

Le canigou version sportive

IBP = 204 HKG et 

- Un parcours exceptionnel, dans un cadre grandiose. Randonnée très exigeante réservée aux randonneurs aguerris, entraînés et affûtés.
- La montée comporte 18 km pour 2180m de dénivelé positif et 16 km en descente.

08/2014

oH00 **Départ** de la place de la République de **Vernet les Bains** (650m). Sortir par l'avenue des Termes et l'avenue St Martin du Canigou pour rejoindre la D116 à la sortie de Vernet. Suivre la D116 jusqu'à "les Closes" (726m).

oH20 Dans le virage, prendre le sentier qui part à droite pour rejoindre la D116 un peu plus haut. Là, traverser la route et continuer le sentier en face en laissant le parking sur votre droite.

oH30 **Parc animalier 797m.** Continuer tout droit sur la piste qui monte vers le col de Jou.

oH40 Panneau col de Jou 25 minutes. Le sentier file à droite.

oH55 **Col de Jou 1125m.** Suivre le GR 10.

1H25 Croisement avec la piste et quelque mètres après, barrière du parking du Randé (1500m).

1H45 Parking du **refuge de Mariaille 1718m.** Continuer sur le GR10 en direction du Canigou et des Cortalets.

1H50 Franchir le torrent de la Llipodère par une passerelle en bois.

2H20 **Le col vert 1861m.** Le sentier s'élève tranquillement vers l'Est.

2H40 Traverser à gué la rivière du Cady à 1964m et poursuivre le GR10 sur l'autre rive.

2H45 Arriver à un **carrefour 2043m**. Laisser le GR10 filer tout droit pour prendre à droite le sentier de la **HRP** qui se dirige vers la Porteille de Valmanya.

3H00 La cabane Arago 2123m, continuer le sentier évident direction E/NE en cheminant dans le "Pla de Cady". Devant vous le Porteille de Valmanya 2591m et le Puig Sec 2665m.

3H20 Pla de Cady 2318m.

3H35 Vous êtes sous le Porteille de Valmaya à 2570m. Le sentier continue à flanc au N/NO.

4H00 Pied de la brèche Durier 2646m. Il reste à grimper jusqu'au sommet en s'aidant des mains pour le final (attention aux chutes de pierres !).

4H15 Sommet du Canigou (Olympe des Catalans) **2784m**. Panorama sublime à 360°. Remarquez les contrastes entre les versants nord et sud. Le massif du Canigou est classé "zone protégée pour la beauté de son site et pour la sauvegarde de sa flore et de sa faune"... Descendre la sente au Nord dont le début est bien raide.

4H40 Pic Joffre 2362m, le sentier bifurque vers l'Est.

4H55 Bifurcation avec le GR10 à 2260m près de la Fontaine aux Perdrix. Continuer tout droit sur le GR10.

5H05 Refuge des Cortalets 2150m. Poursuivre sur le GR10 qui file N/NE derrière le refuge.

5H15 Parking de **Ras dels Cortalet 2055m** et panneau : Bienvenue dans "le grand site du Canigou". Laisser le GR10 partir à droite pour plonger en suivant la sente qui descend face à vous vers le refuge de Balaig par le chemin de muletier "chemin des sordes".

6H00 Intersection, 1582m, avec la piste qui monte aux Cortalets (à gauche le refuge ONF

de Balaig). Suivre la piste qui descend face à vous vers l'Ouest.

6H05 Franchir une barrière canadienne.

6H10 Tunnel creusé dans la roche. A droite le Roc Mosquit 1901m et en contrebas la rivière de la Lentilla.

6H25 A la sortie du virage à 180° à gauche (Escala de l'Ours), quitter la piste pour prendre une sente qui descend à droite (raccourci qui coupera la piste à plusieurs reprises).

a) Couper la piste et continuer en face.

b) Couper la piste et poursuivre.

c) Couper la piste et poursuivre la descente.

d) Couper la piste et continuer en face.

6H30 (e) On rejoint de nouveau la piste. La suivre sur la gauche jusqu'au virage qui tourne à droite à 180° (remarquez une flèche jaune de balisage sur le rocher). A la sortie du virage, prendre à gauche la sente discrète qui descend.

f) Couper de nouveau la piste et prendre la sente en face.

g) Couper la piste et prendre à gauche. Au virage à 180° à droite, prendre la sente à gauche à la sortie du virage.

6H40 (h) Couper la piste et continuer en face.

i) Couper la piste de nouveau.

j) Piste que l'on suit à gauche

6H45 Citerne d'eau peinte en vert 1070m et panneau de randonnée (Vernet-les-Bains).

6H50 Traverser la rivière pour remonter sur l'autre berge (1030m).

7H00 Intersection 990m et panneau de randonnée (Vernet-les-Bains 1H). 200m plus loin, laisser le sentier de droite pour continuer O/SO vers Vernet.

7H05 Panneau de randonnée Vernet-les-Bains. Continuer tout droit, en laissant le sentier qui descend sur Fillols.

7H10 Col de Juell 899m et carrefour de piste. Prendre à droite et 20m après à gauche O/SO la piste caillouteuse qui descend (ne pas prendre la forte montée à droite !).

7H15 Intersection à St Jean 796m. Prendre à droite.

7H20 Route D27 que l'on prend à gauche.

7H30 Arrivée place de la république à **Vernet**.