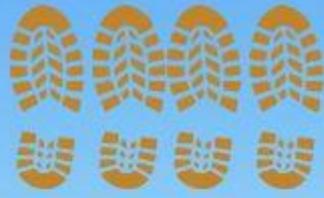


Randos Promenades Laurentines



RANDO 7 - SERRE DE LA GARCE - MONT CAPELL

DISTANCE TOTALE 19.5KM
ESTIMATION 8H30
DÉNIVELÉ POSITIF 939M



Départ-- Face au Bureau d'Information Touristique prenez la rue principale vers le centre du village sur 200 m, puis empruntez sur la droite les 153 marches de la Pujada. Une fois en haut des marches, continuer tout droit vers le haut du village via la rue de la Sort, passer devant le cimetière.

WP1-- Monter entre la chapelle et l'aire de jeu, jusqu'à l'Auberge de la Sort. Ensuite, prenez à droite un sentier qui démarre au niveau de la statue de la vierge, début du chemin de croix. Longer des pins sur 50m, le chemin de croix démarre sur votre gauche il remonte jusqu'au christ **WP2**.

WP2-- Au Christ magnifique panorama sur 360° (St Laurent, Mont Capell, Serre de la Garce). Repartir en descendant vers les antennes, suivre la piste qui part vers la droite (600m environ) jusqu'à une place. Arrivé sur cette place, sur la droite le local des chasseurs «Les amis de la Creu Cerda », le longer, la piste se divise en deux à son extrémité.

WP3-- Sur la gauche du croisement des pistes, un sentier part en foret, il surplombe la piste, à 800m il coupe une ancienne piste d'exploitation du bois (le sentier continu en face) puis il abouti sur une piste en terre, la Serre de la ville est sur votre droite.

WP4-- La Serre de la ville, (Clairière avec un banc). Face au banc prenez vers la gauche puis à la pate d'oie de nouveau à gauche pour descendre vers le Mas de la Pomarède. Vous allez passer devant la « Creu d'en Joglar ». Poursuivez sur cette piste pendant 400m puis prenez le sentier sur votre droite pour éviter le Mas. Une fois que vous retrouver la piste suivez la vers la droite durant 2km jusqu'au Château du Cremadells. Vous allez emprunter deux ponts sur ce cheminement.

Lorsque vous déboucherez sur une piste prenez à gauche pour longer la chapelle du Cremadells et arriver au château (seul monument historique de la Commune de St Laurent depuis 1988). Reprenez la piste sur 200m.

WP14--Après le virage de la piste empruntez le sentier qui monte vers la droite en surplombant la piste. Monté difficile de 1h15. (Dans le virage de la piste à votre droite vous avez la Font del Bac à 25m).

WP15-- Coll de l'Espinass 1111m sur votre gauche vous avez à 50m la Cabane d'en Kiko (Ancien abri de berger). Au col prenez la piste sur la droite puis à 400m empruntez le sentier sur votre droite en crête qui vous mènera à la Serre de la Garce à 1212m. Après avoir profitez de cette vue panoramique descendez direction Nord Est sur 100m vers le Coll de la Senyoral 1192m.

WP16-- Coll de la Senyoral descendez sur la droite vers le Mas Boadella. A partir de ce Col veuillez suivre le balisage du Tour du Vallespir rouge et jaune.

Du Mas Boadella (Attention vous entrez dans un parc à bétails) suivez le Tour du Vallespir jusqu'à la prairie de Pla Boulat sur 1.2km.

-- Après la prairie, au croisement prenez la piste de gauche qui monte vers des pins sur 400m puis empruntez le sentier sur votre droite toujours balisé rouge et jaune (Attention vous entrez dans un parc à bétails). Toujours en suivant le balisage rouge et jaune, vous êtes à 1km700 du Mont Capell (1194m). Les 700 derniers mètres sont pentus.

-- Au sommet du Mont Capell, le sentier descend vers le Sud, 300m environ après être sorti du bois, vous arriverez au croisement de Saint Laurent et de Coustouges, prendre à droite le sentier qui descend.

-- A 200m on retrouve une piste, partir vers la gauche en suivant la piste. Une possibilité de variante existe indiquée par un panneau qui vous fera passer par une crête (la Serre Provedone), sinon on traverse un bois de pins en suivant la piste sur 2km environ.

-- On retrouve des panneaux indiquant le retour sur Saint Laurent soit par le *Tour du Vallespir (balisage rouge et jaune)*, soit par le chemin de l'eau (PR4, balisage jaune).

-- En suivant le Tour de Vallespir restez sur la piste 200m puis empruntez un petit sentier sur la droite qui descend jusqu'à une nouvelle piste (attention un petit passage escarpé). On retrouve la piste, il faut partir vers la droite et après un virage à gauche le sentier est à droite (poteau marquage VTT). Une zone de repos est gentiment mise à disposition par le propriétaire sous les arbres au bord de la prairie à 25m sur votre gauche.

-- Poursuivez sur le Tour du Vallespir, aucun croisement avant l'intersection avec le Cami de la Retirada dans 1.5km.

-- 600m après vous arrivez sur une piste, prendre à droite puis à gauche presque immédiatement et descendre par un sentier.

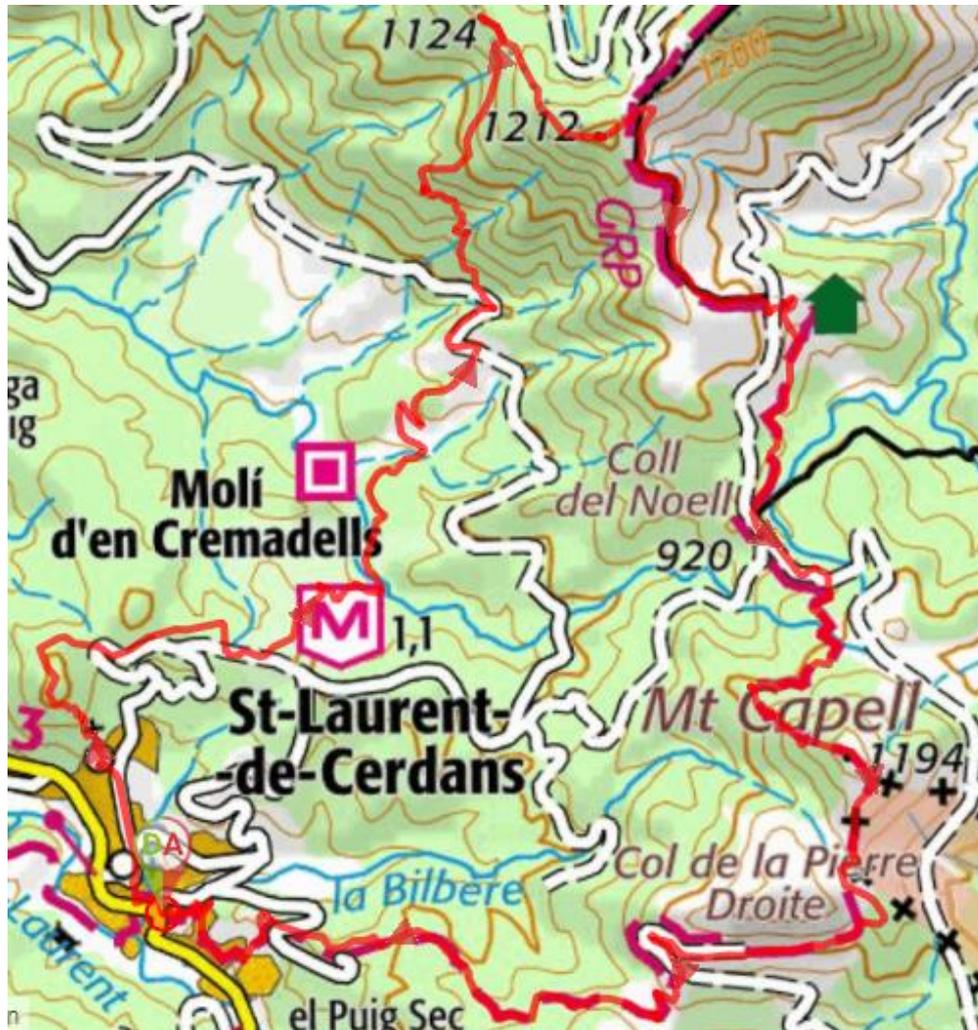
-- Ce sentier vous fait débouchez sur une piste qu'il faut descendre sur 100m, tournez sur un sentier à droite qui vous ramène vers Saint Laurent par le quartier de Puig Sec, descendre la rue et prendre à droite la Rue Carrer de Tortella, après deux lacets vous aurez la Salle Polyvalente sur votre droite vous êtes derrière la Sandalière et le Bureau d'Information Touristique.

Un sentier propre ne dépend pas seulement de ceux qui le nettoient, mais aussi de l'éducation des personnes qui passent par là.

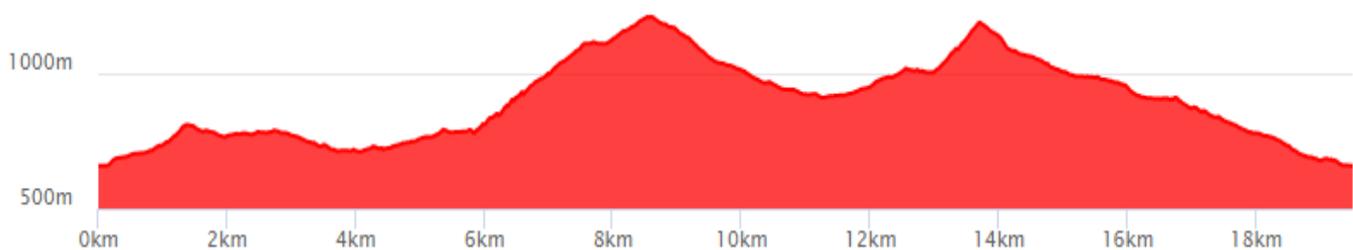
Nous vous demandons de tenir vos chiens en laisse à proximité des habitations et des mas, merci.

Carte à Titre Indicatif

Utiliser la CARTE 24490T d'IGN



Fichier GPX : <https://www.visugpx.com/95FyVP0bXM>



**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 pierres 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 des poteaux de signalétiques avec les coordonnées UTM et l'altitude.

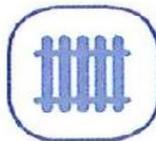
CHARTE DU RANDONNEUR



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.