

Mes randos itinérantes en Cerdagne

GRP TOUR DE CERDAGNE
GRP TOUR DU CARLIT



#COMMEUNAIRDECERDAGNE

PRÉPARER MA RANDO

UN GRP C'EST QUOI ?

Les Grandes Randonnées de Pays sont des itinéraires relativement faciles, qui permettent de découvrir une région et son patrimoine, généralement en boucle, à réaliser entre 2 et 5 jours.

LE BALISAGE



LES NUMÉROS UTILES :

SECOURS : 112

PGHM D'OSSÉJA : +33 4 68 04 51 03

OFFICE DE TOURISME PYRÉNÉES-

CERDAGNE : +33 4 68 04 15 47



- SI VOUS PARTEZ SEUL.E, PRÉVEZ VOTRE ENTOURAGE
- SUIVEZ TOUJOURS LE SENTIER BALISÉ
- RENSEIGNEZ VOUS SUR LES CONDITIONS MÉTÉO
- RESPECTEZ LES CLÔTURES, REFERMEZ LES BARRIÈRES
- NE PAS CUEILLIR DE FLEURS, NE PAS PIÉTINER LES CULTURES
- TENIR COMPTE DES CONSIGNES DES CHASSEURS PENDANT LA PÉRIODE DE CHASSE
- GARDEZ ET RAMENEZ VOS DÉCHETS
- SOYEZ RESPECTUEUX DES AUTRES USAGERS ET DE L'ENVIRONNEMENT DANS LEQUEL VOUS VOUS TROUVEZ
- LES FEUX SONT INTERDITS DANS TOUT L'ESPACE DU PARC NATUREL RÉGIONAL
- PRÉVOYEZ LE MATÉRIEL ADAPTÉ À VOTRE ITINÉRAIRE



Téléchargez les traces GPX de chaque étape grâce aux QR codes présents dans ce livret !

GRP TOUR DE CERDAGNE



Dorres

Le GRP Tour de Cerdagne est un très beau sentier de randonnée, idéal pour les familles en quête d'itinérance car accessible à tous ! En plus d'offrir de beaux points de vue sur le plateau Cerdan et les sommets environnants (Pic Carlit, Pic du Puigmal), il permet de découvrir les villages traversés par l'itinéraire et leur architecture typique. Quatre jours de marche, à la portée du plus grand nombre pour une immersion au cœur de la Cerdagne.



Nous vous proposons un départ depuis le village d'Enveitg pour celles et ceux qui souhaitent venir en train et partir depuis la gare, mais il est bien entendu possible de partir depuis n'importe quel village de l'itinéraire, à votre convenance.

Aussi, le sens de rotation proposé permet d'apprécier au mieux les paysages et le niveau de difficulté, mais chacun peut adapter selon ses envies.



Départ : gare Latour de Carol - Enveitg



Niveau moyen



4 jours - 3 nuits



76 km



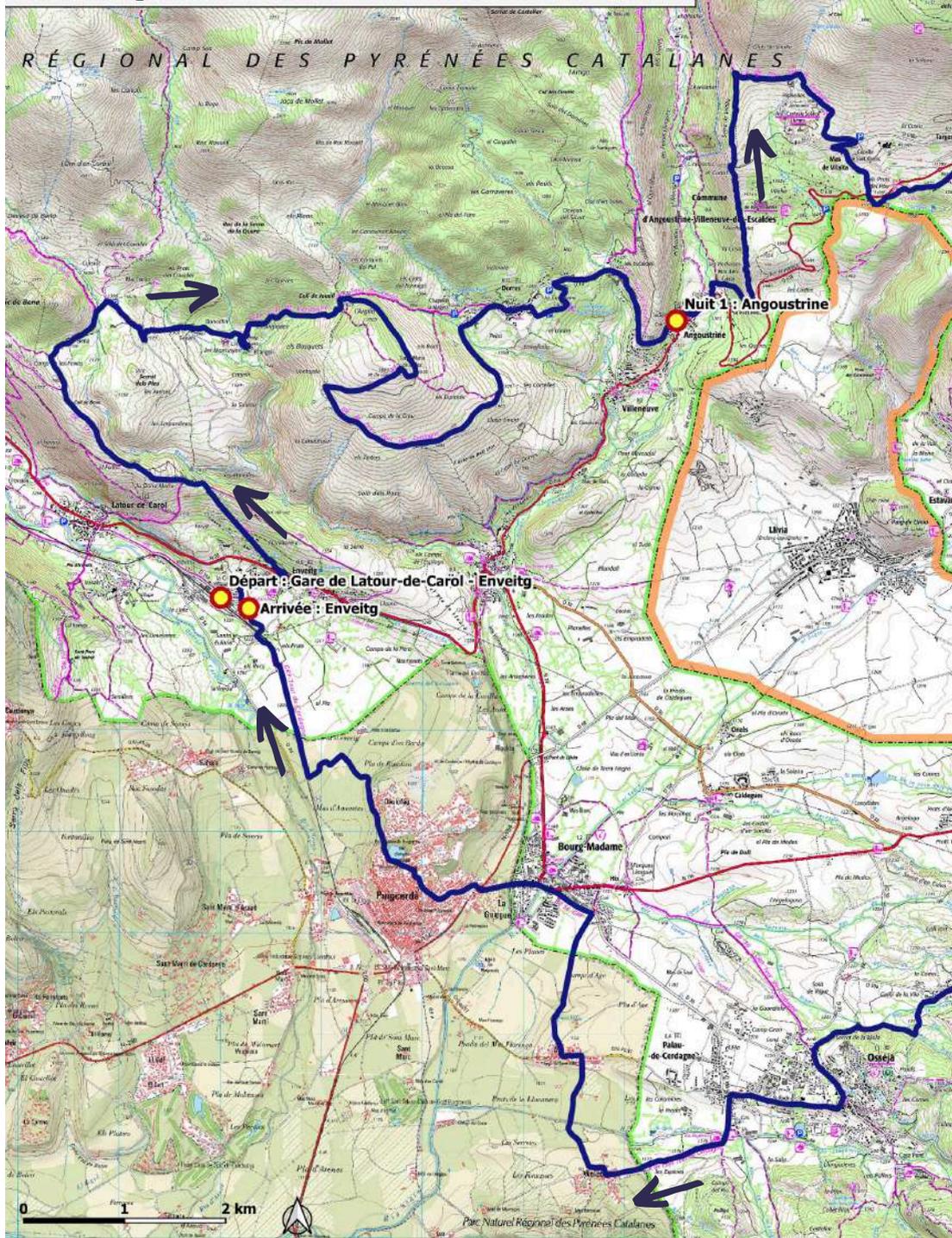
Balisage

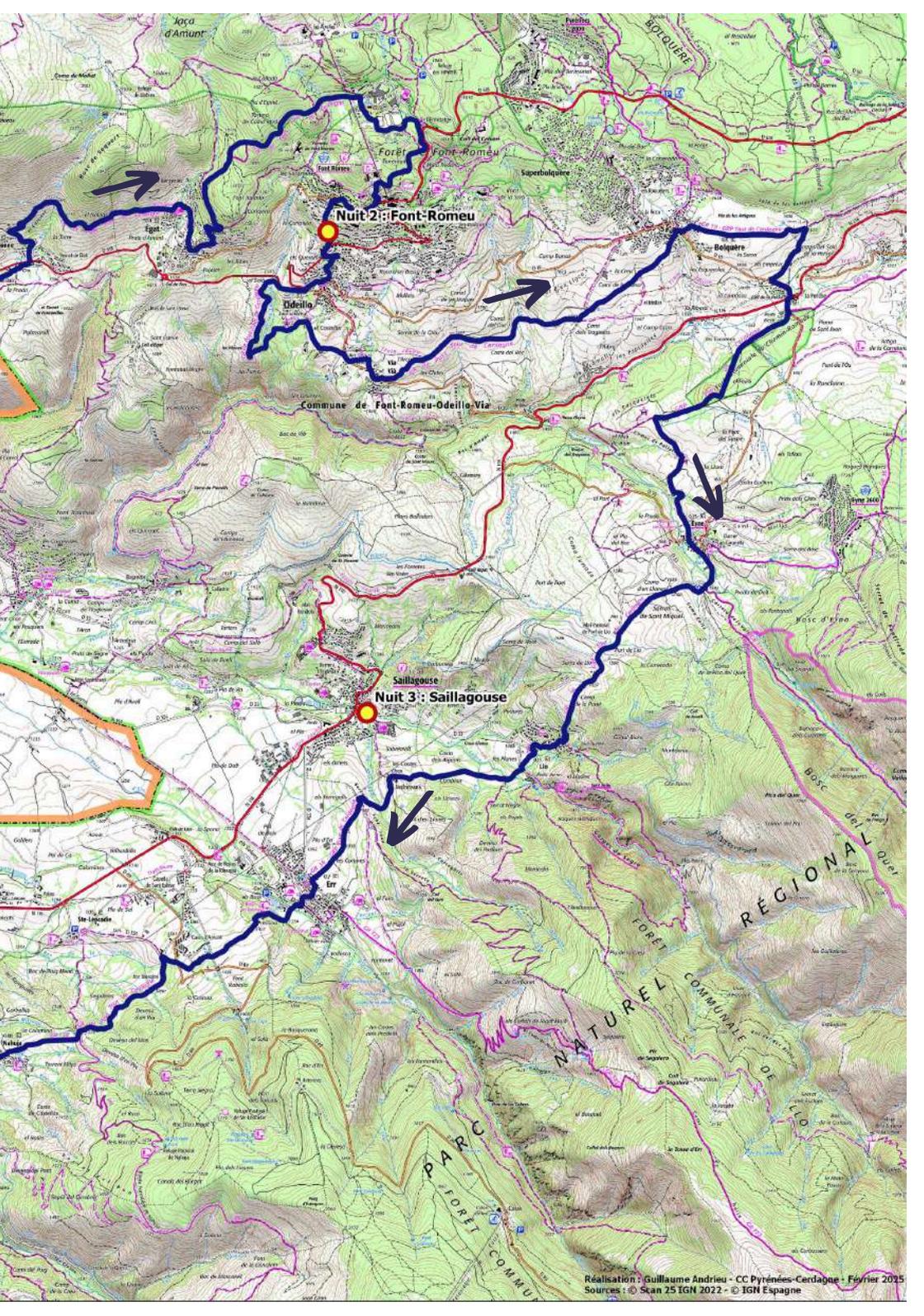


À faire dans le sens
horaire

GRP Tour de Cerdagne

4 étapes - 76 km - 2 000 m D+





ETAPE 1 : ENVEITG – ANGOUSTRINE

Une première étape accessible, idéale pour se mettre en jambe. Au départ de la gare internationale d'Enveitg, l'itinéraire quitte rapidement le village pour partir s'évader vers des recoins sauvages et isolés. Début de l'immersion pleine nature ! La montée vers la Chapelle du Belloch offrira en récompense un panorama à couper le souffle sur la Cerdagne, avant de redescendre vers le joli village de Dorres puis de regagner Angoustrine.



Départ : gare Latour de Carol - Enveitg



17 km



600m de dénivelé



5h30



Balisage

DEPUIS LA GARE, OÙ TROUVER LE DÉPART ?

À la sortie de la gare, traverser l'avenue de la Diada de Cerdagne pour monter la Rue du Carlitte. A l'intersection avec l'avenue du Puymorens, prendre à gauche et suivre ensuite le balisage rouge et jaune.



UNE FOIS ARRIVÉ À ANGOUSTRINE, OÙ DORMIR ?

Ces hébergements sont les plus proches des départs/arrivées,
d'autres solutions existent dans le village.

Hôtel Le Relais du Belloch** - +33 4 68 30 07 24

Chambre d'hôtes Cal Xandera - +33 9 54 50 41 47

Chambre d'hôtes 1704 - +33 7 88 95 14 81

DEPUIS LE SENTIER, COMMENT SE RENDRE À L'HÉBERGEMENT ?

Suivre le balisage du GRP jusqu'à l'église, et déboucher sur la D618 - Route des Pyrénées. Prendre à gauche pour rejoindre Cal Xandera (650m), à droite pour la Chambre d'hôtes 1704 (250m) et le Relais du Belloch (1km).

ETAPE 2 : ANGOUSTRINE – FONT-ROMEU

Sur un chemin en balcon baigné par le soleil, vous pourrez admirer les sommets emblématiques de la partie Sud de la Cerdagne (Sierra del Cadi en Espagne, Puigmal). En chemin, vous pourrez découvrir une partie de l'histoire de la Cerdagne, avec le Chaos de Targasonne (vestige de l'ère glaciaire, devenu site majeur d'escalade de bloc), la centrale solaire Thémis, la tour des Maures à Egat ou la station de Font-Romeu, sa cité pré-olympique et ses bâtisses du début du 20ème siècle, témoins du début du tourisme.



DEPUIS VOTRE HÉBERGEMENT, OÙ TROUVER LE DÉPART ?

Depuis le Relais du Belloch (1km) ou depuis la Chambre d'hôtes 1704 (300m), remonter la D618 - Route des Pyrénées jusqu'à l'église où vous retrouverez le balisage. Depuis Cal Xandera, descendre la route de Font Romeu (400m) vers le village, et prendre le sentier sur la droite juste avant le pont.



UNE FOIS ARRIVÉ À FONT ROMEU, OÙ DORMIR ?

De nombreux hébergements sont possibles sur Font-Romeu, voici une sélection non exhaustive des hébergements les plus proches des départs/arrivées.:

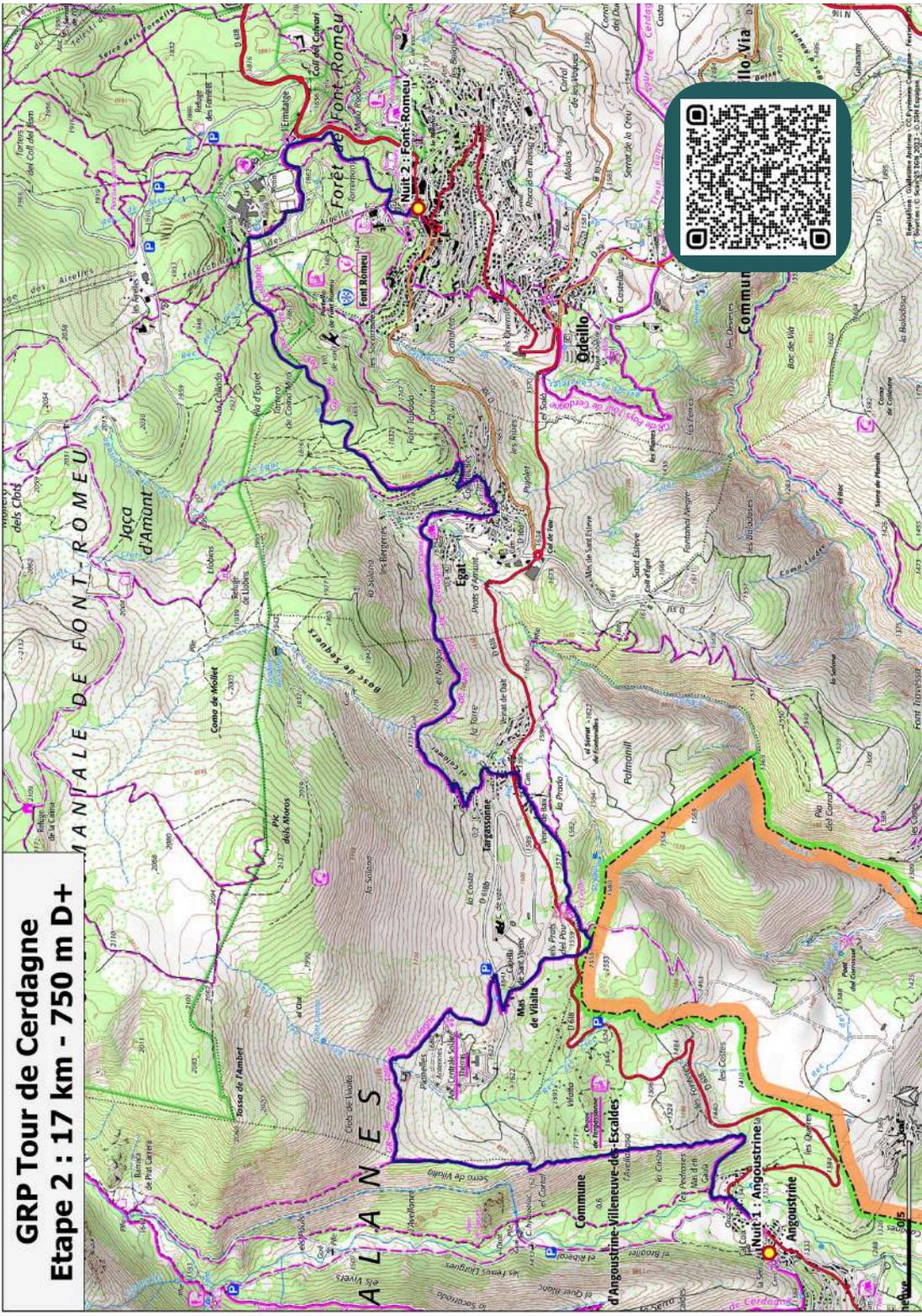
Pyrénées Hôtel*** - +33 4 68 30 01 49
Hôtel Carlit*** - +33 4 68 30 80 30
Hôtel le grand tétras*** - +33 4 68 30 01 20
Grand Hotel de l'Ermitage **** - +33 4 68 04 04 08

DEPUIS LE SENTIER, COMMENT SE RENDRE À L'HÉBERGEMENT ?

Suivre le balisage du GRP jusqu'au Casino, puis prendre à droite sur l'Avenue Emmanuel Brousse. Les hôtels se trouvent à 200m. Pour le Grand Hôtel de l'Ermitage, ne pas descendre vers le Casino, passer le golf et regagner le "Musée sans murs" jusqu'à l'intersection avec la D618 (1,5km).

GRP Tour de Cerdagne

Etape 2 : 17 km - 750 m D+



ALAINES

MUNICIPALITE DE FONT-ROMEU

Commune

Commune

Angoustrine

Nuit 2 : Font-Romeu

Nuit 1 : Angoustrine

Quèllo

Egit

Vilanova

Escaldes

Font-Romeu

Ilo-Via

Scale bar: 0 500 1000 1500 2000 meters. North arrow. Map scale: 1:50,000. Source: IGN, 2018.

ETAPE 3 : FONT-ROMEUE – SAILLAGOUSE

Une étape un peu plus longue en kilométrage mais à profil plutôt descendant. Au départ de la station de Font-Romeu, cette journée sera marquée par le parcours du Train Jaune. En effet, elle va suivre une partie du cheminement de ce train historique, emblématique des Pyrénées-Orientales. L'itinéraire permettra de regagner le village de Saillagouse, en passant à proximité de la Réserve naturelle de la Vallée d'Eyne et des bains de Llo, pour s'offrir un moment de détente.



22 km



350m de dénivelé



6h15



Balisage

DEPUIS VOTRE HÉBERGEMENT, OÙ
TROUVER LE DÉPART ?

Depuis votre hébergement, descendre l'avenue Emmanuel Brousse, et prendre l'avenue d'Espagne D10F, en direction d'Egat. Après le magasin Skimium et la Conciergerie des Cimes, retrouver le balisage à gauche, en direction d'Odeillo-Via.



UNE FOIS ARRIVÉ À SAILLAGOUSE, OÙ DORMIR ?

Ces hébergements sont les plus proches des départs/arrivées,
d'autres solutions existent dans le village.

Hôtel Planes*** - +33 4 68 04 72 08

Hôtel le Crapahuteur - +33 4 68 04 08 57

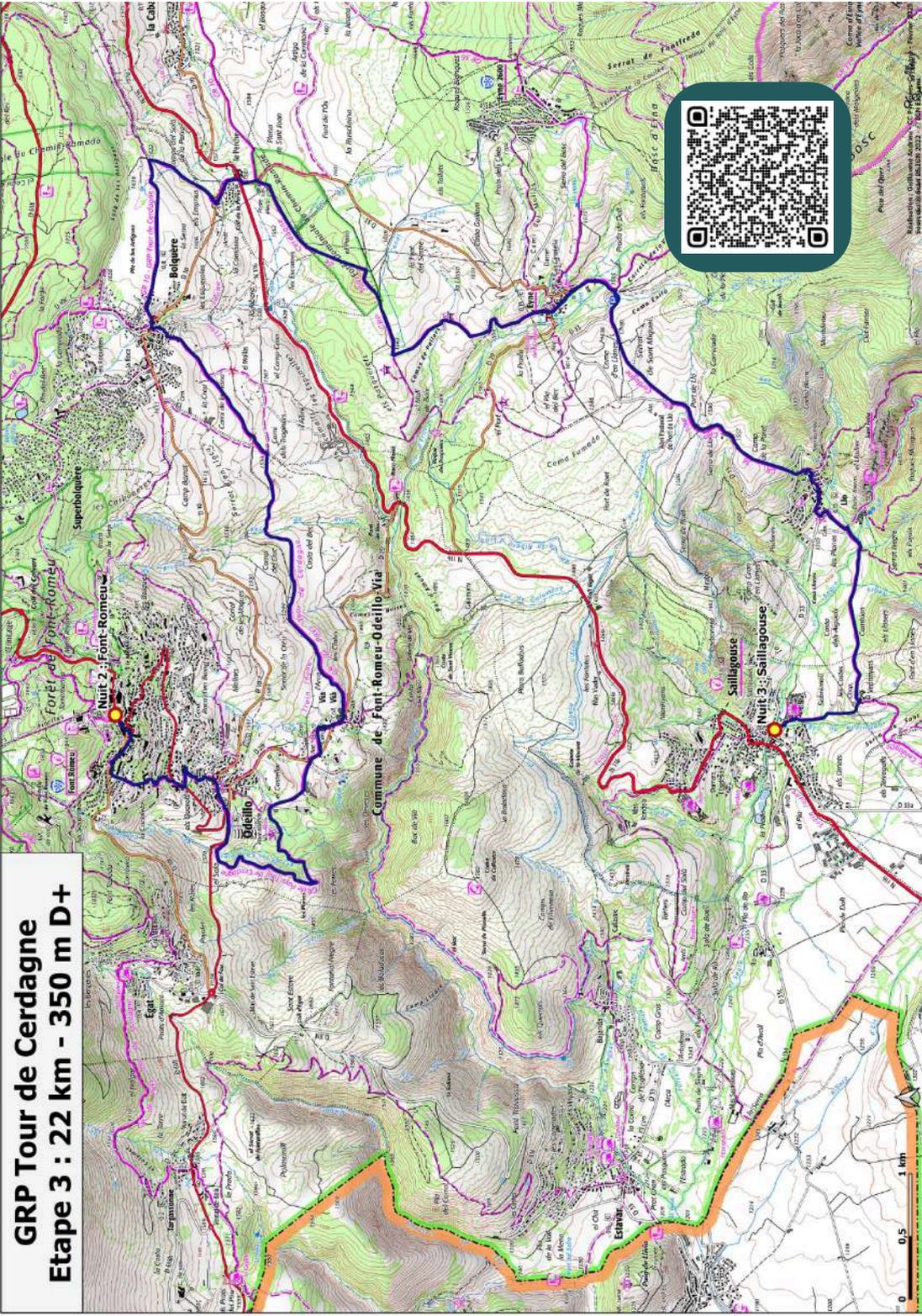
PRL Le Vedrignans - +33 4 68 04 04 79

Ces hébergements se trouvent dans le centre du village de Saillagouse. Pour vous y rendre, quitter le GRP et prendre le chemin de Vedrignans en direction de Saillagouse (10min de marche).



GRP Tour de Cerdagne

Etape 3 : 22 km - 350 m D+



ETAPE 4 : SAILLAGOUSE – ENVEITG

Cette dernière étape permettra de découvrir le panorama sur l'autre versant de la Cerdagne, et notamment le pic Carlit (point culminant des Pyrénées-Orientales à 2921m).

Elle permettra de mesurer le côté transfrontalier de cette grande plaine d'altitude, puisque vous traverserez deux fois la frontière et découvrirez la ville de Puigcerdà. Son profil majoritairement descendant fait de cette dernière étape une belle conclusion de cet itinéraire qui vous fera découvrir la Cerdagne à pied !



20 km



350m de dénivelé



5h45

DEPUIS VOTRE HÉBERGEMENT, OÙ TROUVER LE DÉPART ?

Depuis votre hébergement (hôtels dans le centre du village), rejoindre la mairie de Saillagouse, remonter le long du Sègre puis prendre le Chemin de Védri gnans (15 minutes de marche). Depuis le PRL le Védri gnans, prendre le chemin du même nom (10 minutes de marche).



Sainte-Léocadie



GRP Tour de Cerdagne



GRP Tour du Carlit

GRP TOUR DU CARLIT



Lac des Bouillouses

Le GRP Tour du Carlit est une magnifique escapade en pleine nature, au pied du point culminant des Pyrénées-Orientales (2921m). Cet itinéraire à parcourir en trois jours s'adresse à un public plutôt sportif, avec des portions qui peuvent être techniques et difficiles. Embarquez pour une immersion en pleine montagne, éloignée des villages et offrez-vous une déconnexion au cœur du plus haut massif des Pyrénées-Orientales.



Nous vous proposons un départ depuis la gare de Latour de Carol-Enveitg pour plus de confort.

Il est bien entendu possible de partir depuis Le lac des Bouillouses ou Porté-Puymorens, à votre convenance.

Aussi, le sens de rotation proposé permet d'apprécier au mieux les paysages et le niveau de difficulté, mais chacun peut adapter selon ses envies.



Départ : gare de Latour de Carol - Enveitg



Niveau sportif



3 jours - 2 nuits



50 km



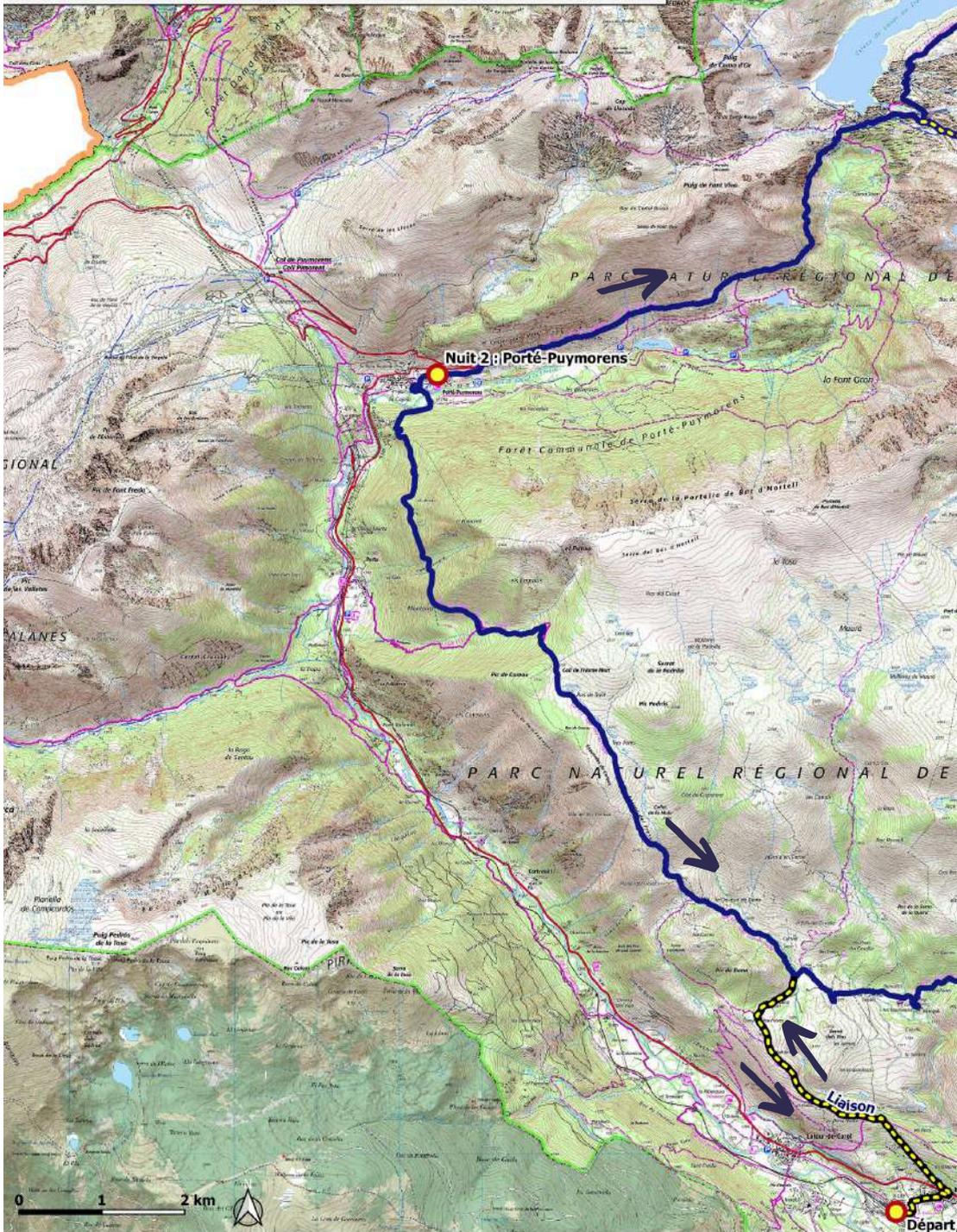
Balisage



À faire dans le sens
antihoraire

GRP Tour du Carlit

3 étapes - 50 km - 2 300 m D+





Variane sommet Carlit

Nuit 1 : Les Bouillouses

LES PYRÉNÉES CATALANES

PUIG ORIENTAL DE COLL ROIG

PUIG OCCIDENTAL DE COLL ROIG

LES PYRÉNÉES CATALANES

FORÊT DOMANIALE DE FONT-ROMEU

Commune de Font-Romeu-Odeilh

t/arrivée : Gare de Latour-de-Carol - Enveitg

Réalisation : Guillaume Andrieu - CC Pyrenées-Cerdagne - SIBW/Plaf 2025
Sources : © Scan 25 IGN 2022 - © IGN Espagne - © Ciudades Andorra

ETAPE 1 : ENVEITG – LAC DES BOUILLOUSES

Une première étape sportive qui vous permettra de découvrir un peu d'histoire de la Cerdagne, avant l'immersion en pleine nature. L'itinéraire passera d'abord dans le village de Dorres, connu pour ses bains d'eau chaude naturelle, ses maisons et ruelles en granit. Vous prendrez ensuite la longue vallée des Bouillouses, progressive et régulière pour arriver jusqu'au barrage et lac des Bouillouses. L'histoire de ce site emblématique est liée au développement du train jaune et l'avènement du tourisme en Cerdagne.



Départ : Gare Latour de Carol - Enveitg



22 km



1 000m de dénivelé



7h30



Balisage

DEPUIS LA GARE, OÙ TROUVER LE DÉPART ?

À la sortie de la gare, traverser l'Avenue de la Diada de Cerdagne pour monter la Rue du Carlitte. À l'intersection avec l'avenue du Puymorens, prendre à gauche et suivre ensuite le balisage rouge et jaune du GRP Tour de Cerdagne. Suivre ce GRP dans un premier temps puis à Béna, partir en direction de l'Est et suivre le GRP Tour du Carlit.



UNE FOIS ARRIVÉ AU LAC DES BOUILLOUSES, OÙ DORMIR ?



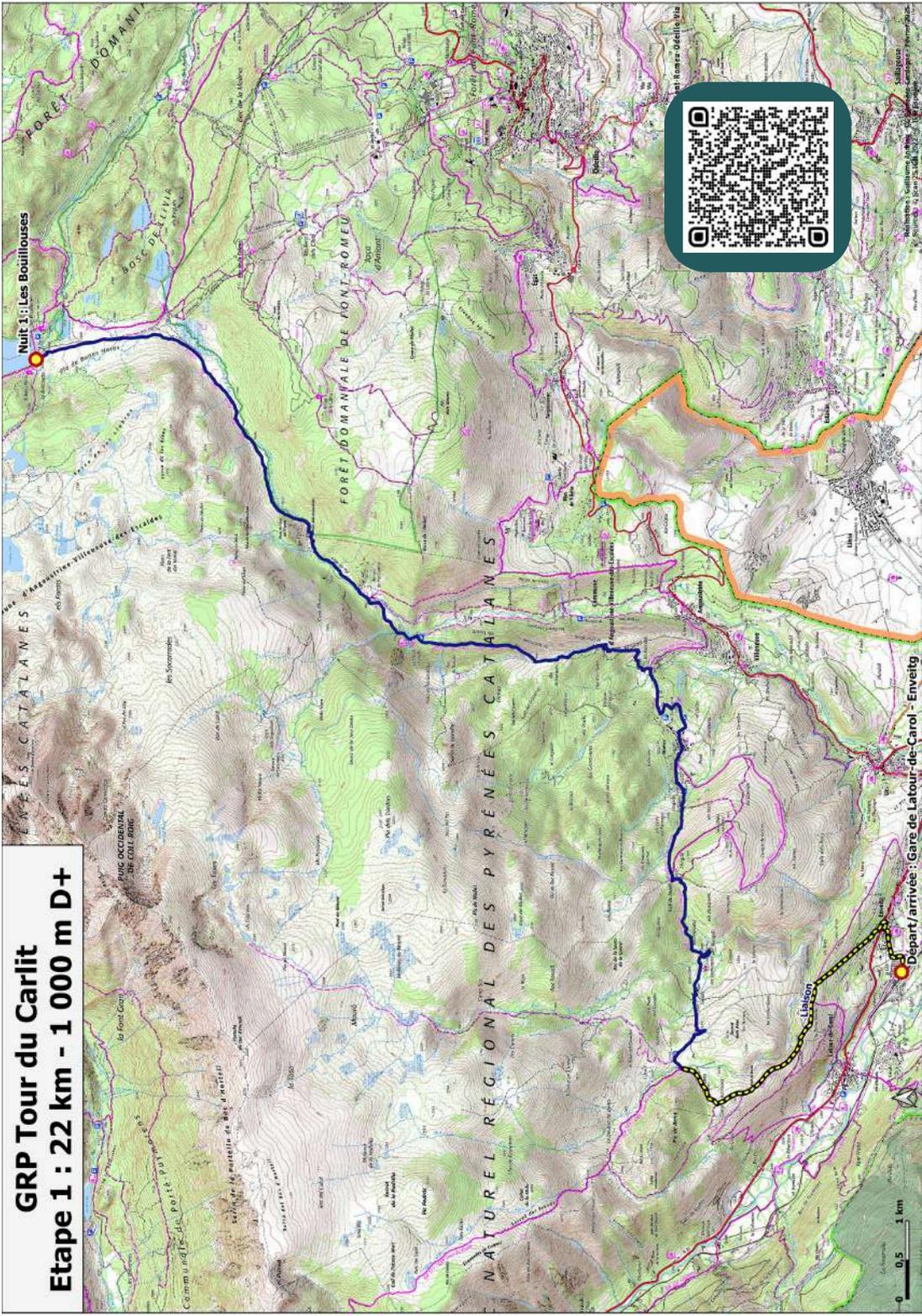
Hôtel des Bones Hores - +33 4 68 04 24 22

Refuge des Bouillouses - +33 4 68 04 93 88

Auberge du Carlit - +33 4 68 04 22 23

GRP Tour du Carlit

Etape 1 : 22 km - 1 000 m D+



ETAPE 2 : LAC DES BOUILLOUSES – PORTÉ-PUYMORENS

Cette deuxième étape spectaculaire vous laissera un souvenir inoubliable ! Au départ du lac des Bouillouses, vous rejoindrez la magnifique vallée de la Grave, où la Têt fait ses méandres à travers de belles prairies d'altitude. Arrive ensuite l'étang du Lanoux et ses panoramas ouverts sur les montagnes alentours, avant la redescente vers Porté-Puymorens, au cœur d'une nature sauvage et préservée.



VARIANTE

Pour les plus sportifs, il est possible de faire une variante sur cette étape, et gravir le Pic Carlit, point culminant des Pyrénées Orientales (2921m), d'où un panorama à couper le souffle vous attend.

Avec cette variante :

- 18 km
- 1100 m de dénivelé
- 7h30



UNE FOIS A PORTÉ-PUYMORENS, OÙ DORMIR ?

Ces hébergements sont les plus proches des départs/arrivées, d'autres solutions existent dans le village.

Résidence le Castel Isard*** -

+33 6 24 49 61 46

Gîte d'étape La Ferme d'En Garcie-

+33 4 68 04 95 44

Le Gîte de la Ferme d'En Garcie se trouve sur l'itinéraire. Pour rejoindre le Castel Isard, quitter le GR au niveau du croisement entre la route des Lacs et la rue du Village.

Rejoindre la place de la mairie, puis suivre la rue del Pescaïre, puis la route de la Vignole et enfin la Carrer Clos, toujours tout droit.

Au croisement avec la RN320, la traverser avec prudence pour arriver sur le parking de la station de ski, l'hébergement se trouve au bout.



GRP Tour du Carlit

Etape 2 : 21 km - 700 m D+

Variante Pic Carlit : 18 km - 1100 m D+



ETAPE 3 : PORTÉ-PUYMORENS – ENVEITG

Cette dernière étape courte mais intense offre une nouvelle journée en pleine nature ! Au départ du village de Porté-Puymorens, le sentier grimpe dès le départ dans la forêt. Une ascension constante qui permettra d'aller chercher de beaux panoramas. Une fois sur les hauteurs, la vue sur la vallée du Carol et le plateau cerdan offre un grand bol d'air. L'arrivée à Bèna se fait en douceur par un sentier en balcon, avant de redescendre au village d'Enveitg, en suivant, comme lors de la première étape, le GRP Tour de Cerdagne.



16 km



800m de dénivelé



5h30



Balisage

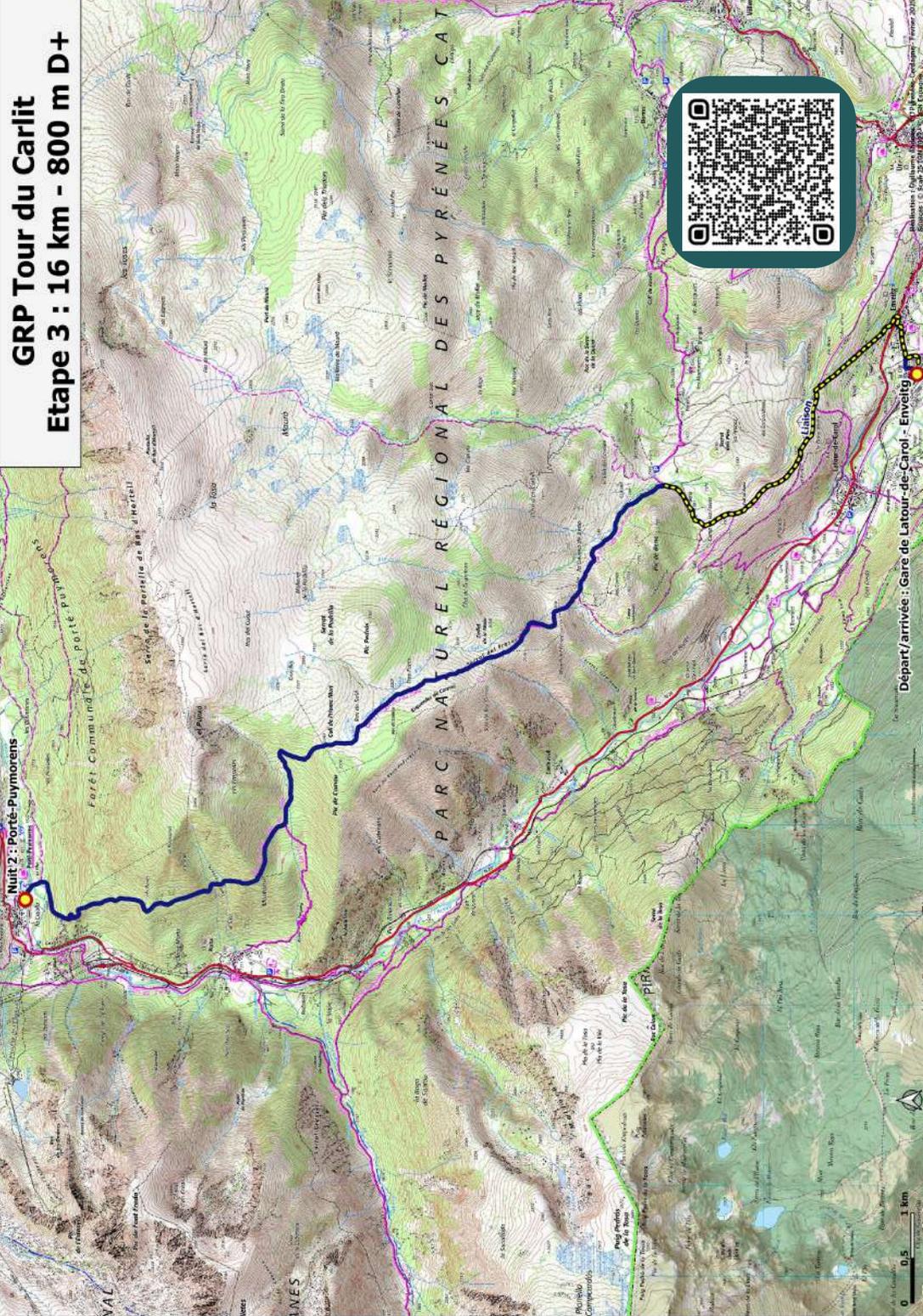
DEPUIS VOTRE HÉBERGEMENT, OÙ TROUVER LE DÉPART ?

Depuis le Gîte d'étape la Ferme d'En Garcie, l'itinéraire passe devant. Depuis le Castel Isard, traverser le parking de la station de ski, puis traverser la RN320 et remonter à gauche sur 50m. Prendre la Carrer Clos, qui devient la route de la Vignole. Au croisement, prendre à gauche la Carrer del Pescaïre, puis prendre à droite la Carrer de l'Aragno. Ici, vous retrouverez le balisage du GRP.



GRP Tour du Carlit

Etape 3 : 16 km - 800 m D+



Départ/arrivée : Gare de Latour-de-Carol - Enveitg

COMMENT VENIR ?

Il existe de nombreuses possibilités pour se rendre en Cerdagne. Toutefois, le territoire de Pyrénées-Cerdagne, engagé en faveur de la mobilité douce, vous encourage à venir jusqu'à chez nous en train, grâce aux différentes possibilités offertes depuis Toulouse, Barcelone ou Perpignan. Des accès directs, économiques et reposants pour débiter votre randonnée dans les meilleurs dispositions !



- Train de nuit depuis Paris Austerlitz - Arrivée à 10h15*
- Train TER depuis Toulouse - Arrivées à 10h30* et 12h30*
- Train depuis Barcelone - Arrivées à 9h30* 12h* et 15h*
- Train jaune depuis Villefranche-de-Conflent - Arrivée à 13h*

*Informations données à titre indicatif - A vérifier sur sncf-connect.com et rodalies.cat

Les horaires de train et bus ici :



Bus LiO depuis Perpignan - ligne 560

- RD66 depuis Perpignan - 1h45
- RN20 puis RN320 depuis Toulouse - 2h20
- AP-7 puis C-16 depuis Barcelone - 2h15



Porté-Puymorens

LES PROFESSIONNELS POUR VOUS ACCOMPAGNER DANS VOTRE SÉJOUR

Si vous souhaitez réaliser ces itinéraires en autonomie, c'est possible grâce aux traces GPX, accessibles gratuitement depuis les QR codes présents dans le document. Si toutefois vous préférez les conseils et l'expertise d'un accompagnateur en montagne, des professionnels de qualité sont à votre disposition pour vous guider sur ces beaux itinéraires. Une agence de voyage peut également vous accompagner pour organiser ce séjour sur mesure.

LES ACCOMPAGNATEURS EN MONTAGNE

AlpyPass :

+33 6 15 06 16 69

alpypass.com

Sensations Pyrénées:

+33 6 03 43 52 36

sensations-pyrenees.com

Rando équilibre 66 :

+33 6 87 58 29 71

randoequilibre66.com

Vivre la montagne :

+33 6 84 98 64 52

vivrelamontagne@hotmail.fr

Altitude Aventure 66 :

+33 6 21 42 47 65

vivrelamontagne@hotmail.fr

Frédéric Caminade :

+33 6 47 13 53 34

randonnees-pyrenees-sauvages.fr

Mayeulle Labonne :

+33 6 83 71 49 33

mayeulle@hotmail.com

Cap Cerdagne :

+33 6 89 90 40 41

d.enaud@yahoo.fr

Transpyr66 :

+33 6 11 87 85 12

transpyr66.com

Montagne sauvage :

+33 6 09 37 05 22

montagnesauvage.com

Le plein de Nature :

+33 6 33 40 64 84

lepleindenature.com

Xavier Ribas :

+33 7 89 94 44 17

astrorando@hotmail.com

Rando yoga :

+33 6 84 09 93 34

yoga-rando.fr

Gérard Lacaze-Buzy :

+33 6 66 79 22 45

canyoning-rando-pyrenees.fr

Florian Chausson :

+33 6 80 60 41 23

projet-pyrenees.fr

Itinéraire d'altitude :

+33 6 08 83 29 67

itinerairedaltitude@hotmail.fr

Philippe Prat :

+33 6 88 65 13 26

Xavier Chabane :

+33 4 68 30 03 84

lagriole@gmail.com

AGENCES DE VOYAGE

Feeling Pyrénées:

+33 6 17 70 54 94

feeling-pyrenees.com

TRANSPORTEURS DE BAGAGES

Montagne et Transport

+33 4 68 30 02 82

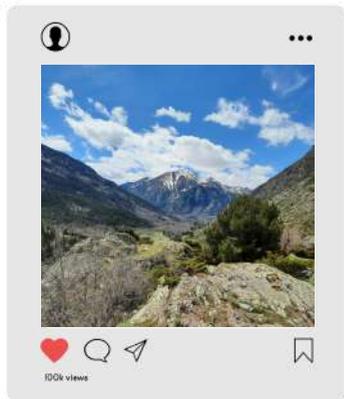
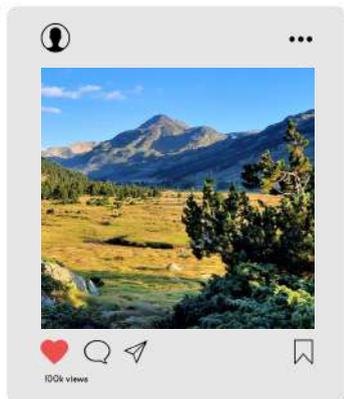
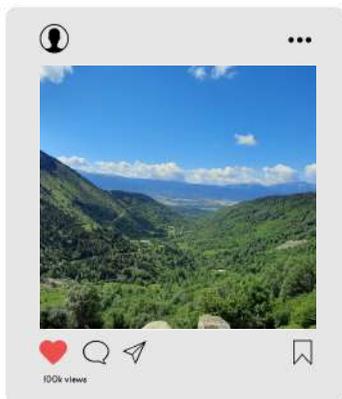
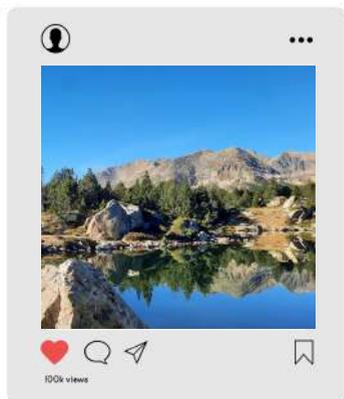
montagne-transport.com

TOUS NOS HÉBERGEMENTS ICI :



PARTAGEZ-NOUS VOS AVENTURES !

Partagez-nous vos plus belles photos sur les réseaux sociaux avec **#commeunairdecerdagne**



PROTÉGEZ LA NATURE !

Que la montagne est belle !

Campagne de sensibilisation aux pollutions
et aux bonnes pratiques en espaces naturels.



"Les histoires
de feu
finissent mal...
en général"



"Laissez-moi
pousser...
Laissez-moi"



"Il était
où, hein...
le Youki ?"



"Ne me
quitte pas"



"Simple
basique"



"Je vous parle
d'espèces
que les moins de
20 ans ne peuvent
pas connaître"



"Les papillons
en l'air
Et les fourmis
par terre"



"Reste
zen, zen, zen,
dans ta
Benz Benz Benz"



"Oh... j'vais tout casser
si vous touchez
au fruit de
mes entrailles"



"Ferme
la barrière
Djaja, y'a pas
moyen Djaja"



"Chacun sa route,
chacun son chemin,
passe le message
à ton voisin"



"Dépassé le
chacun pour soi,
quand je pense à toi,
je pense à moi"





OFFICE DE TOURISME PYRÉNÉES-CERDAGNE

1 place del Roser

66800 saillagouse

+33 4 68 04 15 47

pyrenees-cerdagne.com

