FFRandonnée Comité départemental Aveyron

RANDOTHEQUE

Zone N° 4 Région :	Languedoc Roussillon
Titre :	Haut Vallespir

Département : P.O. Commune de départ : Prats de Mollo Situation géographique : Catalogne	Accès : Autoroute A9 jusqu'au Boulou, puis D115 direction Céret, Amélie les Bains, Arles sur Tech, Prats de Mollo.

Rando effectuée le : 16 au 21 mai 2007	Contact : Alain Poujoulet club : Les Cardabelles Tel : 0565990866 e-mail : alainpoujoulet@tele2.fr
Type de rando : •Linéaire •Circuit •Etoile	Distance totale : environ 70km Durée totale : 5 jours

Caractéristiques : Rando en pays catalan entre 1000 et 2000m., de la Méditerrannée à l'Espagne	Niveau de difficulté : Longueur des étapes ou temps de marche: * ** *** facile moyen difficile 4h/6h30/3h/4h/5h Difficultés particulières : pas de passage difficile.

	Hébergements :	Renseignements (capacité d'accueil et restauration), ravitaillement, contact .	Appréciation bof / moyen / bien / super
1	Village Val VVF « El Colome » 66230 Prats de Mollo	Studios individuels 4 pl. www.valvvf.fr restaurant « Bellevue » au foirail de Prats	bien

Comité départemental de l'Aveyron www.aveyronsport.com/cdrp12
Maison du Tourisme - 17, rue Aristide Briand - BP 831 - 12008 Rodez cedex
Tél. 05 65 75 54 61 – Fax 05 65 75 55 71
e-mail cdrp12@wanadoo.fr
Fédération Française de la Randonnée Pédestre www.ffrandonnee.fr
Association reconnue d'utilité publique. Agréée par le Ministère de la Jeunesse, des Sports et de la Vie associative et le Ministère de l'Écologie et du Développement durable.
Membre du Comité National Olympique et Sportif Français et de la Fédération Européenne de la Randonnée Pédestre.

Carte IGN : 2379ET	Topo guide : « les petits guides rando Pyrénées Roussillon » « Randonnées en Haut Vallespir » Dispo OTSI de Prats
Guides ou accompagnateurs locaux : sans	

Descriptif :

- Jour1 : Col du Miracle et Fort Lagarde environ 10 km dénivelé 800m. fiche 6; départ 11h. parking du gîte

Au départ de Prats, prendre la direction du col du Miracle, au col aller et retour à l'oratoire, puis le Puig de Las Lloses, sur le retour visite du Fort (se renseigner sur les horaires).

- Jour2 : Col de Siern et tour de Mir env. 18km, 6h30 dénivelé 800m. fiche 20 et 7

Au départ de La Forge : parking. Avant le départ mettre en place à El Xatart 1 ou 2 voitures relais (descente sans intérêt). Au col Prégon continuer sur la piste de crête jusqu'à La Collade de Prats 1596m., prendre à gauche et rejoindre la tour de Mir.
(avoir sa carte d'identité, car nous sommes parfois en territoire espagnol).

- Jour 3 : Nuria environ 14km 4h dénivelé 1200m.

Départ en direction du col des Ares, puis prendre direction Rippol et Ribas de Freser où nous prendrons le train à crémaillère à la gare de Queralbs : parking (réserver les places, contact : www.valldenuria.com) arrivée à Vall de Nuria. Paysages magnifiques à découvrir. A la montée, nous apercevons tantôt à droite, tantôt à gauche le chemin par lequel nous descendrons le soir. Quel émerveillement lors de notre arrivée sur le site. L'hiver c'est également une station de ski.
Paysages magnifiques lors de la descente.

- Jour 4 : Les tours de cabrenc env. 12km, 4h., dénivelé 630m. fiche 23

Au départ de Serra Longue : parking.
Au retour, visite d'un atelier de tissage catalan « les toiles du soleil » à St Laurent de Cerdan.

- Jour 5 : Notre Dame du Coral env. 12km , 5h , dénivelé 350m. fiche 21

Au départ de Lamanère : parking du village.

remarques :
ambiance montagnarde ; forêts.
Vues imprenables sur les Pyrénées . A faire au printemps ou en automne.
Absence de points d'eau sur le parcours.

Accéder à la carte sur le site [http://www.geoportail.fr/] / taper le nom de la commune de départ indiqué sur cette fiche,/ choisir l'option carte,/ ajuster l'échelle aux environs des 1/10000 pour visualiser les GR,/ circulez sur la carte en utilisant la main.