

ne pas jeter sur la voie publique

**LE CANIGOU**  
Espace VTT-FFC

**LE CANIGOU**  
Espace VTT-FFC LE CANIGOU

ne pas jeter sur la voie publique

**Informations pratiques**

**Office de Tourisme** Tél. 04 68 05 55 35  
[www.ot.vernet-les-bains.fr](http://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

imprimé sur papier recyclé

## BIENVENUE

### au Paradis des Pyrénées

**S**tation - village touristique, climatique et thermal de montagne vaunage, 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

**P**arcada turística de muntanya a peu del Canigó, Vernet dels Baïns disposa d'un marc ideal per la practica de la BTT. Gràcies a aquests 12 circuits i 240 kms de senders balissats, obtindreu la possibilitat de gaudir de l'excelsiu esportiu i de veure les riqueses del massís del Canigó, la muntanya sagrada dels catalans.



Vernet les Bains



Vie du Canigou depuis Mandades

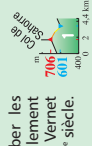
Les différents circuits sont réalisés par des bénévoles. Le zonage des circuits est défini par la carte IGN. Les circuits sont balisés par la couleur des sentiers.

**Légende des profils**  
Route goudronnée Piste Sentier

### Circuit 1 Les Ecreuils :

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<sup>e</sup> 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.



Château international de Canigou



### Circuit 3 Le Soula :

Distance : 6,6 km / Dénivelé : + 188 m

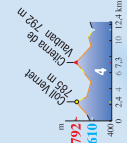
Cet itinéraire permet de suivre un coupe-feu d'abord en crête, offrant un panorama somptueux sur les massifs du Canigou (dans votre dos) et du Coronat (en face), puis en balcon dévoilant petit à petit la partie haute du village de Vernet.



### Circuit 4 La Citerne :

Distance : 12,4 km / Dénivelé : + 338 m

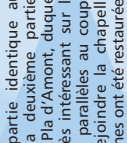
Parcours agréable et varié cheminant le long du coupe feu surplombant les vallées du Cady et de la Rotjà. Il permet de rejoindre la citerne Vauban offrant une vue plus belle que celle de la région sur le Canigou. La redescente pourra être l'occasion de faire une pause à l'ombre devant le dolmen de St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



### Circuit 5 Pla d'Amont - La Citerne :

Distance : 14,3 km / Dénivelé : + 500 m

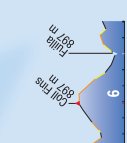
Cet itinéraire, en partie identique au précédent dans sa deuxième partie, permet de rejoindre le Pla d'Amont, duquel on a un panorama très intéressant sur le Canigou. Les chemins parallèles au coupe feu permettent de rejoindre la chapelle St-Clément dont les ruines ont été restaurées il y a quelques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



### Circuit 6 Le Col de Fins :

Distance : 18,2 km / Dénivelé : + 590 m

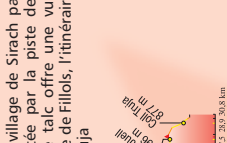
Ce circuit assez varié permet de rejoindre le village de Saïorre et d'apprécier les vestiges de l'activité minière jadis très importante dans le Conflent. La vue justifiera amplement vos efforts pour rejoindre le col des Fins. Après une bonne descente qui vous conduit au village de Füllia, vous remontez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



### Circuit 7 Les Ambouillous :

Distance : 30,8 km / Dénivelé : + 850 m

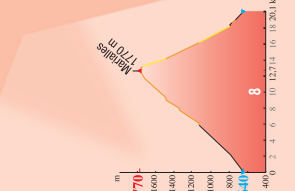
Ce beau parcours permet de rejoindre le village de Sirach par une descente très agréable. La remontée par la piste des Ambouillous autrefois une mine de talc offre une vue imprenable sur le Canigou. Une fois au village de Füllols, l'itinéraire rejoint Vernet par les cols de Juell et de la Traja



### Circuit 8 Marialles :

Distance : 20,1 km / Dénivelé : + 1140 m

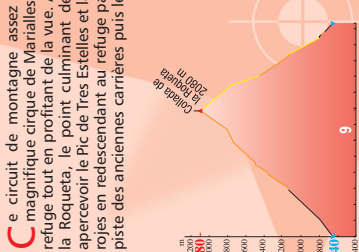
Cet itinéraire de montagne permet de rejoindre le magnifique cirque de Marialles duquel on a une vue imprenable sur la vallée et le Pic du Canigou. Vos efforts seront récompensés par une longue et jolie descente passant à Mates Roges puis au Randé, où se cache un Orri (cabane en pierre pour les bergers typique de la région), avant de rejoindre le Col de Jou puis Castell 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 ou 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 Roges en descendant au refuge par la piste. On atteint ensuite la piste des anciennes carrières puis le Col de Jou et Castell.

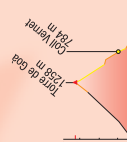


La Tour de Goa

### 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.

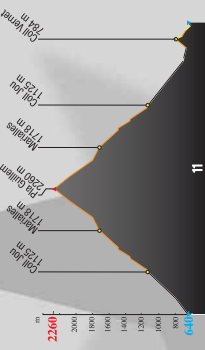


### Circuit 11 Pla Guillem :

Distance : 40,5 km / Dénivelé : + 1750 m

Ce circuit très difficile n'en demeure pas moins magnifique. Il permet d'atteindre Marialles puis l'émblematicque Pla Guillem avant de redescendre sur le Col de Jou par la même piste que la montée. Vous rejoignez ensuite

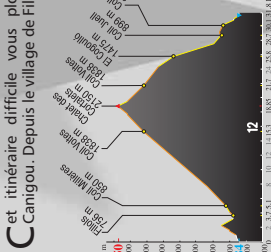
Saïorre par la jolie vallée de la Rotjà avant de revenir à Vernet par le col du même nom.



### 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 Füllols, on rejoint les Cortalets puis le Pic du Cogoulo. Cette randonnée des 4 cols (Col de Milleres, de les Voltes, Juell et Traja) donne un bon aperçu de l'étagement des activités et des paysages agréables.





# Code du Vététiste

## Les recommandations pour bien vivre à VTT

- Le Vélo Tout Terrain comme on veut ! mais...
- 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 piéton 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
- Refermez 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



## Balilage des circuits

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

vert : très facile  
rouge : difficile

bleu : facile  
noir : très difficile

PRUDENCE  
PASSER 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, canyoning...).

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

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

## Légende

	Point de Départ		Sanitaires
	Numéro au Départ		Station thermique
	Point d'accueil		Location VTT
	Point d'information		Réparation VTT
	Camping		Lavage VTT
	Hôtel - Gîte rural		Gare routière
	Chambre d'hôte		Gare SNCF
	Restauration		Site remarquable
	Ravitaillement		Site remarquable
	Refuge garde		Limites de Réserve naturelle
	Gîte d'étape		Limite de Parc des Pyrénées catalanes
	Refuge non garde		Ligne du Train Jaune
	Point d'eau		



## Les circuits VTT

Départs à Vernet les Bains				
N°	Nom	Départ précis	Distance Totale	Dénivelé Positif Cumulé
1	Les Ecrevilles	Salle polyvalente	4,4 km	95 m
2	Le Belvédère	Office de Tourisme	2,5 km	88 m
3	Le Soula	Place Entente Cordiale	6,6 km	188 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 Ambouillas	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 Cortalets	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, ...).