenant en d'innombrables lacets réguliers pour atteindre les vastes pelouses d'un col.

3 - Coll Pregon (1534 m) - Le col s'ouvre au sud sur l'Espagne et au nord sur l'ensemble du massif du Canigó. Longer à gauche la clôture puis suivre un chemin qui grimpe les deux bosses du Pic de la Clapa. Au pied de la 2e bosse, à la bifurcation en

« Y », prendre à gauche. Franchir une grande barrière pour atteindre le remarquable belvédère du Pic de la Clapa (1655 m). Le chemin poursuit sa balade vers l’est, à travers pelouses. Au niveau d’une mare, le quitter pour descendre à gauche, en bordure de bois.

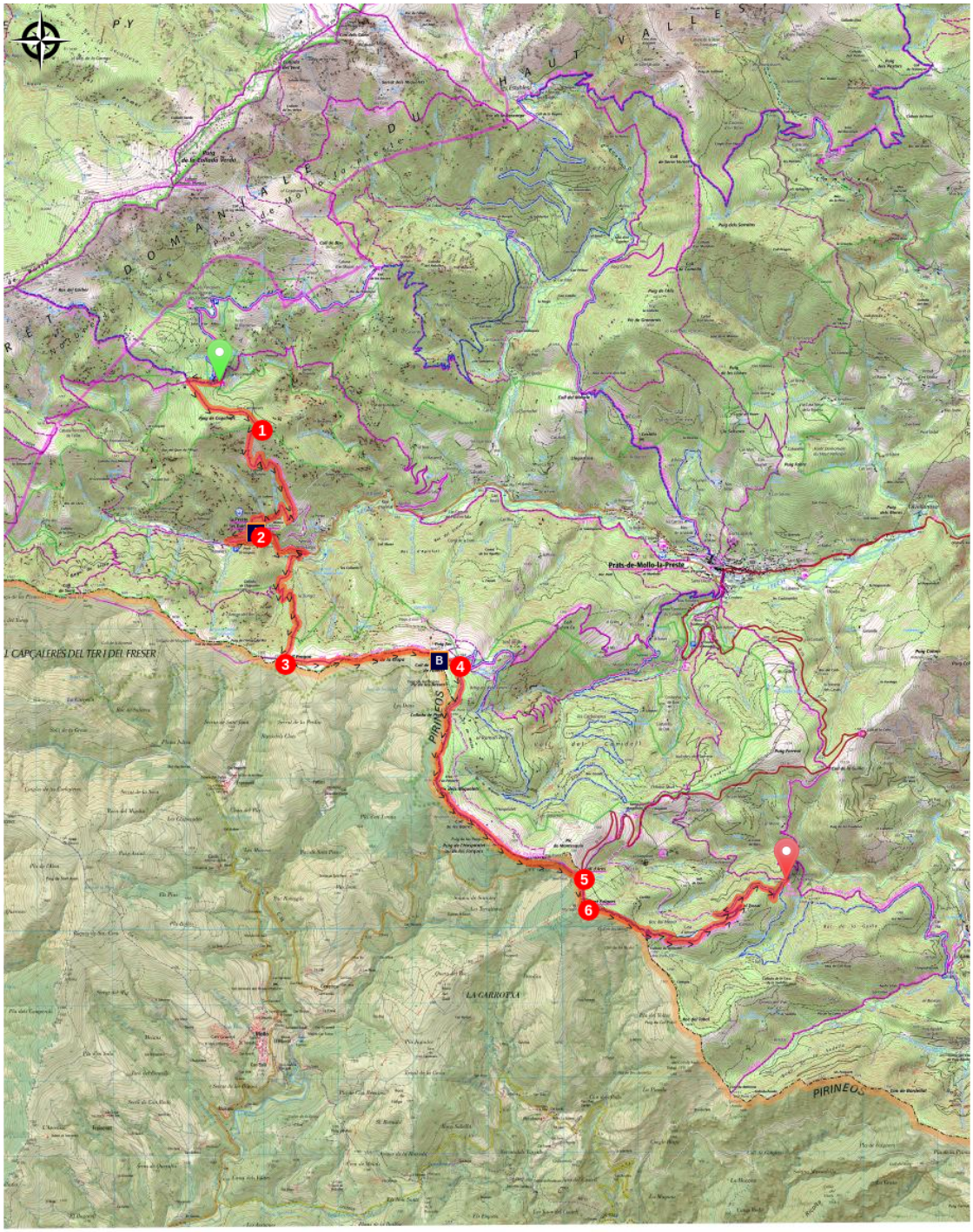
4 - Coll de les Basses de Fabert (1594 m) - Poursuivre à droite, sur la piste horizontale. 15 min après, à la bifurcation de la Collada dels Prats (panonceaux), franchir la clôture et la longer par la droite, toujours dans la même direction dans des clairières tout en longueur. Le terrain devient plus vallonné, mais on garde la petite clôture comme fil conducteur. Au pied de la dernière butte, le Pic de Montesquiu, le sentier plus raide descend directement sur le grand col.

5 - Coll d’Ares (1512 m) - Passer à gauche du bâtiment désaffecté et, derrière celui-ci, emprunter sur 25 m le petit chemin de droite. Le quitter juste après la clôture pour grimper sec à droite, hors sentier, dans une petite trouée. Elle rejoint rapidement la ligne de crête qu’un petit sentier remonte. Passer sous une ligne à très haute tension.

6 - Mont Falgars (1612 m) (borne géodésique) - Virer bien à gauche pour descendre la crête frontalière. Au pied de celle-ci abandonner la clôture pour trouver, peu après, un ancien chemin dont on coupe rapidement et par deux fois un lacet, par un raccourci main gauche. Atteindre de belles prairies avec le mas de Cal Pubill (1269 m). Rejoindre un meilleur chemin à suivre à gauche et, après un lacet, descendre à droite par une bonne piste. 100 m après un grand virage à droite, emprunter un sentier en épingle à gauche qui plonge vers Nostra Senyora del Corral (1090 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 chemin…



La Preste les Bains (A)

Exploitation forestière (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

Orientation - Se méfier du brouillard, à mi-étape, entre le Coll Pregon et le Coll d'Ares.
Caractéristiques - Encore une belle étape avec un bon dénivelé, généralement sur sentiers. La principale montée est bien ombragée.
Échappatoires - De la Preste les Bains (bus) et du Coll d'Ares, par la route fréquentée vers Prats-de-Mollo ; de Nostra Senyora del Corral, par la piste.

Comment venir ?

Transports

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

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…

La Preste les Bains (A)

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 (B)

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