

# *Randos Promenades Laurentines.*



04.68.39.55.75 / 06.14.19.30.89

## **RANDO 8**



### **Cami de la RETIRADA. St Laurent de Cerdans à Maçanet de Cabrens.**

Carte 2449OT pour la partie FRANCE  
Carte E25 Alpina Alta Garrotxa pour la catalogne sud.

**18Km – Difficile** prévoir papier identité  
et carte Européenne Assurance Maladie  
Prévoir le retour, VL prépositionnée à Maçanet.  
Départ du BMAT comme pour le Mont Capell.

Un balisage spécifique existe il est constitué de panneaux pour les embranchements. Le premier panneau est au coin du porche du Bureau de Tourisme puis on peut suivre le balisage rouge et jaune du tour du Vallespir sur 2Km avant de tomber sur la bifurcation qui quitte par la droite le tour du Vallespir, un panneau spécifique donne la direction ( Coustouges par le couloumer).

A partir de là et jusqu'à Coustouges le balisage est jaune, être bien attentif aux abords du couloumer le bétail ayant crée beaucoup de sentes, refermer également les portillons rencontrés.

On passe les bâtiments du Couloumer, 300m plus loin il faut partir sur la gauche (panneau) le chemin est marqué mais selon la saison il traverse un pré le long d'un ruisseau qu'il vous faudra franchir au bout du pré, l'herbe peut être haute.

Aux abords de Coustouges descendre la route vers le village et prendre la rue principale passer devant la Mairie et le café municipal, continuer tout droit, passer la place et descendre par la rue en face.

100m plus loin laisser cette rue pour prendre un sentier ( gauche, n'allez pas vers le monument de la retirada) il descend vers la route en dessous attention au surplomb de la route à l'arrivée en bas, à la route il faut traverser en face le sentier repart jusqu'à Riu Major (auberge espagnole).

*Au ruisseau de Riu Major vous êtes en catalogne sud, il fait office de frontière.*

*Au Pont de Riu Major = Auberge Espagnole au mas.*

Après Riu Major on remonte à la route attention il faut la suivre sur toute la ligne droite et au bout passer à gauche par dessus un petit col qui fais éviter le virage de la route.

On rejoint la route et au virage en épingle à cheveux suivant, prendre la piste en terre (les horts) indiquée par un panneau au bout de 50m laisser la piste de droite continuer tout droit jusqu'à une clairière deux pistes partent de là, laisser celle de droite qui monte prendre celle qui descend presque en face un panneau indique la direction.

1 Km après la clairière des horts il faudra quitter la piste par un sentier à droite balisé VERT et BLANC.

*Pour ceux qui connaissent une variante est possible si vous voulez passer par Tapis il faut rester sur la piste , 1 km plus bas il y a un sentier à droite qui coupe les virages de la piste et vous la font rejoindre en fond du vallon en la suivant elle mène à Tapis*

*( ATTENTION il n'y a pas ou très peu de balisage)*

Depuis Riu Major vous êtes en catalogne sud, le balisage à suivre est Jaune jusqu'au virage des Horts puis il sera VERT et BLANC à partir des Horts jusqu'à Maçanet , les croisements sont en général indiqués par des panneaux.

Bien suivre le balisage et aux croisements la direction des panneaux on coupe la route à plusieurs reprises faire bien attention.

### **ATTENTION PREVOIR le RETOUR :**

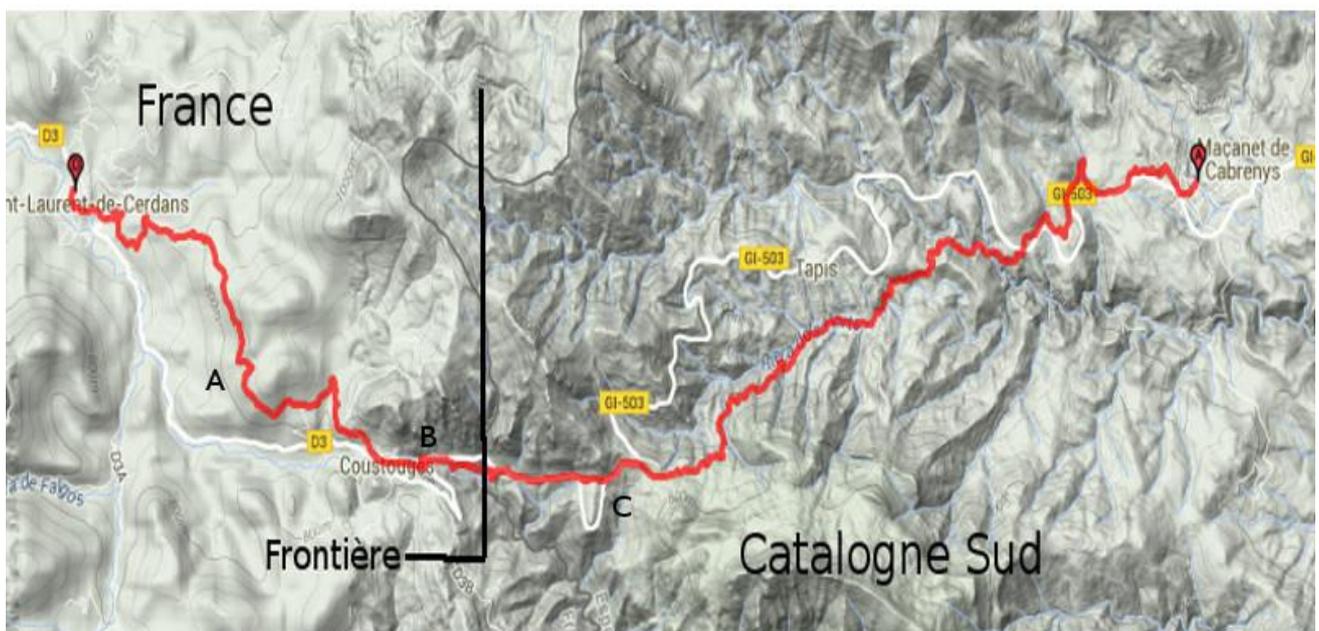
Soit par le même chemin randonneurs confirmés.

Soit Véhicules positionnés le jour précédent à Maçanet.

Soit on se fait récupérer à Maçanet.

# Carte à Titre Indicatif

Utiliser les Cartes:  
24490T d'IGN pour la France  
La E25 Alta Garrotxa d'Alpina  
pour la Catalogne Sud.



A= Le Colomer élevage chèvres / B= Coustouges / C = Casille des Horts



## Code Balisage



Balisage du  
Sentier



Tourner  
à  
Gauche



Tourner  
à  
Droite



Fausse Piste

Deux balisages sont utilisés pour nos **randonnées Laurentines** :

**Jaune** sur nos sentiers communaux (PR), **Rouge et Jaune** sur le tour du Vallespir

On trouve également des < **CAIRNS** > ce sont de petits tas de pierre placés en bord du sentier.

*Il y a également du balisage orange pour les chevaux.*

**Attention** du balisage **BLANC** n'indique **que** les postes de chasse ce sont des points, des flèches, les postes sont indiqués par un < P > peint en blanc suivi d'un Numéro. En période de chasse les battues se font le mercredi, samedi et dimanche.

**WP** Points de Passage qui permettent de vous situer sur la carte et d'alerter en cas de besoin. Ils sont inscrits sur les poteaux de signalétiques avec coordonnées UTM et altitude.

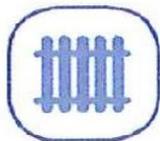
## CHARTE DU RANDONNEUR



Rester sur les chemins et sentiers balisés.



Ne pas jeter de débris, 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.

## N'OUBLIEZ PAS !

- De consulter la Météo avant de partir
- D'informer un ami, un voisin, du choix de votre itinéraire.
- On ne part pas sans eau, ni vêtements chauds ou de pluie et des chaussures adaptées.
- Avec des enfants il faut penser à leurs petites jambes qui se fatiguent plus vite que les nôtres.

