Galamus – Prugnanes – Roc Paradet – Galamus

18,5km - 1000m déniv – IBP = 95

IGN : 2447 OT – 2347 OT

Randonnée non réalisable en cas de crue de l'Agly et en cas de forte pluie.

A éviter s'il y a du brouillard et en période de chasse.

0H00 Parking de l'ermitage Saint Antoine-de-Galamus (380m). Descendre la D10 sur environ 300m vers Saint Paul-de-Fenouillet. Dépasser un oratoire en profitant du panorama sur la chaîne du Canigou.

0H03 A hauteur du panneau annonçant le parking, prendre à droite "Prugnanes GR 36 / Gr637A" le sentier qui descend vers la rivière "Agly". Ignorer deux sentes qui partent à gauche.

0h09 Attention: GPS=31T 0457662 / 4742351 270m), quitter le GR pour prendre le sentier qui descend à droite vers le "Gîte Benjamin" et la rivière de l'Agly.

0h13 Ignorer le sentier qui file à gauche pour réaliser la randonnée du "Pla de Brézou".

0H15 Rivière l'Agly (266m). Magnifique coin de quiétude. Traverser la rivière au mieux pour arriver à " la Tirounère".

Prendre à gauche au Sud en direction "Tour du Fenouillèdes GR36".

Un peu plus loin on franchit une barrière et on suit la petite route.

0H20 Intersection (280m)**.** Quitter la route pour prendre à droite, O//SO, la piste DFCI F22 qui file vers le col de Lenti.

0H25 La piste se transforme en **sente** balisée R/B.

0H31 Intersection et col de Lenti (382m). Prendre à droite (à gauche St-Paul) et 10m après, à la nouvelle intersection de sentiers, quitter le GR36 et prendre à gauche, Ouest, une sente bien marquée balisée R/B qui descend.

0H38 Intersection avec la **piste DFCI F19** (343m). Prendre à droite, O//NO, vers Prugnanes.

0H53 Rencontre **du point d'eau DFCI 170**. Poursuivre la piste vers Prugnanes 2,5km, 45' ".

1H05 Ignorer le sentier qui monte à droite vers "Pla de Lagal" , "sentier des grottes"**.** Continuer la piste à l'Ouest.

1H20 Prugnanes (335m). Prendre à droite la rue du "Camp de la Fount". Remonter une petite route goudronnée F19bis, panneau "Caudiès de Fenouillet ancien tracé".

1H30 Intersection (370m), route **D20** et panneau "Forêt domaniale du moyen Agly". Prendre à droite sur 100m environ.

1h31 A la **borne routière** (6), quitter la route et monter à droite, panneau "Para del Campo", sentier balisé jaune discret puis de plus en plus net.

1H55 Intersection (580m), continuer la montée à droite.

2H30 Grotte de Bernat (780m), GPS=31T 0451452 / 4742638. Faire un aller/retour et continuer au N/O. Un peu plus loin, à l'intersection de sentiers, prendre à droite , balisage R/B.

2h38 Croisement de chantier (800m) , on continue à droite dans le "Clos d'en Roumiguère", on retrouve le balisage R/B du Tour du Fenouillèdes. Un peu plus loin on sort de la forêt et l'on chemine à travers de vastes alpages.

2H40 Petit sommet (830m). Panorama à 180° depuis Le Canigou jusqu'aux ruines du château de Puilaurens.

3H02 Vers 870m, apparaît à gauche au NO la masse imposante du Pic de Bugarach. La sente herbeuse continue agréablement E//NE pour déboucher sur une large piste. La remonter vers la droite, balise R/B.

3H05 Roc Paradet (900m) et panorama à 360° depuis l'éminence rocheuse. Reprendre le large sentier vers "La Tirounère, 1h50, GR36".

Après avoir fait environ 100m, repérer à gauche un poteau, GPS=31T0452696 / 4743322 (880m). Partir à gauche N/NE jusqu'à la grotte dont l'accès est matérialisée par un caïrn, GPS=31T 0452716 / 4743385 (875m).

La grotte est peu visible, masquée par un bosquet. La descente un peu rude sur 2m est facile ensuite mais glissante. Soyez prudents. De retour à la piste continuer à gauche.

3H45 Intersection (715m). Prendre à gauche N//NO la piste herbeuse vers " Galamus". Faire environ 100m et piquer à droite NE hors sentier pour rejoindre une large piste et le GR36. Prendre la piste vers la droite, E//SE en direction du Roc de Nissol.

3H50 Intersection (692m) . Continuer sur le GR 36 tout droit, E//SE.

4H00 Petite prairie (721m) et un peu plus loin intersection. Laisser le GR36 filer à droite vers le col de Lenti. Prendre la sente repérée "Galamus" qui file vers le roc de Nissol au S/E, balise Jaune.

4H35 A environ (525m) sur un **petit promontoire**, on découvre notre parking et l'ermitage de "St Antoine-de-Galamus".

4H40 Dépasser un aven (470m).

4H46 Intersection (425m) et petit promontoire sur les gorges. Descendre à droite au Sud.

5H03 Piste et petit local EDF (300m). Ignorer la piste pour prendre la sente qui descend à droite du local vers la rivière.

5H07 Retour à "La Tirounère" (266m). Traverser la passerelle sur l'Agly et remonter par le GR jusqu'à la route D10.

5H25 Parking des gorges.