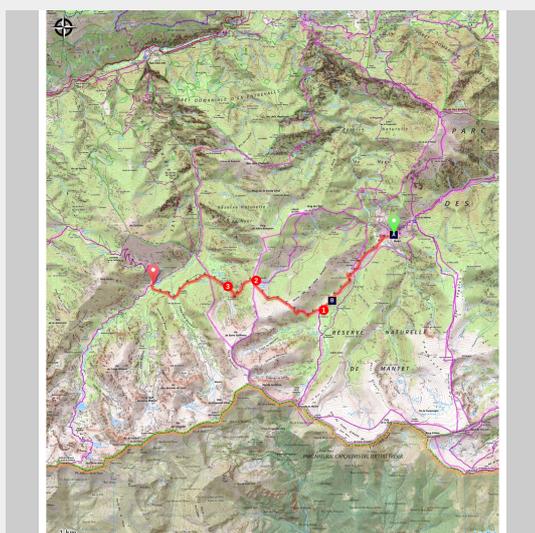


GR® 36, de Mantet au Ras de la Carançà

Conflent Canigó - Mantet



Refuge du Ras de la Carançà (© Jean-Denis Achard)

Cette courte étape, au cœur des réserves naturelles de Nyer et de Mantet, vous mènera à la découverte des hautes vallées du Conflent.

Au sein de la réserve de Mantet, la remontée de la vallée de l'Alemaný est un pur moment de bonheur et vous prendrez bien quelques minutes pour rendre une visite au charmant refuge et vous désaltérer à sa source. Là, l'envie surgira sûrement de revenir, en famille ou entre amis, passer quelques jours dans ce havre de paix. Puis vous vous remettrez au rude ouvrage pour gagner les pelouses d'altitude du Coll del Pal. Ne reste plus qu'à dévaler, entre jasses et forêts, vers le petit refuge gardé de la Carançà.

Infos pratiques

Pratique : Rando itinérante

Durée : 5 h

Longueur : 10.5 km

Dénivelé positif : 980 m

Difficulté : Difficile

Type : Étape

Thèmes : Espace naturel protégé, Randonnée en montagne

Itinéraire

Départ : Mairie, Mantet

Arrivée : Refuge du Ras de la Carançà, Fontpedrouse

Balisage :  GR®

Communes : 1. Mantet

2. Nyer

3. Fontpedrouse

Profil altimétrique



Altitude min 1464 m

Altitude max 2345 m

D -  Mantet (1556 m) - Traverser tout le village par la ruelle principale qui descend ferme. Trouver un bon chemin à droite pour franchir le Ressec par une passerelle en aval (1466 m). Poursuivre à droite, à travers prés, entrer dans la réserve naturelle et enjamber par un petit pont l'Alemaný. S'élever, flanc sud-ouest de la vallée, au milieu des anciennes *feixes* (terrasses). Grimper dans un bois tapissé de framboisiers, franchir un portillon et, entre bosquets et prairies, rejoindre la Jaça Grossa et son bel *orri* (1893 m). Monter à gauche, sur la croupe ronde d'une ancienne moraine.

1 -  Bifurcation du refuge de l'Alemaný (1960 m) (150 m à gauche, refuge non gardé mais bien équipé, eau) - Poursuivre à droite pour escalader bientôt le raide versant est, entre genêts et pins à crochets. Déboucher enfin, vers 2350 m, dans les vastes pelouses de la Serra de Caret. Traverser, en courbe de niveau vers l'ouest, une langue colonisatrice de jeunes pins, puis s'abaisser un peu vers le col.

2 -  Coll del Pal (2294 m) (mini abri à 50 m au nord) - Face à nous le parfait Coll Mitjà, notre objectif du lendemain. Descendre 2 min vers l'ouest-sud-ouest pour trouver la forêt et un sentier mieux tracé. Atteindre le fond du grand vallon « perdu » de la Gallinera et, entre bosquets et prairies à genêts, s'abaisser jusqu'à découvrir la petite *jaça*.

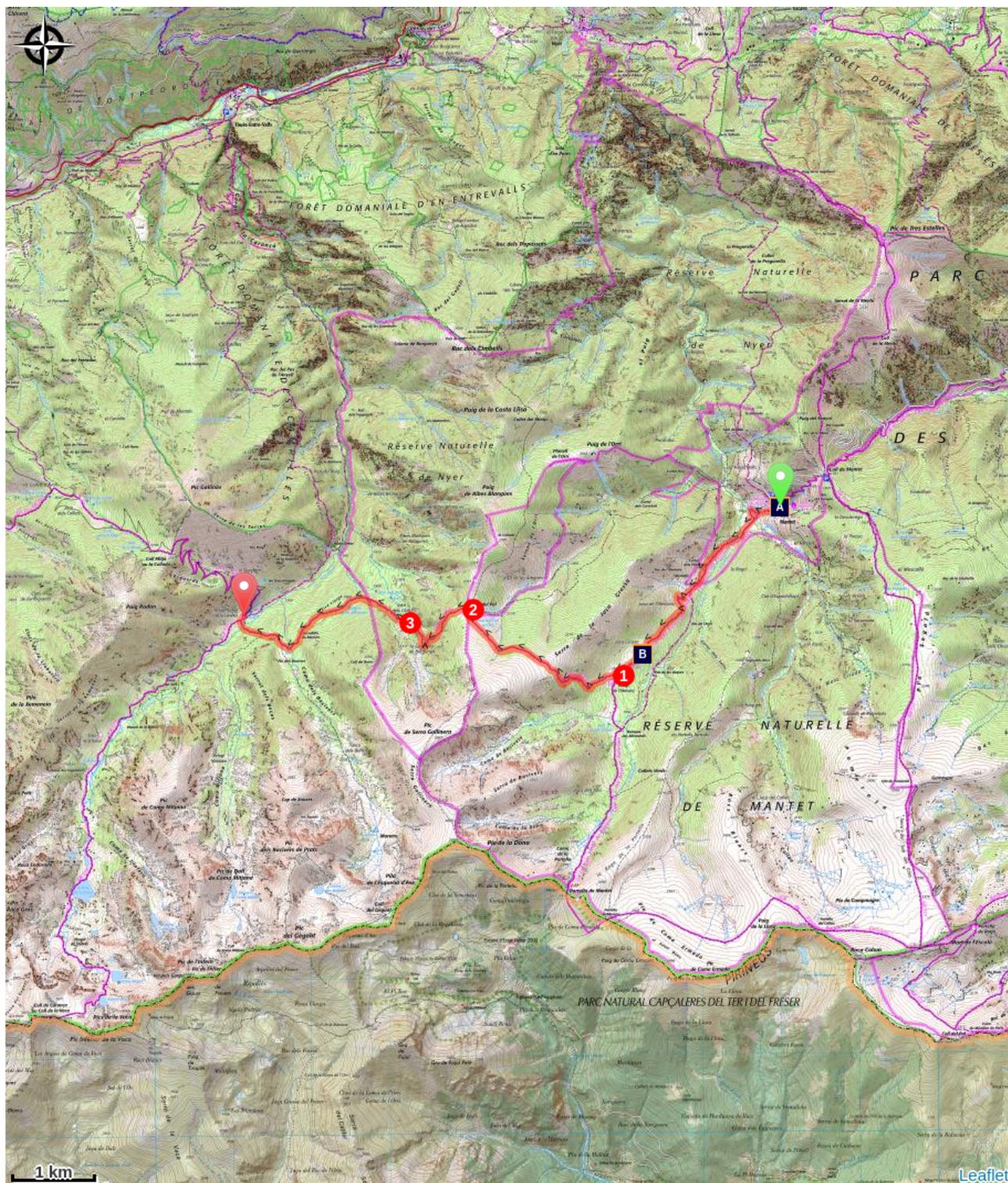
3 -  Jaça dels Clots (et sa cabane ruinée) (1915 m) - Poursuivre la descente sous le couvert des sapins et, vers 1860 m, repartir tranquillement à la hausse, sur la Feixa Llarga, entre pins et bouleaux. Traverser par des pierres les deux bras du ruisseau puis contourner la *jaça* du Pla de Bassivers par la droite. Descendre par un large sentier caillouteux pour traverser la Carançà par une passerelle. 100 m en aval,

trouver en fin d'étape le refuge du Ras de la Carançà (1831 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...



 Mantet (A)

 Orri de la Jaça Grossa (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 - Par mauvaise visibilité attention à bien suivre le balisage entre la Serra de Caret et la Jaça dels Clots.

Caractéristiques - Une étape de montagne courte, mais avec un bon dénivelé, dont une rude montée à la Serra de Caret. Névés possibles jusqu'à début juin.

Abri - En 1.

Eau - En 1.

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 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.

Réserve Naturelle Régionale de Nyer

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

Contact :

Réserve Naturelle Régionale de Nyer

3 rue de la Mairie

66360 NYER

Tél : **04 68 97 05 56**

Site : <https://www.reserves-naturelles.org/nyer>

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.

Arrêté de Protection de Biotope, Rivière la Carança

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

Contact :

DDTM : 04 68 38 10 90

OFB : 04 68 53 01 81

Fédération Départementale de Pêche : 04 68 66 88 38

Parc Naturel Régional des Pyrénées-catalanes : 04 30 95 05 33

Cet arrêté de protection de biotope ne réglemente pas les activités sportives.

Cependant, il concerne des milieux fragiles, dont la protection repose aussi sur le respect des usagers vis à vis de ces habitats naturels exceptionnels. Les cours d'eau de montagne comme la Carança, la Têt ou la rivière de Maureillas sont l'habitat d'espèces typiquement montagnardes, comme :

- **le Desman des Pyrénées,**
- Des souches locales de **truites (fario et arc-en-ciel).**

La survie de ces espèces dépend du bon état du cours d'eau, et doivent pouvoir s'y déplacer sans rencontrer trop d'obstacles. Afin de préserver ces espèces, les meilleures pratiques à adopter sont :

- **Ne rien jeter dans le cours d'eau,**

- **Ne pas trop remuer le fond, ni les galets,**

qui sont l'habitat d'invertébrés (pour certains typique des cours d'eau de montagne) et d'autres espèces (amphibiens, plantes). Ceci augmente la turbidité de l'eau, et dérange toute la biodiversité qui y vit.

- **Éviter d'obstruer le cours d'eau**

La construction de barrages (en galets), si elle est répétée, peut diminuer la vitesse d'écoulement de l'eau, et peut amener à un réchauffement de celle-ci. Cela a pour conséquence de perturber des espèces qui ont l'habitude de vivre dans des eaux plutôt froides. Par ailleurs, cela peut également amener à une baisse de l'oxygénation de la rivière, et à une asphyxie du milieu.

.

.

i Lieux de renseignement

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

info@tourisme-canigou.com

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

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



Sur votre chemin...



Mantet (A)

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 (B)

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'Alemanya, 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'Alemanya.
Crédit photo : © RNN de Mantet