

Randos Promenades Laurentines.



04.68.39.55.75 / 06.14.19.30.89

RANDO 5 – PR 5



Le ROC DEL PINS

Distance Totale	6.2km
Estimation temps	2h30
Dénivelé Positif	260m
Carte IGN du Secteur	2449 OT
Balisage Portion	Jaune + panneaux
Fichier GPX	http://www.visugpx.com/?i=1410512641

Vous retrouvez ces informations sur le profil, seule l'estimation temps varie selon le type de randonneur ou s'il y a des enfants.

NIVEAU : MOYEN ++



QR code du fichier GPX

Description de la randonnée

Accès : Départ de [Saint-Laurent-de-Cerdans](#) vers [Arles-sur-Tech](#). Après le bâtiment HLM, prendre la première route à gauche (Au niveau borne kilométrique n°8), traverser le pont à gauche. Continuer tout droit, dépasser une première piste à gauche qui mène aux Mas des Planes et laisser le véhicule au parking de l'embranchement des Casottes (petit hameau de 5 maisons).

(D/A, WP8) Suivre la route goudronnée direction Nord-Nord-Ouest. Laisser la première piste forestière qui part à gauche pour atteindre 100m plus loin une seconde piste.

(1, WP9) km 0.53, Prendre cette piste qui monte sur la gauche : moins pratiquée. Suivre cette piste jusqu'à un croisement.

(WP10) Prendre en face. Au bout d'environ 200m, à main gauche, les ruines de la Serra d'en Grill.

(2) km 1.65 Aller visiter ces ruines, dont un bel abreuvoir et quelques murs qui restent encore debout (il était encore habité il y a 50 ans). Revenir à la piste et partir vers la gauche en remontant. Suivre celle-ci pour aboutir à une intersection au pied d'un gros arbre.

(3, WP11) km 2.26 Prendre le sentier à gauche (à partir de là vous serez sur un sentier partagé avec les chasseurs) suivre le balisage jaune pour arriver au Roc del Pins. Au sommet, une vue sur 360° de toute la vallée, les Tours de Cabrenç, Tres Vens et le Costabonne, Serralongue, St Laurent.

(4, Le ROC) km 2.69 Pour repartir, continuer 20m vers le Sud (attention au surplomb) et prendre sur la droite un tout petit sentier qui descend en lacets pour rejoindre, environ 150m plus bas, un autre sentier que vous prendrez vers la gauche. Le suivre jusqu'à une piste en terre.

(5) km 3.57 À celle-ci, prendre vers le Sud (à droite) sur 50m environ .

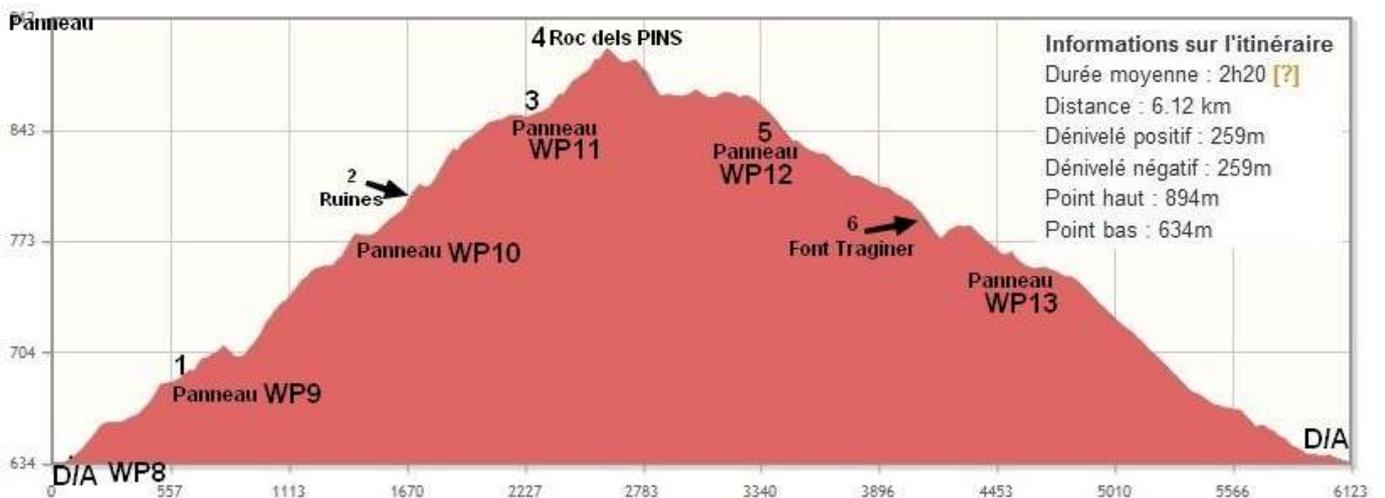
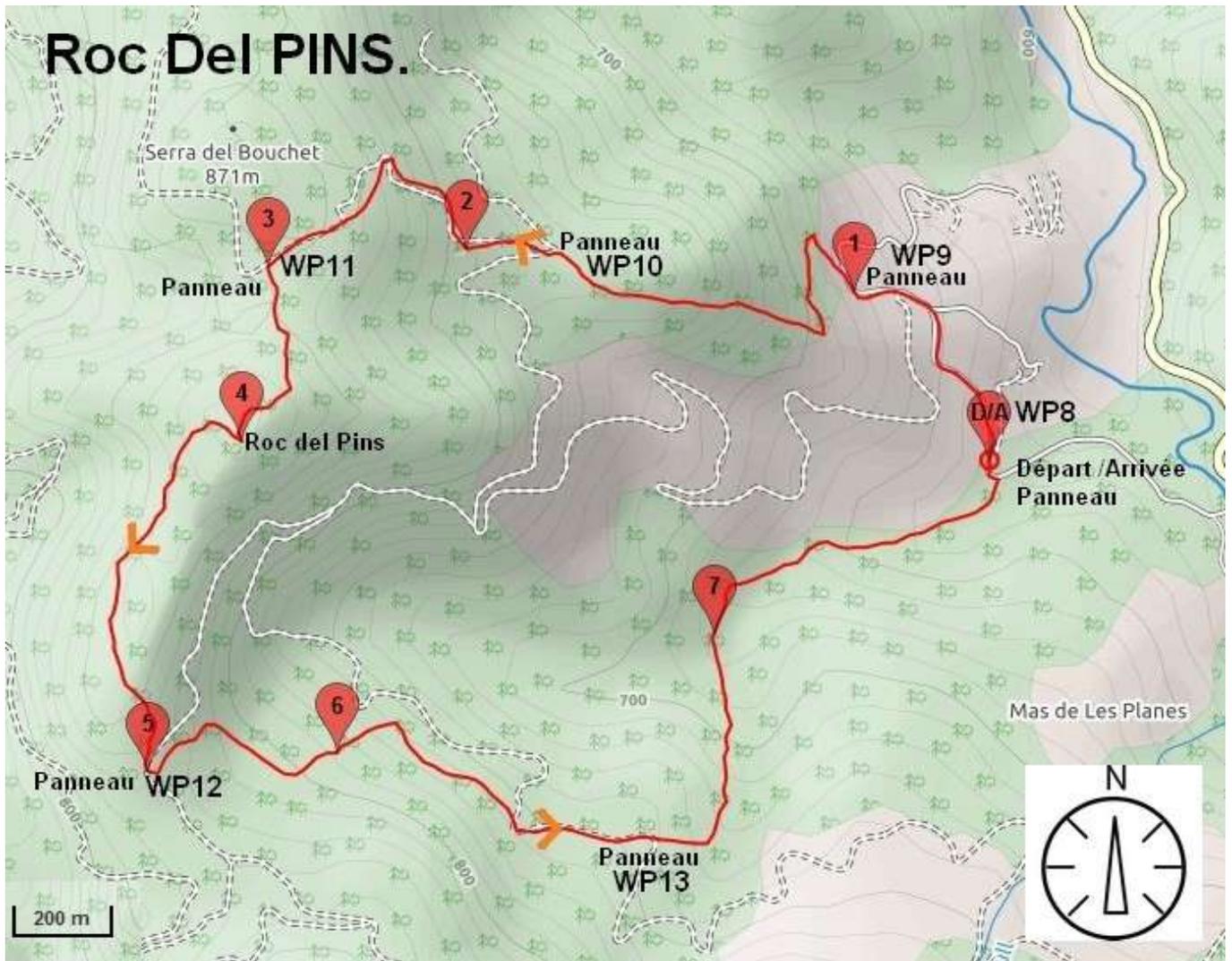
(Panneau, WP12) Tourner à gauche sur un sentier en descente balisé en Jaune.

(6) km 4.05 passer devant la Fontaine des Traginers (Muletiers). Attention elle est dans un secteur humide, à 2m en contrebas d'un gros arbre sur votre gauche dans les feuilles (il y a une pancarte sur le gros arbre). Continuer à descendre vers le Nord-Est. Au prochain croisement, bifurquer vers la droite pour rejoindre une piste, la suivre sur 300m.

(WP13) la piste vire à droite, prendre un sentier large, en face de vous, qui descend rapidement pour rejoindre au bas du vallon une piste en terre.

(7) km 5.35 Partir à droite, Nord-Nord-Est en suivant le cours d'eau. Ce Chemin ramène à la route goudronnée où vous avez laissé le véhicule. **(D/A) km 6.12** .

CARTE à TITRE INDICATIF UTILISER LA 24490T D'IGN



Code Balisage



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.

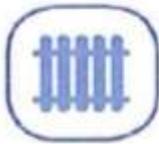
CHARTRE DU RANDONNEUR



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 chaud 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.

