

Roses - Pla de les Gates - Puig Alt - Can Causa - Puig de l'Aliga

11 kms – D+ = 608m – 3h40 – 63 HKG

En cas de pluie importante, il y a lieu d'éviter le passage signalé à 10 mn du départ, où il est nécessaire de remonter le lit du ruisseau

Accès au départ de la randonnée : A Roses, se diriger Carrer d'Andorra, point de stationnement du véhicule.

00h00 Départ **Carrer d'Andorra au niveau du quartier « Mas Oliva »**, prendre direction Est.

00h01 prendre la première rue à droite, **carrer Brusel-les**.

00h04 Au bout de cette rue prendre à gauche **Carrer Amsterdam** et poursuivre plus loin sur le sentier.

00h06 Intersection, panneau d'orientation à gauche « Pic d'Enraola », devant nous sentier de l'olivier centenaire centenaire de Roses, **prendre à droite** au Sud.

00h08 Franchissement du pont qui passe au-dessus de la rivière « **Rec de l'Alzeda** ».

00h10 Intersection en patte d'oie poursuivre tout droit en longeant la rivière.

Au niveau de la « Font del Mas Oliva », **attention** : GPS = 31T 0516343 / 4679666, prendre à droite dans le **lit d'un ruisseau** et grimper en suivant le sentier rocheux.

00h13 Quitter le lit du ruisseau pour remonter à gauche en direction d'une propriété, on longe la clôture grillagée.

00h43 GPS = 31T 0516736 / 4679048, panneau d'orientation, à droite Mas Oliva, poursuivre N-E, légèrement à gauche itinéraire balisé Jaune, « **Dolmen de Cap de l'Home** »

Le sentier suit une légère courbe à droite et débouche sur une clôture mobile que l'on franchit.

00h45 GPS = 31T 0516911 / 4678980, franchissement d'un ruisseau « **Riera de la Quana** ». Un peu plus loin, croisement (255,3m), au panneau d'orientation, « **Cova-Dolmen, Rec de la Quarentena** », nous choisissons de prendre au Sud à droite et de **faire un aller-retour pour aller jusqu'au « Coves - Dolmen »**.

00h52 GPS = 31T 0516788 / 4678777, panneau circulaire « **Pedres de la Quanrantena I-II** », une vingtaine de mètres plus loin on arrive au dolmen où vous trouverez un second panneau circulaire « **Cova-Dolmen del rec de la Quanrantena I** ».

01h00 Retour à l'intersection, prendre la direction du « Pla de les Gates »

01h06 Pla de les Gates, GPS = 31T 0517089 / 4678963, (294,7 m), le sentier débouche sur la piste. Prendre à l'Est, à gauche.

60 mètres plus loin, on **quitte la piste** sur la droite à l'Est, en direction d'un panneau d'information sur les espèces d'oiseaux protégés du Parc Naturel du Cap de Creus.

On traverse une piste en se dirigeant (N-NE) hors sentier.

On passe sur la droite d'une ruine pour atteindre la petite crête qui se situe droit devant nous.

Redescendre ensuite sur la piste, GPS = 31T 0517239 / 4678985, (307,8m) que l'on suit à droite.

On distingue nettement le Puig Alt (493m).

1h13 « Tombe du Général - 305m », **dolmen** daté de -5500 à -5200 avt JC, GPS = 31T 517543 / 4679129.

Prendre la sente qui file à droite, Est, « Itinéraris Mégalitic - R 3 », on contourne le « Puig de la Malatera ».

01h18 GPS = 31T 0517535 / 4679132, on franchit une **barrière mobile** et l'on prend le sentier tout de suite à droite on profite de la vue sur la baie de Cala Monjoi sur la droite.

01h29 GPS = 31T 0518135 / 4679687, **intersection de sentier**, poursuivre tout droit, puis sur la gauche en direction d'une **croix en mémoire d'un randonneur**, GPS = 31T 0518105 / 4679702. Prendre le large sentier qui grimpe rudement à gauche, N-E.

01h37 GPS = 31T 0518240 / 4679976, **Pedres Negres** (470,6m), on rejoint une piste à droite en direction du « Pic Alt » (492,5m)

01h40 GPS = 31T 0518432 / 4679959 (451,4m) on suit la piste la plus à droite, direction le Puig Alt. On dépasse un panneau « **Cista del Puig Alt** ».

01h43 GPS = 31T 0518583 / 4679929, panneau circulaire « **Edifici del puig Alt** », on continue l'ascension.

01h45 GPS = 31T 0518716 / 4679946, sommet du « **puig Alt** » (492,5m).

01h48 Poursuivre **direction NE**, en suivant la ligne de crête. Descendre en direction de la piste (420,8m), des cairns vous permettent de suivre le cheminement.

01h55 GPS = 31T 0518909 / 4680258, on débouche sur une piste au « **Pas del Llop** ». Poursuivre sur 200 m environ en descendant sur cette piste à gauche (Ouest). Vous pouvez admirer la vue sur le Canigou, port la Selva et la baie de Rosas.

02h00 GPS = 31T 0518770 / 4680286, intersection en patte d'oie, **barrière** (410,5m), se diriger vers le panneau à l'Ouest, balise Vert/Rouge. Descendre en suivant la sente jusqu'aux ruines du « **Mas dels Arbres** » où l'on rejoint une piste GPS = 31T 0518348 / 4680405.

02h05 Poursuivre à gauche (Ouest) sur la piste.

02h10 GPS = 31T 0518150 / 4680475, intersection, prendre la piste de droite à hauteur d'un corral, une ligne électrique passe au-dessus de vous. Prendre la direction du **mas** « **Can Causa** » en cours de restauration (2020).

02h15 GPS = 31T 0517847 / 4680615, on rejoint la **piste** (poteau balise), délimitée par un mur de pierres.

02h20 GPS = 31T 0517777 / 4680665, **intersection**, poteau balise sur la droite. Poursuivre devant vous à l'Ouest, en direction du sommet qui s'érige devant vous.

02h30 GPS = 31T 0517066 / 4680923, nous sommes **au pied du** « **Puig de l'Aliga** » (463,4m), suivre la sente en direction du sommet. Vous avez la possibilité de contourner le sommet en suivant le sentier sur la droite.

02h40 GPS = 31T 0516886 / 4680940, sommet du « **Puig de l'Aliga** », vue à 360°

02h55 GPS = 31T 0516507 / 4680792, panneau d'orientation « **Cova de Lalloba** », poursuivre tout droit.

03h00 GPS = 31T 0516314 / 4680946, panneau d'orientation « **Cova de Lalloba** », poursuivre tout droit.

03h10 GPS = 31T 0516078 / 4681078, **cairn**

03h20 GPS = 31T 0515434 / 4680596, **intersection**, poursuivre tout droit en direction des oliviers.

03h25 GPS = 31T 0515464 / 4680527, **intersection** en patte d'oie, poursuivre au SE.

03h30 GPS = 31T 0515498 / 4680499 sur votre droite un **mas en ruine** et une intersection poursuivre SE devant vous.

03h33 GPS = 31T 0515565 / 4680395 **croisement** poursuivre sur la gauche SE.

03h35 GPS = 31T 0515801 / 4680259, **intersection**, poursuivre SE, tout droit.

03h38 GPS = 31T 0515730 / 4680025, **Mas Oliva**, intersection, Carrer d'Andorra, prendre à gauche en direction du point de stationnement du véhicule.

03h40 **Parking.**