



Circuit n° 9
Du Mont Capell au Bois de la Ville
Distance : 27,6 km
Dénivelé positif : 870 m



Haut Vallespir
Espace VTT-FFC



Espace VTT-FFC Haut Vallespir



Informations Pratiques

Point d'accueil VTT-FFC :
Centre sports et loisirs de la Baillie
Route de la Baillie - 66150 Arles-sur-Tech
Tél. 04 68 39 37 82 - Fax 04 68 39 05 36
cslbv@wanadoo.fr - www.centre-baillie.com

Offices de Tourisme :
Amélie-les-Bains - Tél. 04 68 39 01 98
Arles-sur-Tech, Corsavy, Montferrer
Tél. 04 68 39 11 99
Prats-de-Mollo - Tél. 04 68 39 70 83
St-Laurent-de-Cerdans - Tél. 04 68 39 55 75

© 03/2012, Intertrac - 03 29 55 02 38 - Crédits photos: Intertrac

- 19** **7,850 km (0,200)**
GPS (N : 42°23.546 - E : 2°39.317)
R.A.S., puis passage momentané en Espagne sur 1 kilomètre.
- 20** **9,150 km (1,300)**
GPS (N : 42°22.949 - E : 2°39.376)
On atteint la borne frontière n°545 au Col de la Pedra Dreta. Début d'une portion de poussage/portage sur le sentier grim pant à droite.
- 21** **9,680 km (0,530)**
GPS (N : 42°23.123 - E : 2°39.092)
Fin de cette partie pédestre. Plonger alors à gauche sur du sentier trialisant, puis en bas (70 mètres plus loin), de nouveau à gauche sur du chemin plus roulant.
- 22** **11,400 km (1,720)**
GPS (N : 42°22.867 - E : 2°38.546)
Stop !! On reprend du sentier technique à droite. Attention : danger 50 mètres plus bas avec un rocher qu'il faut descendre à pied !!
- 23** **11,570 km (0,170)**
GPS (N : 42°22.795 - E : 2°38.515)
On reprend quelques instants du chemin plus roulant.
- 24** **11,770 km (0,200)**
GPS (N : 42°22.757 - E : 2°38.469)
Le chemin se termine dans une clairière. Partir alors sur le sentier de droite.
- 25** **11,820 km (0,050)**
GPS (N : 42°22.765 - E : 2°38.433)
Sentier tout droit.
- 26** **13,400 km (1,580)**
GPS (N : 42°22.933 - E : 2°37.592)
A droite, toujours en sous-bois.
- 27** **13,900 km (0,500)**
GPS (N : 42°22.991 - E : 2°37.247)
Le sentier finit par retomber sur la piste d'accès à un mas. Brève liaison dessus (50 mètres), avant de replonger à gauche dans la pente.
- 28** **14,250 km (0,350)**
GPS (N : 42°22.894 - E : 2°37.156)
Stop !! Descendre en épingle à droite.
- 29** **14,480 km (0,230)**
GPS (N : 42°22.942 - E : 2°37.033)
On rentre de nouveau dans St Laurent-de-Cerdans. Se laisser glisser alors sur le Cami de Puig Sec.
- 30** **14,650 km (0,170)**
GPS (N : 42°22.940 - E : 2°36.910)
Tourner en épingle à gauche sur la route qui mène à Coustouges.
- 31** **15,300 km (0,650)**
GPS (N : 42°22.647 - E : 2°37.175)
Prendre maintenant la D3a fléchée « Villeroge ».
- 32** **16,400 km (1,100)**
GPS (N : 42°22.135 - E : 2°36.981)
La pente s'accroît avec l'utilisation de la route d'accès au Domaine de Falgos.
- 33** **18,600 km (2,200)**
GPS (N : 42°21.871 - E : 2°35.770)
Arrivé à l'entrée du Domaine de Falgos, poursuivre maintenant l'ascension sur la piste forestière démar rant à droite.
- 34** **19,600 km (1,000)**
GPS (N : 42°22.119 - E : 2°35.797)
Toujours dans l'axe de la montée.
- 35** **20,350 km (0,750)**
GPS (N : 42°22.222 - E : 2°36.225)
Fin de l'ascension au niveau d'une esplanade forestière. Partir en face.
- 36** **23,500 km (3,150)**
GPS (N : 42°23.034 - E : 2°34.828)
La descente rapide se prolonge par un sentier technique qui démarre à droite au niveau d'un grand carrefour forestier.
- 37** **24,900 km (1,400)**
GPS (N : 42°23.051 - E : 2°35.613)
Stop !! Abandonner l'axe de cette descente rapide pour remonter à droite sur du sentier pendant quelques mètres.

- 38** **25,050 km (0,150)**
GPS (N : 42°23.027 - E : 2°35.704)
Il retombe ensuite sur du chemin à plat.
- 39** **25,450 km (0,400)**
GPS (N : 42°22.952 - E : 2°35.895)
On reprend le fil de la descente.
- 40** **26,250 km (0,800)**
GPS (N : 42°23.172 - E : 2°36.024)
Arrivée en vue des faubourgs de St Laurent-de-Cerdans, suivre le chemin de droite qui évolue en lisière de bois.
- 41** **26,600 km (0,350)**
GPS (N : 42°23.171 - E : 2°36.490)
Haut de côte. De nouveau un sentier en lisière de bois.
- 42** **26,900 km (0,300)**
GPS (N : 42°23.044 - E : 2°36.564)
Arrivée tout en bas du village, rouler sur les berges du Cami de les Fonts.
- 43** **27,160 km (0,260)**
GPS (N : 42°22.953 - E : 2°36.730)
En haut des marches, passer de l'autre coté du pont.
- 44** **27,300 km (0,140)**
GPS (N : 42°22.977 - E : 2°36.821)
Franchir un autre vieux pont depuis la placette de la Font d'en Magi. Grimper alors la Rue du Vieux Moulin. En haut de celle-ci, retour au point de départ du circuit (épingle à gauche).

Arrivée : Accueil Tourisme Saint-Laurent-de-Cerdans

Legende

- km cumulés (km parcourus)**
- Route goudronnée
 - Piste, Chemin, Sentier
 - Maison, Bâtiment
 - Point de vue
 - Arbre
 - Point d'eau
 - Église, Chapelle
 - Pont, Passerelle
 - Cours d'eau
 - * Case roadbook représentée sur la carte

Les Circuits VTT

Secteur d'Arles-sur-Tech

- 1 Boude de la Baillie**
Départ : Centre sportif de la Baillie - Distance : 6,2 Km - Dénivelé : + 100 m
- 5 El Moulinot**
Départ : Centre sportif de la Baillie - Distance : 10 Km - Dénivelé : + 250 m
- 10 La Station de Jacouty**
Départ : Centre sportif de la Baillie - Distance : 15 Km - Dénivelé : + 415 m

Secteur de Prats-de-Mollo-la-Preste

- 3 La Chapelle Ste-Marguerite**
Départ : Chapelle Ste-Marguerite - Distance : 12,750 Km - Dénivelé : + 315 m
- 7 Boucle des deux Catalognes**
Départ : Col d'Ares - Distance : 13,5 Km - Dénivelé : + 300 m
- 13 Version Free-Ride du N°17**
Départ : Col d'Ares - Distance : 31,3 Km - Dénivelé : + 750 / - 1530 m
- 17 Raid Transfrontalier**
Départ : Centre d'animations - Distance : 42,050 Km - Dénivelé : + 1530 m

Secteur de Montferrer - Le Tech

- 8 La Chapelle Sant Guillem**
Départ : Col de la Roue - Distance : 14 Km - Dénivelé : + 360 m

Secteur de Serralongue

- 11 De Serralongue à Falgós**
Départ : Parking Panoramique - Distance : 29 Km - Dénivelé : + 600 m

Secteur de Corsavy

- 12 La Ronde des Isards**
Départ : Camping - Distance : 20,2 Km - Dénivelé : + 800 m
- 14 Le Tour de la Souque**
Départ : Camping - Distance : 23,5 Km - Dénivelé : + 995 m

Secteur de St-Laurent-de-Cerdans

- 2 La Balade Verte**
Départ : Accueil Tourisme - Distance : 10 Km - Dénivelé : + 250 m
- 6 Le Chemin Bleu**
Départ : Accueil Tourisme - Distance : 11 Km - Dénivelé : + 310 m
- 9 Du Mont Capell au Bois de la Ville**
Départ : Accueil Tourisme - Distance : 27,6 Km - Dénivelé : + 870 m

Circuit n°9 - Accueil Tourisme de St Laurent-de-Cerdans

Bureau d'accueil Tourisme de St-Laurent-de-Cerdans ; Rue du Bac ; ND de la Sort ; La Creu d'en Joglar ; Coll del Noell ; Coll de Pedra Dreta ; Serra de Provadona ; El Ruig Sec ; D3a ; Route de Falgos ; Piste Forestière du Bois de la Ville ; Font d'en Grevolar ; El Moli ; Bureau d'accueil Tourisme de St-Laurent-de-Cerdans.

Distance : 27,600 km
Dénivelé positif : 870 m
Difficulté physique : ★★★★★
Technique : ★★★★★
Temps moyen : 2h40
Panorama : ★★★★★
Intérêt touristique : ★★★★★



Un tracé conçu comme un grand huit, qui arpente les cimes dominant le bassin de **St Laurent-de-Cerdans**. Il est réservé aux pratiquants sportifs et rompus aux profils montagneux. A noter enfin cette brève incursion en **Catalogne-sud**, histoire de souligner l'aspect transfrontalier de notre **Espace VTT-FFC**.



Départ : Accueil Tourisme Saint-Laurent-de-Cerdans

1 **Cap 10**
GPS (N : 42°23.005 - E : 2°36.910)
 Le départ du circuit s'effectue devant le bureau de l'Accueil Tourisme de **St Laurent-de-Cerdans**. Partir en direction du centre-ville, puis à l'angle du café emprunter la **Rue du Bac**.

2 **Cap 320**
0,150 km (0,150)
GPS (N : 42°23.085 - E : 2°36.906)
 Quitter cette rue au niveau d'une épingle pour prendre à gauche le **Carrer del Veinat de la Font**.

3 **Cap 290**
0,320 km (0,170)
GPS (N : 42°23.158 - E : 2°36.931)
 De nouveau à gauche au sommet de la rampe bétonnée, avant de descendre des escaliers 40 mètres plus loin.

4 **Cap 350**
0,570 km (0,250)
GPS (N : 42°23.140 - E : 2°36.818)
 Continuer à remonter vers le haut du village en épingle à droite.

5 **Cap 20**
0,900 km (0,330)
GPS (N : 42°23.316 - E : 2°36.765)
 On passe devant l'église **ND de la Sort**.

6 **Cap 80**
1,050 km (0,150)
GPS (N : 42°23.391 - E : 2°32.782)
 Quitter le village par la petite route qui s'élève progressivement au milieu des pavillons.

7 **Cap 160**
1,500 km (0,450)
GPS (N : 42°23.570 - E : 2°36.916)
 Fin du goudron. Poursuivre la montée à droite sur la piste la moins raide.

8 **Cap 20**
2,100 km (0,600)
GPS (N : 42°23.609 - E : 2°36.942)
 On abandonne l'itinéraire commun aux 3 circuits pour poursuivre la montée en épingle à droite.

9 **Cap 110**
2,350 km (0,250)
GPS (N : 42°23.618 - E : 2°37.118)
 On atteint l'esplanade de la **Creu d'en Joglar**. Continuer sur la piste principale en face.

10 **Cap 150**
2,650 km (0,300)
GPS (N : 42°23.561 - E : 2°37.349)
 Haut de côte avec un beau panorama à la clé. Se laisser glisser quelques instants sur l'asphalte.

11 **Cap 80**
2,850 km (0,200)
GPS (N : 42°23.463 - E : 2°37.372)
 Stop !! Ne pas se laisser griser par la descente afin de bien repérer l'amorce d'un sentier à gauche en sous-bois.

12 **Cap 110**
3,300 km (0,450)
GPS (N : 42°23.460 - E : 2°37.686)
 Le sentier grimpe raide face à la pente.

13 **Cap 110**
3,600 km (0,300)
GPS (N : 42°23.407 - E : 2°37.909)
 Brève liaison goudronnée au sortir du champ.

14 **Cap 70**
3,750 km (0,150)
GPS (N : 42°23.423 - E : 2°38.001)
 Commencer à remonter sur de la piste.

15 **Cap 60**
4,800 km (1,050)
GPS (N : 42°23.571 - E : 2°38.428)
 R.A.S.

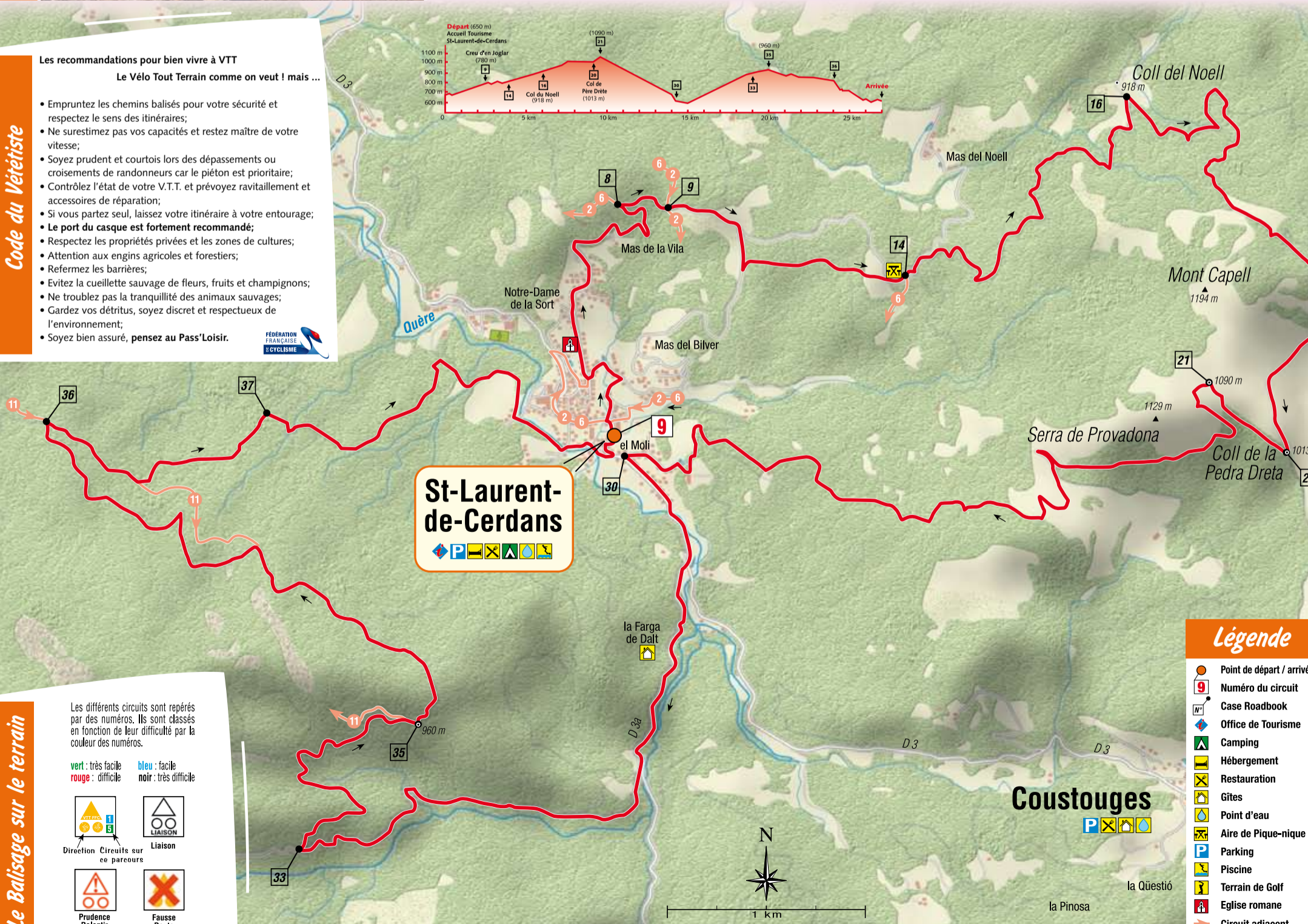
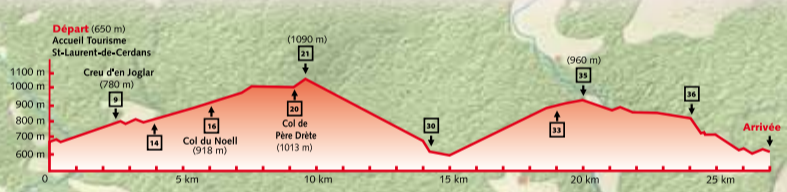
16 **Cap 110**
6,000 km (1,200)
GPS (N : 42°23.894 - E : 2°38.802)
 Au **Col de Noell**, poursuivre l'ascension par la droite.

17 **Cap 800**
6,850 km (0,850)
GPS (N : 42°23.918 - E : 2°39.128)
 Replat temporaire avant de remonter de nouveau sur de la piste 50 mètres plus loin.

18 **Cap 110**
7,650 km (0,800)
GPS (N : 42°23.594 - E : 2°39.198)
 Replat.

Les recommandations pour bien vivre à VTT

- Le Vélo Tout Terrain comme on veut ! mais ...**
- Empruntez les chemins balisés pour votre sécurité et respectez le sens des itinéraires;
 - Ne surestimez pas vos capacités et restez maître de votre vitesse;
 - Soyez prudent et courtois lors des dépassements ou croisements de randonneurs car le piéton est prioritaire;
 - Contrôlez l'état de votre V.T.T. et prévoyez ravitaillement et accessoires de réparation;
 - Si vous partez seul, laissez votre itinéraire à votre entourage;
 - **Le port du casque est fortement recommandé;**
 - Respectez les propriétés privées et les zones de cultures;
 - Attention aux engins agricoles et forestiers;
 - Refermez les barrières;
 - Evitez la cueillette sauvage de fleurs, fruits et champignons;
 - Ne troublez pas la tranquillité des animaux sauvages;
 - Gardez vos déchets, soyez discret et respectueux de l'environnement;
 - Soyez bien assuré, **pensez au Pass'Loisir**.



Le Balisage sur le terrain

Les différents circuits sont repérés par des numéros. Ils sont classés en fonction de leur difficulté par la couleur des numéros.

vert : très facile bleu : facile
 rouge : difficile noir : très difficile

Direction Circuits sur ce parcours Liaison Prudence Ralentir Fausse Route

Légende

- Point de départ / arrivée
- Numéro du circuit
- Case Roadbook
- Office de Tourisme
- Camping
- Hébergement
- Restauration
- Gîtes
- Point d'eau
- Aire de Pique-nique
- Parking
- Piscine
- Terrain de Golf
- Eglise romane
- Circuit adjacent