

Mantet, Pas des Vaques, Caps dels Roques, le Ressec

oh00 Parking de Mantet (1560m). Descendre vers le centre du village et suivre le GR10/36

oh10 Traverser la **rivière** du Ressec et prendre la direction du refuge del Almany - 1h30

oh15 Franchir le **pont** sur la rivière du Ressec pour entrer dans la réserve de Mantet

oh28 Ruines du cortal dels Pradets (1607m)

oh36 Attention : GPS= 31T 0441894/4701938 (1665m). Quitter le GR pour partir à gauche, balises J. Un peu plus loin franchir un grand portail et filer vers le Pas de l'Avet

1h10 Pas des Vaques (1830m). Franchir une **passerelle en bois**, le sentier file ensuite à droite

1h28 Attention : GPS=31T 0441296/4700414 (1946m). Quitter la sente balisée jaune au niveau du cairn pour monter à gauche vers le Caps dels Rocs par un sentier assez bien marqué

2h11 Large plat herbeux : GPS= 31T 0442291/470077 (2100m). **Attention** : Bien suivre la trace GPS et les cairns sur le terrain

2h18 Passer à gauche des **blocs rocheux**.

2h19 Petit col et panneau **Caps del Rocs** – 10 minutes, Mantet - 1h. Continuer à gauche

2h25 Joli en **orry** en pierres sèches (2035m). Descendre au S/SE

2h35 Orry (1955m). Descendre au N/E vers le Cap del Bac

3h15 Franchir une **passerelle** sur le Ressec

3h35 Entrée de **Mantet** et fontaine

3h40 Parking