



CANIGÓ

LA MONTAGNE SACRÉE
DES CATALANS



Magique!

Toutes les bonnes idées
pour découvrir le Massif

Totes les bones idees
per descobrir el Massís

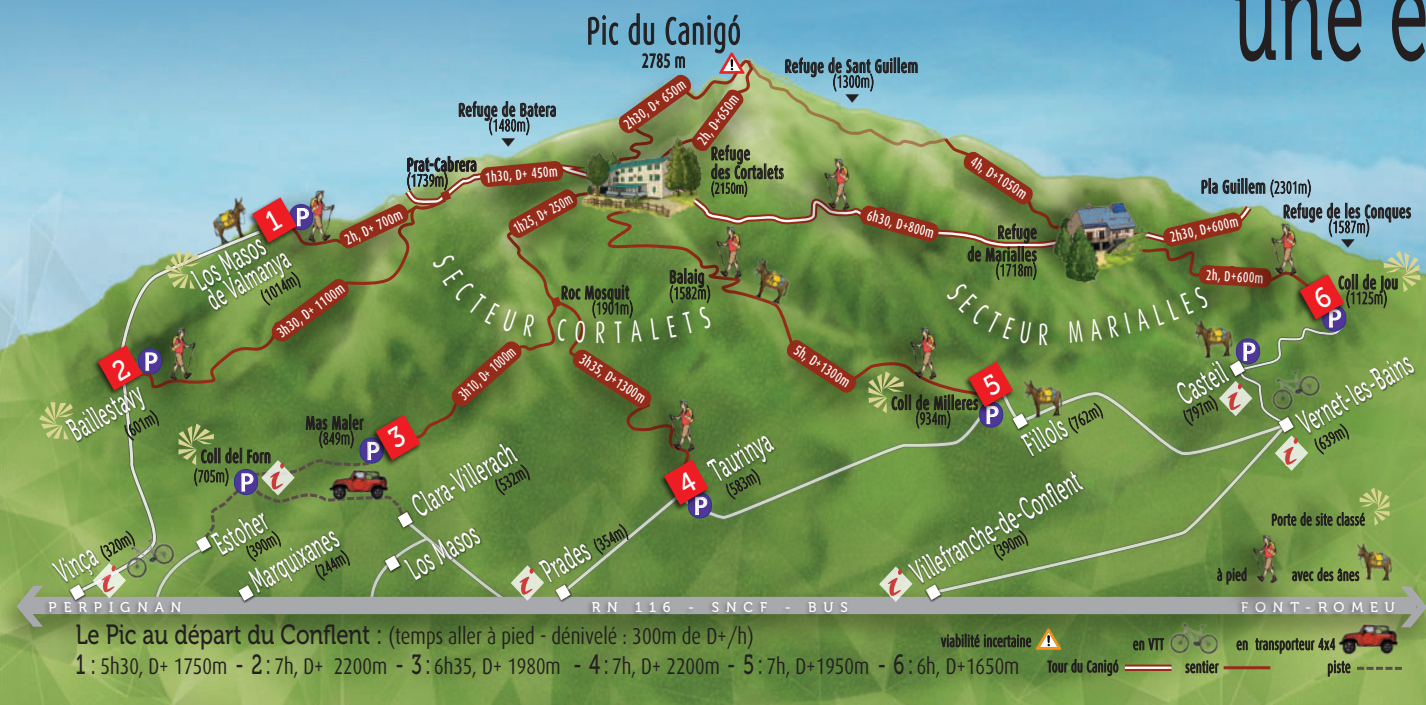
All the good ideas
to discover the Mountain



L'experiència Canigó • **L'expérience Canigó** • The Canigó experience

CONFLENT > LE PIC

La conquête du pic, une expérience initiatique !



The conquest of the peak, an initiatory experience!

SUPERVISED REFUGES : Cortalets 33 4 68 96 36 19 • Marialles 33 4 68 05 57 99

HORSE RIDING AND PACK ANIMALS : Comité départemental de randonnée équestre 33 6 88 27 79 53

Altipyrr (Mosset) 33 6 83 47 52 04 • Caravanigou (Los Masos de Valmanya) 33 6 02 29 34 54

Montagne Vibration (Casteil) 33 6 18 58 19 24 - Le bourriquito (Rigarda) 33 6 10 40 23 02

MOUNTAIN BIKES AND ELECTRIC BIKES TO RENT : Casa Ilicia (Eus) 33 6 95 34 15

MOUNTAIN GUIDE : inquire at tourist offices

TOURIST OFFICES : Conflent-Canigó 33 4 68 05 41 02 • Roussillon-Conflent 33 4 68 57 99 00

La conquesta del pic, una experiència iniciàtica!

ELS REFUGIS GUARDATS : Cortalets 33 4 68 96 36 19 • Marialles 33 4 68 05 57 99

EXCURSIÓ EQÜESTRE I ANIMALS DE BAST : Comité départemental de randonnée équestre

33 6 88 27 79 53 • Altipyrr (Mosset) 33 6 83 47 52 04 • Caravanigou (Los Masos de Valmanya) 33 6 02 29 34 54

Montagne Vibration (Casteil) 33 6 18 58 19 24 • Le bourriquito (Rigarda) 33 6 10 40 23 02

LLOGUER DE BTT I BICICLETES ELÈCTRIQUES : Casa Ilicia (Eus) 33 6 95 34 15

ACOMPANYANTS DE MUNTANYA : informar-se a les oficines de turisme

OFICINES DE TURISME : Conflent-Canigó 33 4 68 05 41 02 • Roussillon-Conflent 33 4 68 57 99 00

HAUT-VALLESPIR > LE PIC



La conquête du pic, une aventure fantastique !

LES REFUGES GARDÉS : Batera 33 4 68 39 12 01

Sant-Guillem 33 6 11 22 48 79 • Les Conques 34 6 96 29 86 31

RANDONNÉE ÉQUESTRE ET ANIMAUX DE BÂT :

Comité départemental de randonnée équestre 33 6 88 27 79 53

Bard'ane (Montferrer) 33 6 46 47 06 48

LOCATION DE VTT ET VAE : Centre Sud Canigó (Arles/Tech)

33 4 68 39 37 82 • Office de tourisme (Amélie-les-Bains) 33 4 68 39 01 98

Valles'ride (Saint-Laurent-de-Cerdans) 33 7 68 99 93 18

ACCOMPAGNATEUR.TRICE.S EN MONTAGNE :

se renseigner auprès des offices de tourisme

OFFICES DE TOURISME : Amélie-les-Bains 33 4 68 39 01 98

Arles-sur-Tech 33 4 68 39 11 99 • Prats-de-Mollo-La-Preste 33 4 68 39 70 83

The conquest of the peak, a fantastic adventure !

SUPERVISED REFUGES : Batera 33 4 68 39 12 01

Sant-Guillem 33 6 11 22 48 79 • Les Conques 34 6 96 29 86 31

HORSE RIDING AND PACK ANIMALS : Comité départemental de randonnée équestre 33 6 88 27 79 53

Bard'ane (Montferrer) 33 6 46 47 06 48

MOUNTAIN BIKES AND ELECTRIC BIKES TO RENT : Centre Sud Canigó (Arles/Tech) 33 4 68 39 37 82

Tourist Office (Amélie-les-Bains) 33 4 68 39 01 98 • Valles'ride (St-Laurent-de-Cerdans) 33 7 68 99 93 18

MOUNTAIN GUIDE : inquire at tourist offices

TOURIST OFFICES : Amélie-les-Bains 33 4 68 39 01 98

Arles-sur-Tech 33 4 68 39 11 99 • Prats-de-Mollo-La-Preste 33 4 68 39 70 83

La conquesta del pic, una aventura fantàstica!

ELS REFUGIS GUARDATS : Batera 33 4 68 39 12 01

Sant-Guillem 33 6 11 22 48 79 • Les Conques 34 6 96 29 86 31

EXCURSIÓ EQUESTRE I ANIMALS DE BAST : Comité départemental de randonnée équestre 33 6 88 27 79 53

Bard'ane (Montferrer) 33 6 46 47 06 48

LLOGUER DE BTT I BICICLETES ELÈCTRIQUES : Centre Sud Canigó (Arles/Tech) 33 4 68 39 37 82

Oficina de turisme (Amélie-les-Bains) 33 4 68 39 01 98 • Valles'ride (St-Laurent-de-Cerdans) 33 7 68 99 93 18

ACOMPANYANTS DE MUNTANYA : informar-se a les oficines de turisme

OFICINES DE TURISME : Amélie-les-Bains 33 4 68 39 01 98

Arles-sur-Tech 33 4 68 39 11 99 • Prats-de-Mollo-La-Preste 33 4 68 39 70 83

Les randonnées du massif

RANDO-PRACTIQUES PAR SECTEUR : Cortalets, Marialles, Sant-Guillem, Costabona...
Un bouquet de randonnées pédestres, équestres ou VTT à choisir selon votre forme et le temps dont vous disposez ! • www.canigo-grandsite.fr

TOUR DU CANIGÓ : Randonnée grandiose de haute montagne méditerranéenne, en 5 jours et 5 refuges gardés. • www.montourducanigo.com • www.tourducanigo.fr
• boutique.ffrandonnee.fr/topoguide-tours-et-ronde-du-canigo

TOUR DU COSTABONA : Itinéraire transfrontalier de 2 jours entre les refuges de Les Conques (Prats-de-Molló-la-Preste) et Els Estudis d'Espinavell (Molló). • www.tourducostabona.com

LES RANDOS DES TERRITOIRES : retrouvez les fiches-rando des offices de tourisme, des Réserves naturelles, du Département des Pyrénées-Orientales.

✳ • rando66.fr • www.sudcanigo.com • www.tourisme-canigou.com
• www.catalanes.espaces-naturels.fr • canigo-grandsite.fr/content/infos-pratiques

Hikes in the mountain

HIKING IN THE TERRITORIES : See the hiking trail leaflets produced by the tourist offices, nature reserves and the Pyrénées-Orientales department. ✳

PRACTICAL INFORMATION FOR WALKERS : practical hiking tips for each area : Cortalets, Marialles, Sant-Guillem, Costabona... **A range of hiking trails on foot, on horseback or by bike** to choose from, depending on your level of fitness and the time available. • www.canigo-grandsite.fr

TOUR OF CANIGÓ : A magnificent 5-day hike in the high Mediterranean mountains and taking in 5 staffed refuges. • boutique.ffrandonnee.fr/topoguide-tours-et-ronde-du-canigo
• www.montourducanigo.com • www.tourducanigo.fr

BIG TOUR OF COSTABONA : A 2-day cross-border trail between the Les Conques (Prats-de-Molló-la-Preste) and Els Estudis d'Espinavell (Molló) refuges. • www.tourducostabona.com

Les excursions del massís

EXCURSIONS ALS TERRITORIES : Trobeu els tríptics de senderisme de les oficines de turisme, de les Reserves Naturals, del departament dels Pirineus Orientals. ✳

EXCURSIONS PRÀCTIQUES : Tríptic d'excursions per sector: Cortalets, Marialles, Sant-Guillem, Costabona ... **Un ampli ventall d'excursions pedestres o de BTT** per a triar segons la vostra forma física i el temps de què disposeu ! • www.canigo-grandsite.fr

VOLTA AL CANIGÓ : Gran excursió a l'alta muntanya mediterrània, en 5 dies i 5 refugis guardats.
• www.montourducanigo.com • www.tourducanigo.fr
• boutique.ffrandonnee.fr/topoguide-tours-et-ronde-du-canigo

GRAN VOLTA AL COSTABONA : Itinerari transfronterer de dos dies entre els refugis de Les Conques (Prats-de-Molló-la-Preste) i els Estudis d'Espinavell (Molló). • www.voltaalcostabona.com/



REFUGES GARDÉS

- Renseignez-vous sur l'accès et l'ouverture du refuge, réservez à l'avance • À votre arrivée, présentez-vous au gardien • Respectez les consignes et les horaires fixés par le gardien.

SIGNAUX DE DÉTRESSE EN MONTAGNE

- Les 2 bras levés : besoin de secours.
- Un bras levé : pas besoin de secours.

Practical information

NUMÉROS UTILES TÉLÉFONS D'INTERÈS • USEFUL NUMBERS
Météo : 08 99 71 02 66 • Secours : 112

RECOMMENDATIONS

- Please respect the wildlife • Please remain on signed tracks • Please do not drop any of your litter, bring it back • Only light up fire in authorized areas • Bivouac from sunset to sunrise • Please do not let your dog stray
- Please take a moment to consult the specific rules of the « Réserves naturelles ».

PASTORALISM

- Keep your distance from herds and flocks • Always stay calm and quiet
- Keep your dog on a lead and stay 200 m away from the flock • Get off your bike • Don't climb over fences, close gates behind you.

REFUGE

- Find out about access to the refuge and opening times. Book ahead of time • On arrival, check in with refuge staff • Follow the safety instructions and the timetable set by the refuge staff.

DISTRESS SIGNALS IN THE MOUNTAINS

- 2 arms raised : I need help.
- One arm raised : I don't need help.

Informations pratiques

RECOMMANDATIONS

- Respectez la faune et la flore • Restez sur les sentiers balisés • Rapportez vos déchets.
- Faites du feu uniquement sur les emplacements autorisés • Bivouaquez du coucher au lever du soleil • Gardez votre chien près de vous • Consultez la réglementation spécifique sur le territoire des Réserves naturelles.

PASTORALISME

- Contournez largement le troupeau • Adoptez un comportement calme et passif • Tenez votre chien en laisse et restez à 200 m du troupeau • Descendez de vélo • Respectez les clôtures, refermez les barrières.

Informació pràctica

RECOMANACIONS

- Respecteu la fauna i la flora • No sortiu dels senders senyalitzats • Recolliu les vostres deixalles • Feu foc únicament en els emplaçaments autoritzats
- Bivac permès només de la posta a la sortida del sol • Manteniu el vostre gos a prop vostre • Consulteu la reglamentació específica sobre el territori de les Reserves naturals.

PASTORALISME

- Aparteu-vos dels ramats • Adopteu un comportament tranquil i passiu.
- Porteu el vostre gos lligat i quedeu-vos a 200 m del ramat • Baixeu de la bicicleta • Respecteu les tanques, torneu a tancar les barreres.

REFUGI

- Informeu-vos sobre l'accés i l'obertura dels refugis, reserveu amb antelació.
- Quan arribeu, presenteu-vos al guarda • Respecteu les consignes de seguretat i els horaris establerts pel guarda.

SENYALS DE DESTRET A LA MUNTANYA

- Els dos braços aixecats : necessitat de socors.
- Un braç aixecat : sense necessitat de socors.





Canigó Grand Site

www.canigo-grandsite.fr

33 4 68 96 45 86



Création Catherine Brody © 2020 | 04 68 52 33 35 | Crédits photos : O. Decombas et SMCGS