

Imprimé sur papier recyclé

GUIDE DES ITINÉRAIRES VTT

Ne pas jeter sur la voie publique

LE CANIGOU

Espace VTT-FFC

BIENVENUE au Paradis des Pyrénées

Station - village touristique, climatique et thermale de moyenne montagne, Vernet les Bains se prête particulièrement bien à la pratique du VTT. Grâce à ces 12 circuits et 240 km de sentiers balisés, vous pourrez vous adonner aux joies du VTT et ainsi découvrir les richesses du massif du Canigou, dont le sommet est sacré des catalans.

BENVINGUTS al paradís dels pirineus

Plantació turística de mitja muntanya a peu del Canigó, Vernet dels Banys disposa d'un marc idoni per la pràctica de la BTT. Amb 12 circuits i 240 kms de senders senyalitzats, ofereix la possibilitat de gaudir d'esbarjo esportiu i de totes les riqueses del massís del Canigó, la muntanya sagrada dels catalans.



Les différents circuits sont repérés par des numéros. Ils sont classés en fonction de leur difficulté par la couleur des numéros.

vert : très facile bleu : facile
rouge : difficile noir : très difficile

Route goudronnée Piste sentier

Espace VTT-FFC LE CANIGOU



Informations pratiques

- Office de Tourisme Tél. 04 68 05 55 35
www.ot.vernet-les-bains.fr
- Team VTT Vernet Tél. 06 85 69 97 22
http://vttvernet.free.fr
- Météo France 08 36 68 02 66
- Secours 17 ou 18
- Location VTT 04 92 05 51 14
- Carte IGN correspondante Top 25 n°2349 ET

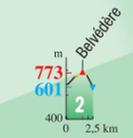
Circuit 1 Les Ecureuils : Distance : 4,4 km / Dénivelé : + 95 m

Ce parcours facile permet de surplomber les vallées du Cady et de la Rotjà. Il offre également une belle vue sur le Canigou et le village de Vernet les Bains et notamment de son château du IX^e siècle.



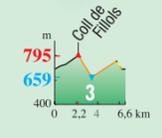
Circuit 2 Le Belvédère : Distance : 2,5 km / Dénivelé : + 88 m

Cette petite balade permet de rejoindre le belvédère duquel on bénéficie d'une vue surplombante de Vernet les Bains et plus particulièrement du quartier "Belle Epoque" témoin du passé thermal des lieux où se côtoyait la haute société internationale.



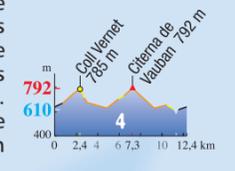
Circuit 3 Le Soula : Distance : 6,6 km / Dénivelé : + 188 m

Cet itinéraire permet de suivre un coupe-feu d'abord en crête, offrant un panorama somptueux sur les massifs du Canigou (dans votre dos) et du Coronat (en face), puis en balcon dévoilant petit à petit la partie haute du village de Vernet.



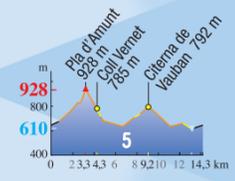
Circuit 4 La Citerne : Distance : 12,4 km / Dénivelé : + 338 m

Parcours agréable et varié cheminant le long du coupe feu surplombant les vallées du Cady et de la Rotjà. Il permet de rejoindre la citerne Vauban offrant une des plus belles vues de la région sur le Canigou. La redescente pourra être l'occasion de faire une pause à l'ombre devant le dolmen de St Clément.



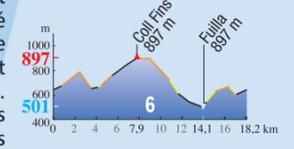
Circuit 5 Pla d'Amont - La Citerne : Distance : 14,3 km / Dénivelé : + 500 m

Cet itinéraire, en partie identique au précédent dans sa deuxième partie, permet de rejoindre le Pla d'Amont, duquel on a un panorama très intéressant sur le Conflent. Les chemins parallèles au coupe feu permettent de rejoindre la chapelle St-Clément dont les ruines ont été restaurées il y a quelques années.



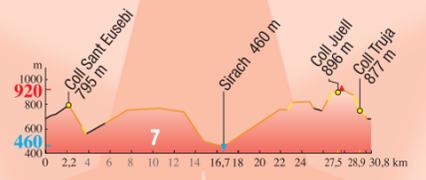
Circuit 6 Le Col de Fins : Distance : 18,2 km / Dénivelé : + 590 m

Ce circuit assez varié permet de rejoindre le village de Sahorre et d'apprécier les vestiges de l'activité minière jadis très importante dans le Conflent. La vue justifiera amplement vos efforts pour rejoindre le col des Fins. Après une bonne descente qui vous conduit au village de Fuilla, vous remontez à proximité du dolmen St-Clément pour rejoindre Vernet.



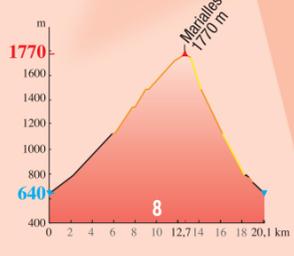
Circuit 7 Les Ambouillas : Distance : 30,8 km / Dénivelé : + 850 m

Ce beau parcours permet de rejoindre le village de Sirach par une descente très agréable. La remontée par la piste des Ambouillas desservant autrefois une mine de talc offre une vue imprenable sur le Canigou. Une fois au village de Fillols, l'itinéraire rejoint Vernet par les cols de Juell et de la Truja.



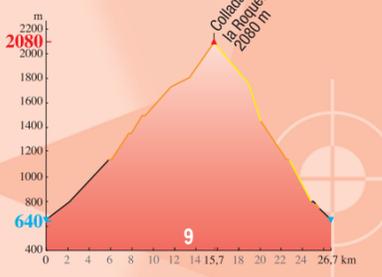
Circuit 8 Marialles : Distance : 20,1 km / Dénivelé : + 1140 m

Cet itinéraire de montagne permet de rejoindre le magnifique cirque de Marialles duquel on a une vue imprenable sur la vallée et le Pic de Canigou. Vos efforts seront récompensés par une longue et jolie descente passant à Mates Rojes puis au Randé, où se cache un Orri (cabane en pierre pour les bergers typique de la région), avant de rejoindre le Coll de Jou puis Casteil où vous pourrez visiter le Parc animalier et Vernet les Bains.



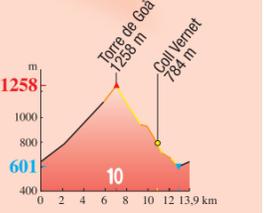
Circuit 9 Marialles - Creu de Fer : Distance : 26,7 km / Dénivelé : + 1460 m

Ce circuit de montagne assez difficile permet d'atteindre le magnifique cirque de Marialles où vous pourrez visiter le vieux refuge tout en profitant de la vue. Après avoir atteint la Collada de la Roqueta, le point culminant de la randonnée d'où l'on peut apercevoir le Pic de Tres Estelles et la vallée de Py, l'on rejoint Mates rojes en redescendant au refuge par la piste. On atteint ensuite la piste des anciennes carrières puis le Col de Jou et Casteil.



Circuit 10 La Tour de Goa : Distance : 13,9 km / Dénivelé : + 660 m

Ce parcours permet d'atteindre la Tour de Goa, ancienne tour à signaux, d'où l'on jouit d'une vue imprenable sur le Conflent et le massif du Canigou (table d'orientation). La descente s'effectue par un sentier assez technique permettant de rejoindre le Pla d'amunt puis Vernet par le coupe feu.



Circuit 11 Pla Guillem : Distance : 40,5 km / Dénivelé : + 1750 m

Ce circuit très difficile n'en demeure pas moins magnifique. Il permet d'atteindre Marialles puis l'emblématique Pla Guillem avant de redescendre sur le Coll de Jou par la même piste que la montée. Vous rejoignez ensuite Sahorre par la jolie vallée de la Rotjà avant de revenir à Vernet par le col du même nom.



Circuit 12 Les Cortalets : Distance : 31,8 km / Dénivelé : + 1630 m

Cet itinéraire difficile vous plonge au cœur du massif du Canigou. Depuis le village de Fillols, on rejoint les Cortalets puis le Pic du Cogoullou. Cette randonnée des 4 cols (Coll de Millères, de les Voltes, Juell et Truja) donne un bon aperçu de l'étagement des activités et des paysages agréables.



Code du Vététiste

Les recommandations pour bien vivre à VTT

- Empruntez les chemins balisés pour votre sécurité et respectez le sens des itinéraires
- Ne surestimez pas vos capacités et restez maître de votre vitesse
- Soyez prudents et courtois lors des dépassements ou croisements de randonneurs car le pignon est prioritaire
- Contrôlez l'état de votre V.T.T. et prévoyez ravitaillement et accessoires de réparation
- Si vous partez seul, laissez votre itinéraire à votre entourage
- Le port du casque est recommandé
- Respectez les propriétés privées et les zones de cultures et d'élevage
- Attention aux engins agricoles et forestiers
- Réservez les barrières
- Évitez la cueillette sauvage de fleurs, fruits et champignons
- Ne troublez pas la tranquillité des troupeaux et des animaux sauvages
- Gardez vos déchets, soyez discrets et respectueux de l'environnement
- Soyez bien assuré, pensez au Pass Cyclisme

Balissage des circuits

Les différents circuits sont repérés par des numéros, ils sont classés par ordre de difficulté par la couleur des numéros.

vert : très facile
bleu : facile
rouge : difficile
noir : très difficile

PROHIBÉES FAUSSE ROUTE DOUBLE SENS

USB
LANSOM
Direction

PROHIBÉES FAUSSE ROUTE DOUBLE SENS

Le Parc naturel régional des Pyrénées catalanes

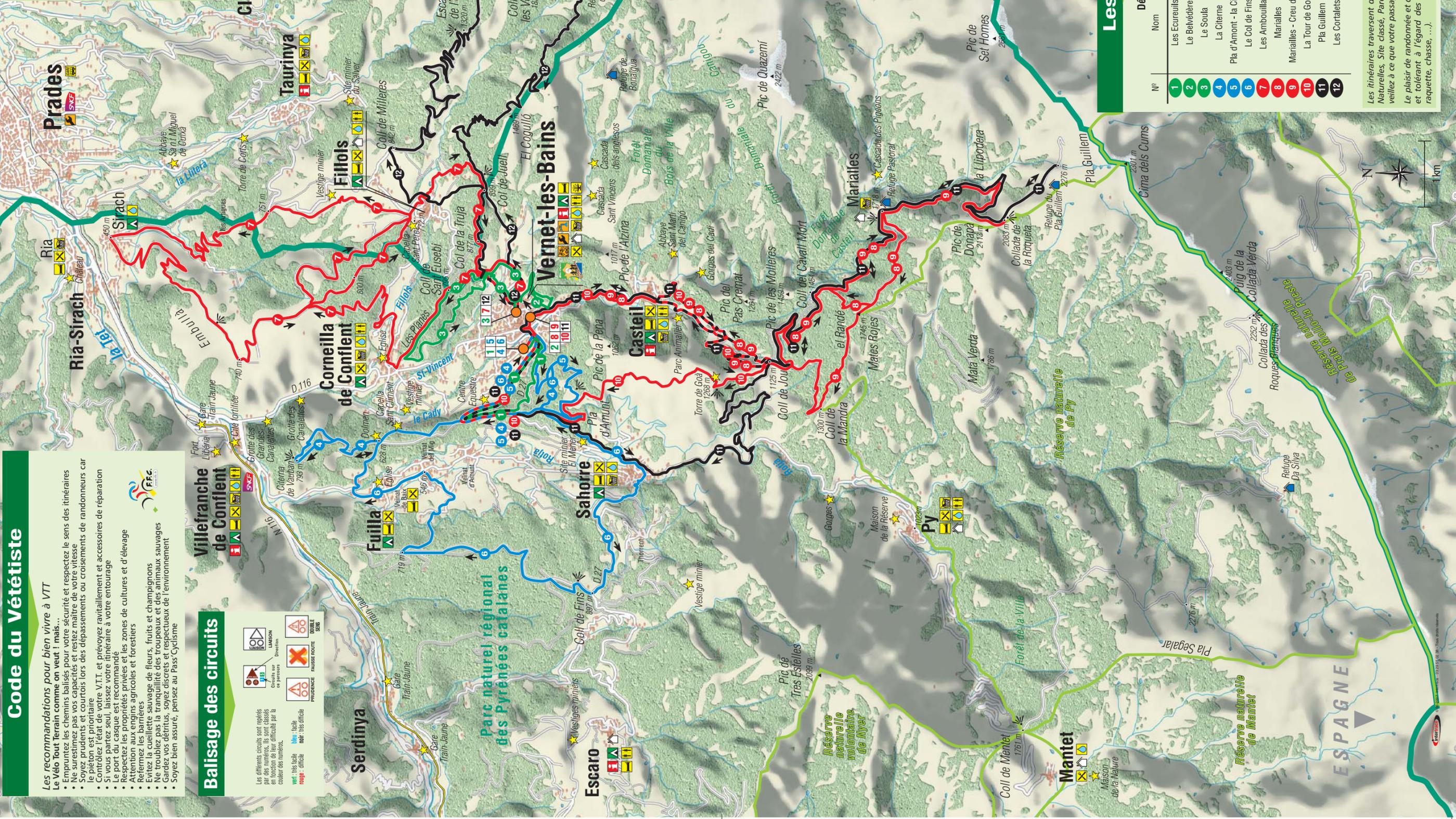
Le Parc naturel régional a été créé pour protéger et valoriser ses grands espaces ruraux habités et leurs patrimoines naturels, culturels et paysagers singuliers. Vallons escarpés, de 300 à près de 3000m d'altitude, grandes forêts de chênes et pins, villages préservés de montagne, plaines d'altitude, estives, sont une invitation à la pratique des loisirs sportifs de nature (randonnée pédestre, équestre, VTT, escalade, spéléo, canyon...).

A chacun d'agir dans le respect des espaces traversés afin de préserver ce territoire remarquable et accessible à tous.

www.pyrenees-catalanes.fr
Tél. 04 68 04 97 60

Légende

- Point de Départ
- Station thermique
- Location VTT
- Reparation VTT
- Lavage VTT
- Gare routière
- Gare SNCF
- Site Remarquable
- Point de vue
- Limite de Réserve naturelle
- Limite du Parc des Pyrénées catalanes
- Ligne du Transjane
- Sanitaires
- Location VTT
- Reparation VTT
- Lavage VTT
- Gare routière
- Gare SNCF
- Site Remarquable
- Point de vue
- Limite de Réserve naturelle
- Limite du Parc des Pyrénées catalanes
- Ligne du Transjane
- Point d'accueil
- Point information
- Camping
- Hébergement
- Restauration
- Ravitaillement
- Relais guidé
- Relais non guidé
- Point d'eau



Les circuits VTT

N°	Nom	Départ précis	Distance totale	Dénivelé Point Cumulé
1	Les Ecreuils	Salle polyvalente	4,4 km	95 m
2	Le Balvédère	Office de Tourisme	2,5 km	88 m
3	Le Soula	Place Entente Cordiale	6,6 km	138 m
4	La Citerne	Salle polyvalente	12,4 km	338 m
5	Pla d'Amont - la Citerne	Salle polyvalente	14,3 km	500 m
6	Le Col de Fins	Salle polyvalente	18,2 km	590 m
7	Les Ambouillies	Place Entente Cordiale	30,8 km	850 m
8	Marialles	Office de Tourisme	20,1 km	1140 m
9	Marialles - Creu de Fer	Office de Tourisme	26,7 km	1460 m
10	La Tour de Goa	Office de Tourisme	13,9 km	660 m
11	Pla Guillem	Office de Tourisme	40,5 km	1750 m
12	Les Cortaletes	Place Entente Cordiale	31,8 km	1630 m

Les itinéraires traversent des zones naturelles sensibles (Natura 2000, Réserves Naturelles, Site classé, Parc naturel régional), sachez en apprécier la quiétude et veillez à ce que votre passage soit le plus discret possible.

Le plaisir de randonnée et de la nature appartient à tout le monde, soyez courtois et tolérant à l'égard des autres activités (Randonnée pédestre, équestre, en raquette, chasse, ...).