



CODE DE BALISAGE

	PÉDESTRE	ÉQUESTRE	VTT
BONNE DIRECTION	—	—	▲
CHANGEMENT DE DIRECTION À GAUCHE	↵	↵	◀
CHANGEMENT DE DIRECTION À DROITE	↶	↶	▶
MAUVAISE DIRECTION	✕	✕	✕
COULEURS DES BALISAGES PÉDESTRES	GR®	GRP®	PR

LÉGENDE DES CARTES



CHARTE DU RANDONNEUR



Rester sur les chemins et sentiers balisés.



Ne pas jeter de détritux, les emporter avec soi.



Tenir son chien en laisse aux approches des prairies et des estives.



Rester courtois avec les riverains des chemins et les autres utilisateurs de la nature.



Attention aux chiens de troupeau car ils sont là pour le défendre. Contourner le troupeau au large.



Tenir compte des consignes des chasseurs pendant les périodes de chasse traditionnelles.



Se montrer silencieux et discret, observer la faune, la flore sans la toucher.



Respecter les équipements d'accueil, de signalisation et de balisage.



Ne pas faire de feu et ne pas fumer dans les bois ou à proximité des lisières et des broussailles.



Respecter les autres pratiquants randonneurs, cavaliers et cyclistes.



Faire attention aux cultures et aux animaux.



Respecter les clôtures, refermer les barrières.

MONTFERRER DÉPART

DURÉE ET DISTANCE AR OU BOUCLE: 2h - 7,7 km 340 m DÉNIVELÉ

BALISAGE: [Icon of a cross and a yellow line] DIFFICULTÉ

STATIONNEMENT: [Icon of a P] AIRE DE STATIONNEMENT DU VILLAGE



PDF ET GPX



- Télécharger un lecteur QRcode sur votre smartphone.
- Flasher le code sur les fiches.
- Accéder au site de téléchargement



RECOMMANDATIONS

- Éviter de partir seul. Avertir un proche de son itinéraire.
- Ne pas se surestimer, repérer le parcours et le choisir en fonction de ses capacités physiques.
- Ne pas oublier la carte du secteur concerné (IGN Top 25 de préférence) ainsi qu'une boussole.
- Si possible, prévoir une solution de repli en cas de problème (refuge ou autre itinéraire)
- Éviter de partir par mauvais temps et adapter son parcours en fonction des saisons (orages violents l'été, avalanches ou printemps).
- En cas d'orage, éviter d'utiliser le téléphone et les appareils électriques, ne pas s'abriter sous les arbres.
- Emporter, même en été, des vêtements de randonnée adaptés à tous les temps, des chaussures de marche adaptées

au terrain et à ses pieds, un sac à dos, des accessoires indispensables (gourde, couteau, pharmacie, lampe de poche, boussole, chapeau ainsi que des bâtons de marche).

- Penser à prendre suffisamment d'eau, éviter de boire l'eau des ruisseaux.
- Se munir d'aliments énergétiques riches en protéines, glucides et fructose tels que des barres de céréales, pâtes de fruits, fruits secs...

Les parcours proposés étant susceptibles de modifications liés notamment à l'obtention de conventions de passage et aux éventuels changements de propriétaires, la seule responsabilité de la COMMUNAUTÉ DE COMMUNES DU HAUT VALLESPIR ne saurait être engagée.

NUMÉROS UTILES

	MÉTÉO	32 50
	SECOURS SAMU	112 15
	POMPIERS	18



PDF ET GPX

La Rando la Plus au Sud de France 28



Ligne de crête de la Coma Negra

LAMANÈRE

5h00 - 16,20km 920 m



P LAMANÈRE

Histoire et Patrimoine

N : 42°19'59 / E : 2°31'58...ça vous parle ? Il s'agit des coordonnées géographiques du point le plus au Sud de l'Hexagone situé sur le territoire communal de Lamanère. Un des fameux quatre points cardinaux, au même titre que Bray-Dunes pour le Nord, que la Pointe de Corsen à l'Ouest Bretagne ou encore Lauterbourg plein Est face à l'Allemagne. Mais contrairement aux trois autres lieux, ici pas de fin de terre plongeant direct dans l'Océan, la Mer du Nord ou le Rhin. Ce grand sud de France est perché là-haut dans la montagne pyrénéenne. Matérialisé par un totem, on le surprend à l'orée d'une hêtraie en ligne de crête, planté juste en contrebas du Puig de la Coma Negra (1554 m). Pas forcément « le bout du bout » donc, mais plutôt un passage de relais à nos voisins sud catalans où



la Baie de Rosas, le massif des Garrotxes d'Olot et le Pic de Costabona défilent en arrière-plan. L'inauguration le 21 Juillet 2012 de ce poteau symbolique a donné un coup de fouet à la rando pédestre dans le secteur, un but à atteindre avec en point d'orgue une course trail organisée chaque année ».

Q1 À voir en chemin



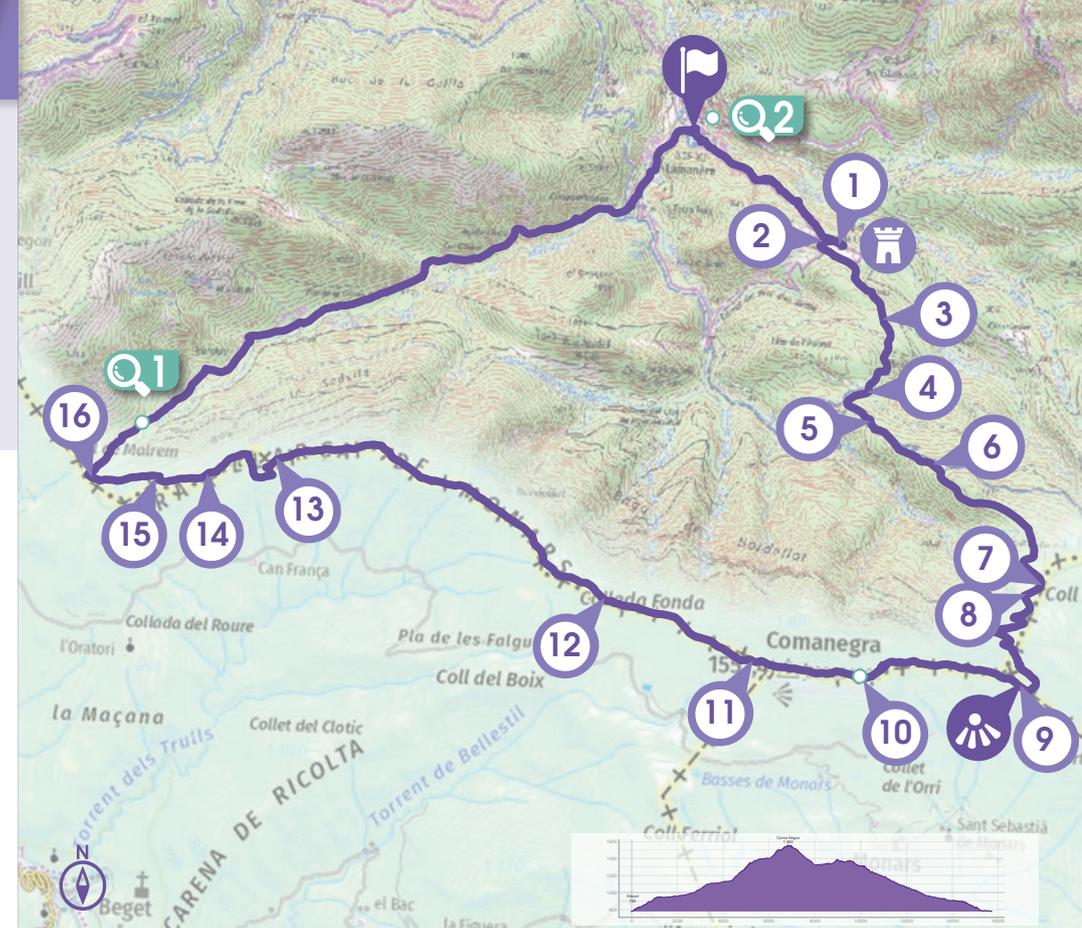
LAMANÈRE

Lamanère ou La Menara en Catalan : « La Minière » ; « Là où il y a une mine » par extension. Un filon qui fut découvert au XIV^{ème} siècle et riche en fer, cuivre, houille avec notamment une exploitation de plomb argentifère pendant 40 ans (de 1894 à 1934).



GRT 83

Passée la longue ligne de crête effilée de la Coma Negra, le retour dans la vallée s'effectue par le GRT 83. Un chemin de Grande Randonnée Transfrontalier, qui parcourt la Catalogne de Mataró à Prades.



Communauté de Communes du Haut Vallespir tous droits réservés

Licence IGN



Départ : Depuis le parking à la sortie de Lamanère (panneau Information Touristique). Repérer le départ du sentier et ses quelques marches à l'angle d'un garage (cap 110 balisage PR Jaune).



1,20 km : Bref aller-retour vers la chapelle S^{te} Cristina, avant de reprendre le fil du sentier.



1,45 km : Il rejoint un chemin carrossable à prendre par la gauche (cap 120).



2,15 km : Piste à plat : continuer dessus en face (cap 160).



2,50 km : Carrefour du Pla de la Llop : repérer vers la droite un chemin qui monte en sous-bois (cap 240).



2,80 km : Quittez-le pour du sentier sur la droite (PR Jaune / cap 180).



3,40 km : Empruntez une piste forestière par la droite (cap 160).



4,15 km : Coll de les Falgueres : même piste avec un virage à droite (cap 240).



4,50 km : Début de l'ascension de la Coma Negra par un layon de débardage sur la gauche (cap 180).



5,60 km : Pla de la Serra : suivre d'abord la crête à droite avant d'attaquer la pente terminale (cap 300).



6,65 km : Totem du point le plus au Sud de France. Le sentier qui évolue maintenant en sous-bois, juste en bord de forêt (cap 280).



7,30 km : Après avoir franchi la Coma Negra, basculer versant sud par une vire plutôt escarpée.



8,30 km : Arrivé à un col, bien repartir côté Nord en sous-bois (cap 320).



10,55 km : Replonger une dernière fois versant sud (cap 100).



11 km : On s'écarte de la clôture frontalière pour partir en biais à droite (cap 250).



11,40 km : Combe de la Collada Fonda : même direction sur un layon de débardage (cap 260).



11,80 km : Coll de Malrems / borne frontière n°521 : redescendre dans la vallée par le GRT83 (balisage blanc & rouge / cap 50)



16,20 km : FIN