

## Mont Louis, Serrat de les Forques, La Llagonne, Pla de l'Os, La Costa, la citadelle

**oh00 Porte d'entrée principale** de la cité fortifiée. Prendre à gauche le sentier qui longe l'enceinte en direction de La Llagonne, balise J

**oh10** Au niveau de l'entrée du 1er régiment de Choc le **CNEC**, descendre la petite route et suivre la direction La Llagonne 2,7 km – 40 minutes, balise J

**oh11** Prendre la direction du camping de Pla de Barrés et La Llagonne – 2,6km

**oh20 Bifurcation**, prendre à droite vers La Llagonne liaison du tour du Capcir. On traverse la rivière de La Têt

**oh25** D 118 et **Parking La Salita** (1620m), suivre la piste en direction de La Llagonne – 1,4 km, balise J

**oh35** Traverser avec prudence la **D118** pour continuer en face sur la piste qui monte à La Llagonne

**oh43** Entrer dans **La Llagonne**

**oh50 Croisement de rues**, on continue tout droit dans La Cami Real, on prend ensuite à droite la rue Jean Aspero. Un peu plus haut on prend le Chemin du Capil à droite

**oh54 Tour ruinée de la Llagonne**. Descendre un peu plus bas au niveau de la Chapelle et descendre le Chemin du Capil

**oh56** Continuer à droite **rue de La Fontaine** au niveau de la maison de la chasse et de la nature, puis la rue Le Coradou

**1h00 Route D118** que l'on traverse. Un peu plus bas on quitte la route pour prendre à gauche vers Sauto – 3,5km et Chemin de Vauban les Balcons de la Têt, c'est la Cami du Rialet

**1h10 Bifurcation** de sentier, on continue à droite et l'on suit le ruisseau Le Rialet, balise J

**1h25 Bassin de retenue d'eau** au Pla de l'Os, on prend à droite hors sentier

**1h31** Traverser le cours d'eau du Rialet par une **passerelle** et remonter de quelques mètres

**1h32 Attention** : GPS= 31T 04288006/4707662 (1590m). Prendre à gauche la sente discrète qui file dans La Costa

**1h35 Attention** : GPS= 31t 0427414/4707198 (1580m) . Quitter la sente à flanc pour descendre à gauche vers le rivière de la Têt

**1h50 Rivière de la Têt**, continuer à droite sur quelques mètres pour la traverser

**1h52** Retrouver la **piste** un peu plus haut et la suivre à gauche

**2h00 Croisement**, on descend à gauche vers le Tour de la citadelle par le PR 10 et Mont Louis centre à 800m  
On traverse le parcours d'audace des militaires du CNEC

**2h10 Porte des vaches** et entrée de la citadelle. Prendre à droite en suivant les remparts pour arriver à l'entrée principale et à la stèle commémorative du 1er bataillon de parachutisme. Descendre

ensuite au village

**2h20** Porte d'entrée de la ville