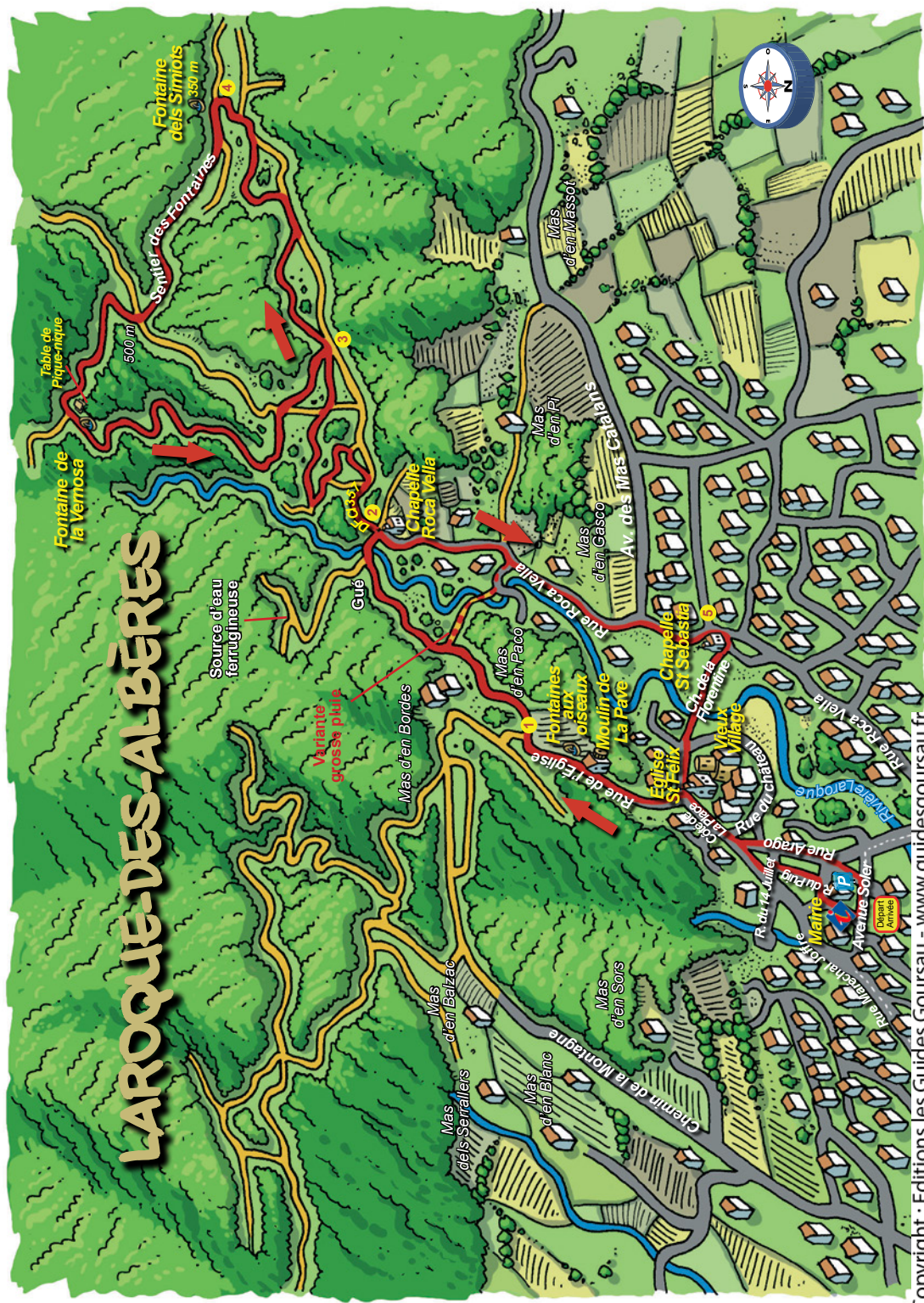


LAROQUE-DES-ALBÈRES



Copyright : Editions les Guides Goursau - www.guidesgoursau.fr

En balcon sur la plaine du Roussillon

LAROQUE-DES-ALBÈRES

DISTANCE :	10 km	TEMPS :	3h20
DÉNIVELÉ :	420 m	DIFFICULTÉ :	randonnée

Des chèvres sauvages ont élu domicile dans les chênaies et châtaigneraies, aux abords de fontaines à l'eau fraîche.

De la D618, nous gagnons le centre-ville et stationnons près de la mairie, à 100 m d'altitude. À l'office de tourisme proche nous prenons à gauche l'escalier, la placette de la Mairie, la rue du Puig, à gauche celle du 14 Juillet, puis à droite la rue du Maréchal Joffre qui débouche sur la place de la République ombragée par un puissant platane. Face à la curieuse église rectangulaire, voûtée, aux rares ouvertures, nous empruntons la rue de l'Église. Le balisage jaune sera pour un temps notre guide.

À la retenue d'eau nous partons à droite en suivant le canal. Nous quittons ensuite canal et balisage pour prendre à droite le gué sur la rivière de Laroque et déboucher sur une route en 2 goudronnée que nous suivons à gauche (après de grosses pluies, variante par la source ferrugineuse). Rapidement, le goudron fait place à la piste caillouteuse DFCI 357 qui longe les murs du village primitif et s'élève en lacets. Après le 4^{me} virage nous arrivons à un croisement de pistes en 3 que nous marquons d'une pierre.

Nous partons à droite sur la piste mi-ombragée qui domine le village et la plaine. Dans la châtaigneraie, à la fontaine dels Simiots, ces hommes-singes qui seraient venus d'Arles sur Tech, nous sommes à 350 m d'altitude. Nous quittons la piste pour grimper en 4 sur la gauche le sentier sous roche abrite-t-il toujours les simiots ? Lorsque nous coupons un sentier sur une croupe, nous atteignons à 500 m d'altitude le point culminant de la randonnée.

Le sentier descend en pente douce dans les chênes verts et chênes-lièges. De vieux murs, d'anciennes aires de charbonniers, des points de vue sur la vaste plaine du Roussillon, nous coupons un ravin, profitons de la table de pique-nique ombragée, partons à gauche sur la piste et nous rafraîchissons à la fontaine de la Vernosa, ce lieu encore planté d'aulnes et fréquenté par sangliers et renards.

Nous descendons la piste blanche réalisée par Pierre Buffaut en 1860 pour permettre

le reboisement en pins des Hautes Albères après le travail des charbonniers. La piste, souvent pierreuse, offre des vues sympathiques sur la rivière qui coule en contrebas. Nous espérons rencontrer le troupeau de chèvres sauvages en ces lieux après. Nous refermons soigneusement la barrière et retrouvons le croisement que nous avons marqué d'une pierre, puis, plus bas, la route goudronnée. Sur notre gauche, la chapelle squelettique Roca Vella, dont l'abside est surmontée d'un donjon, date des XI^e et XII^e siècles.

La vue sur le village historique, enserré dans les hautes fortifications, est magnifique. À la chapelle restaurée Sant- Sebastia, sur la droite en 5, le chemin de la Florentine traverse les jardins, franchit la rivière, escalade la rue du Château et joint la place de la République. Par la rue Arago, nous gagnons le parking.



En vente en librairie ou sur www.guidesgoursau.fr

Copyright : Editions les Guides Goursau - www.guidesgoursau.fr

Pour vous accompagner dans vos balades et randonnées,
Les Guides Goursau vous proposent de télécharger l'application :

Pyréénées sommets

Télécharger dans
l'App Store

ANDROID APP ON
Google play

PICS, COLS, LACS, REFUGES, VILLAGES, CHAPELLES, ATTRACTIONS, ETC.



De la Méditerranée à l'Atlantique, plus de 4000 sommets pyrénéens en France et en Espagne affichés en réalité augmentée. Fonctionne même sans couverture réseau grâce au GPS.

G LES GUIDES GOURSAU
www.guidesgoursau.fr

CONSEILS PRATIQUES

DIFFICULTÉS DES RANDONNÉES

Promenade : Tout public même les jeunes enfants de 6 ans. De 2h à 3h de marche pour un dénivelé inférieur à 100 mètres.

Balade : Tout public et aussi les jeunes enfants. Accessible aux personnes aimant marcher, même si elles ne sont pas très sportives. De 1h45 à 3h15 de marche. Dénivelée comprise entre 170 et 180 mètres.

Randonnée : Ces itinéraires sont déconseillés avec de très jeunes enfants. De 250 à 580 mètres de dénivelé pour des temps de marche compris entre 2h30 et 5h20.

AVANT DE PARTIR

Que vous partiez pour deux heures ou pour la journée, un minimum de matériel s'impose : nous vous conseillons de choisir des chaussures de randonnée légères, crantées et qui tiennent bien la cheville. Dans un sac à dos, pensez en priorité à emporter de l'eau en quantité suffisante, surtout pendant les grosses chaleurs d'été. La casquette et les lunettes de soleil, la crème solaire sont aussi des protections indispensables contre les insolation. Prévoyez un vêtement de pluie, un vêtement chaud, de quoi grignoter en cas de fringale et bien sûr le pique-nique si vous partez pour la journée (attention au poids du sac !).

Renseignez-vous sur la météo avant de partir : **08 92 68 02 66**

SUR LES SENTIERS

Le chemin peut ne pas être balisé mais il a été sélectionné pour son niveau de sécurité et sa propreté. Quitter le sentier peut s'avérer dangereux avec le risque de se perdre, alors soyez très vigilants et ayez toujours un œil sur vos enfants.

Vous allez traverser de très beaux paysages avec une flore riche en diversité, avec des espèces rares et protégées que nous vous remercions de ne pas couper ou piétiner. Admirez les fleurs au lieu de les cueillir. De même, les espaces que vous allez visiter sont aussi des lieux de vie et de travail : respectez les vignes et les cultures, n'arrachez ni plants, ni ceps, ramenez systématiquement vos déchets et surtout n'allumez aucun feu et ne jetez pas de mégots.

Soyez discrets, d'une part pour avoir la chance d'observer des animaux, d'autre part pour respecter la tranquillité des lieux et des promeneurs.

SÉCURITÉ

Renoncez au projet envisagé si la météo est défavorable ou la forme défaillante. Choisissez une balade adaptée à votre condition physique et à celle des personnes qui partent avec vous. Des arrêts fréquents sont fortement conseillés; prenez le temps de flâner, d'admirer le paysage et buvez régulièrement par petites gorgées pour éviter la déshydratation, surtout avec des jeunes enfants.

Évitez de partir seul, et si c'est le cas indiquez votre itinéraire à des proches.

Le téléphone portable, à condition de ne pas en abuser, peut être d'un réel secours. En cas de problème, composez le 112.

La pratique du sentier pédestre proposé dans cette fiche reste sous votre propre et entière responsabilité et ni les auteurs ni l'éditeur ne sauraient être tenus pour responsables des accidents qui résulteraient de l'utilisation de cette fiche..

EN VENTE
en librairie ou
sur www.guidesgoursau.fr

15 balades
et randonnées
en Côte Vermeille.
Un choix des
plus beaux sites
à découvrir
en famille
ou entre amis.

