



## CODE DE BALISAGE

	PÉDESTRE	ÉQUESTRE	VTT
BONNE DIRECTION	—	—	▲
CHANGEMENT DE DIRECTION À GAUCHE	⌞	⌞	◀
CHANGEMENT DE DIRECTION À DROITE	⌞	⌞	▶
MAUVAISE DIRECTION	✕	✕	✕

## CHARTE DU VÉTÉTISTE



Rester sur les chemins et sentiers balisés.



Ne pas jeter de détritux, les emporter avec soi.



Respecter les clôtures, refermer les barrières.



Rester courtois avec les riverains des chemins et les autres utilisateurs de la nature.



Faire attention aux cultures et aux animaux.



Se montrer silencieux et discret, observer la faune, la flore sans la toucher.



Tenir compte des consignes des chasseurs pendant les périodes de chasse traditionnelles.



Respecter les équipements d'accueil, de signalisation et de balisage.



Ne pas faire de feu et ne pas fumer dans les bois ou à proximité des lisières et des broussailles.



Respecter les autres pratiquants, randonneurs, cavaliers et cyclistes.



Attention aux chiens de troupeau car ils sont là pour le défendre. Contourner le troupeau au large.



Tenir son chien en laisse aux approches des prairies et des estives.

## LÉGENDE DES CARTES



### MONTFERRER

DURÉE ET DISTANCE  
A/R OU BOUCLE

2h - 7,7 km



100 m

SECTEUR

DÉNIVELÉ

TECHNIQUE



1 2 3 4 5

TECHNIQUE



1 2 3 4 5

PHYSIQUE

PHYSIQUE

STATIONNEMENT



PARKING À  
L'ENTRÉE DU VILLAGE



PISTE VERTE

COULEUR  
DE PISTE



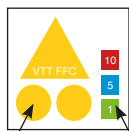
PDF ET GPX



- Télécharger un lecteur QRcode sur votre smartphone.
- Flasher le code sur les fiches.
- Accéder au site de téléchargement



## RECOMMANDATIONS



Fléchage de direction en jaune

Circuits sur ce parcours



RAID  
fléchage en rouge



Liaison entre deux parcours

- Piste Verte** = très facile
- Piste Bleu** = facile
- Piste Rouge** = difficile
- Piste Noire** = très difficile



Prudence ralentir

- Emprunter les chemins balisés pour votre sécurité et respecter le sens des itinéraires.
- Ne pas se surestimer, choisir un parcours en fonction de ses capacités physiques.
- Être prudent et courtois lors des dépassements ou croisements de randonneurs : le piéton est prioritaire.
- Contrôler l'état de son VTT et prévoir ravitaillement et accessoires de réparation.

- Éviter de partir seul. Avertir un proche de son itinéraire.
- Le port du casque est fortement recommandé.
- Refermer les barrières
- Penser à prendre suffisamment d'eau, éviter de boire l'eau des ruisseaux.

Les parcours proposés étant susceptibles de modifications liés notamment à l'obtention de conventions de passage et aux éventuels changements de propriétaires, la seule responsabilité de la COMMUNAUTÉ DE COMMUNES DU HAUT VALLESPIR ne saurait être engagée.

### NUMÉROS UTILES



MÉTÉO

32 50



SECOURS

112

SAMU

15

POMPIERS

18



PDF ET GPX

# De Serralongue à Falgos

11



Village de Serralongue

## SERRALONGUE

2H30 - 29 km



600 m

1 2 3 4 5  
TECHNIQUE1 2 3 4 5  
PHYSIQUEPARKING  
DU VILLAGE

PISTE ROUGE

### Description du circuit

Circuit plutôt long et physique, qui s'élève par paliers successifs pendant une bonne dizaine de km jusqu'au **Col de Maçaners**. Néanmoins, cette ascension est régulière, assez roulante, sur des pistes forestières ombragées. La longue partie descendante est plus caillouteuse, tout en restant rapide, avec un final de 2 km sur du sentier très ludique. Peu de passages techniques au programme.

Vue imprenable sur tout le **Massif du Canigó** au départ de l'itinéraire, beaucoup de passages en sous-bois et dans la forêts de châtaigner du **Haut Vallespir** témoins d'un riche passé industriel de la transformation du bois. Aujourd'hui une entreprise subsiste sur la commune de **Serralongue**, spécialisé notamment dans la production d'aubier de tilleul.

Au cœur du circuit, le Golf de Falgos, de niveau international et son espace de remise en forme est un lieu idéal pour se ressourcer.

**Parking panoramique** / Can Pelat / Cantellops / Les Colomines / Falgos / Collada dels Maçaners / Forêts de Falgos / Sentier le long de la propriété de Fornells / Case Minore / Can Pelat / **Parking panoramique**



Domaine de Falgos



## À voir en chemin



### CONJURADOR

C'est le dernier conjurador du Roussillon : un édifice carré avec un toit recouvert de lauzes. Quand l'orage menaçait, le prêtre et les fidèles s'y rendaient avec le Saint Sacrement pour conjurer le mauvais sort qui risquait de détruire les récoltes.



### FALGOS

Jadis, Falgos était un mas alimenté par une source abondante. C'est devenu un superbe domaine avec un golf de montagne atypique, un spa, et des installations sportives idoine pour les stages de préparation d'équipes professionnelles (rugby notamment).



SUD CANIGÓ

RANDONNÉES VTT EN PYRÉNÉES-ORIENTALES





Communauté de Communes du Haut Vallespir tous droits réservés<sup>®</sup>

Label FFC Licence IGN

-  **Départ** : Depuis le parking de l'Aire du Canigo de Serralongue. Partir vers Lamanère (Cap 210).
-  **0,45 km** : Quitter le village pour prendre à gauche la route de Can Pelat.
-  **4,10 km** : Epingle à droite en pleine montée (Cap 260).
-  **6,90 km** : Fourche de droite en légère montée (Cap 60).
-  **7,20 km** : De nouveau à droite (Cap çà).
-  **7,55 km** : On débouche sur une esplanade forestière : continuer en face l'ascension (Cap 130).
-  **10,85 km** : Tourner à droite sur de la piste à plat au début (Cap 290).
-  **13,75 km** : On débouche sur l'accès au Golf de Falgos. Remonter la route jusqu'à la grille d'entrée, puis dévaler à gauche un chemin (panneau 4x4 Moto Serralongue).

-  **15,35 km** : La pente s'adoucit à la Collada dels Maçaners (Cap 310).
-  **17,25 km** : Toujours la piste dans l'axe de la descente (Cap 200).
-  **23,30 km** : Arrivé au parking randonneurs, quitter cette piste pour prendre en biais à gauche du sentier à plat (Cap 330).
-  **24,80 km** : On retrouve de la piste sur 50 mètres avant de reprendre du sentier en sous-bois vers la gauche (Cap 350).
-  **25,90 km** : Repérer le départ du sentier qui part en sous-bois à droite.
-  **26,20 km** : Stop ! Aux maisons de Case Minore, repérer le départ d'un sentier de jardin en épingle à droite (Cap 170). Il finit par rejoindre Can Pelat : rentrer alors sur Serralongue par la même route qu'à l'aller (Cap 320).