

oh00 Départ du parking faisant face à la mairie, rue du Docteur Carboneill. Monter au Sud vers l'église "Saint-Félix et Saint-Blaise - XIII^e" et la place de la République.

oh05 Face au porche de l'église. Prendre la "rue de l'église" et la remonter jusqu'au panneau de randonnée (Pic de Neulos). Quitter la ville pour suivre un sentier ombragé qui monte tranquillement en suivant un canal d'irrigation "rech del molins" . Dépasser le moulin restauré de « la Pavé » daté du XIV^e siècle.

oh12 Fontaine "Dels Ocells" ou Fontaine des oiseaux. Un peu plus loin prendre à droite au croisement de sentiers pour arriver à un réservoir d'eau (DFCI 30).

Un panneau de randonnée "Pic Neulos – Puig Orella – Font dels Simiots" vous invite à continuer en face en suivant le canal d'irrigation qui date du moyen âge. Ce canal était destiné à l'alimentation des quatre moulins de Laroque.

Un **Simiot** est, dans la mythologie pyrénéenne et catalane, une créature diabolique ressemblant à un singe.

oh15 Croisement "Font del Barran à 200m". Descendre à droite pour faire un aller et retour jusqu'au "correc de la Jaça", superbe endroit de quiétude . La font d'Arran est une eau ferrugineuse pétillante.

oh25 Retour sur le sentier. Continuer à droite en suivant le canal d'irrigation 

oh30 Intersection (175m). Continuer à droite "Puig d'Orella – Font dels Simiots ". Un peu plus bas, franchir la rivière "correc de la Jaça". **Attention en cas de crue !!**

oh34 Piste (180m) et panneau "chapelle Sant Fructos de Roca Vella". Continuer à gauche vers le "Puig d'Orella".

oh37 Point d'eau 357 . Continuer sur la piste qui entre dans la forêt domaniale des Albères.

oh40 La piste fait une épingle à gauche, GPS = 31T 0493910//4706674 (225m). Quitter la piste pour prendre une sente balisée J qui monte au N/O.

oh44 Piste et panneau directionnel (275m). Continuer en face au Sud direction "Puig d'Orella – 2h20 – 3,5 km".

oh48 Piste, GPS = 31T 0493814//4706506 (310m). Prendre la piste à gauche et quelques mètres plus loin au poteau - 235m, **ignorer l'itinéraire 11** balisé  qui monte à droite pour rester sur la piste principale.

La piste en balcon file vers la "Font de la Vernosa" en offrant de superbes vues sur le pic Neulos et sa crête.

1h20 Source de la Vernosa (440m). Continuer la piste.

1h21 Panneau directionnel "Font de la Vernosa", quitter la piste pour prendre un sentier qui monte à droite au Nord dans la "Jaça de les Cabres" .

1h45 Intersection (499m) avec les itinéraires de randonnée 11 et 5. Continuer tout droit au N/O le sentier 5 balisé 

1h58 Piste et "Font dels Simiots" un peu à gauche (347m). Continuer la piste à droite vers "Lroques à 3 km, 50 minutes"

2h04 Bifurcation qui descend à gauche qu'il faut ignorer, pour continuer la piste qui descend tout droit au N/E.

2h18 Intersection de pistes. Poursuivre à gauche, à l'Est, la piste qui descend. Sur votre gauche c'est Laroque-des-Albères.

2h20 On retrouve le poteau - 275m et notre itinéraire de l'aller un peu plus bas, GPS = 31T 0493824//4706633. Quitter la piste pour descendre à gauche au Nord.

2h25 On retrouve la **piste** un peu plus bas (220m) qu'il faut descendre à gauche, balise . On dépasse le point d'eau 357

2h30 Route goudronnée et propriété privée. Un peu plus loin, poteau directionnel "**chapelle Sant Fructos de Roca Vella – XI^e siècle**". Continuer la route au Nord et dépasser les ruines de la chapelle.

2h37 Panneau "Font d'Arran – 200m". Continuer sur la route "Laroques – 1 km".

2h43 Dépasser le **bois communal** et arriver à une intersection de routes . Continuer tout droit au Nord et entrer dans Laroques-des-Albères.

2h48 "Place Sant Sebastia" ou "placette Kiko" et "Chapelle Sant Sébastia". Prendre le "Chemin de la Florantine" qui descend sous la chapelle et va traverser de superbes jardins potagers.

2h50 Traverser la "Ribera de la Roca" par une passerelle métallique et remonter la piste bétonnée à gauche.

2h51 Intersection avec la "rue de la Vèze". Continuer tout droit et à hauteur de la "crêperie Sant Félix", prendre à gauche le "rue du Neulos" qui monte vers le château. Continuer un peu plus haut à droite par la "rue de la Sardane".

Au niveau de l'église, prendre à gauche "rue du clocher" et remonter quelques marches.

2h57 Tour (142m) ancienne place forte du XIII^e siècle, et deux **tables d'orientation**. Une table sur la plaine du Roussillon et l'autre sur le massif des Albères.

Redescendre par le même itinéraire et **ne pas manquer de prendre à gauche les marches cimentées qui descendent la jolie petite "rue du puits de la ville"**.

Retour ensuite à la place de l'église "Saint-Félix et Saint-Blaise".

3h10 Parking