

# GRAND TOUR DU COSTABONA



Le **Grand Tour du Costabona** (Gran Volta al Costabona) est un itinéraire de 31 km, proposé pour être fait en deux jours. Il parcourt une grande zone qui inclut presque tous les milieux présents dans le **Parc Natural des Capçaleres del Ter i del Freser** et dans la **Réserve Naturelle de Prats-de-Mollo-la-Preste** : la ripisylve, le fond de vallée, les forêts de hêtres et de pins, les prairies alpines ou un sommet, parmi plein d'autres. Pour cette raison, la diversité de la faune et de la flore à observer est remarquable. Finalement, l'itinéraire permet de profiter d'un des plus beaux paysages des Pyrénées-Orientales, de la mer jusqu'aux Pyrénées cerdanes, avec la présence imposante du Massif du Canigó.

Le parcours a deux points de référence, les deux refuges, qui peuvent être, l'un ou l'autre, le début de la traversée. Si vous commencez depuis le versant français, le **Refuge des Conques** sera le point de départ et vous marcherez vers le sud, du côté est du Costabona. Si vous commencez depuis le versant catalan, le **Refuge Els Estudis** sera le point de départ et d'arrivée, et vous marcherez grossièrement vers le nord, du côté ouest du Costabona.

## Recommandations

- Évitez de partir seul.
- Avertissez vos proches de votre itinéraire.
- Ne vous surestimez pas, repérez le parcours et choisissez-le en fonction de vos capacités physiques.
- N'oubliez pas la carte du secteur concerné (IGN Top 25 de préférence), une boussole.
- Si possible, prévoyez une solution de repli en cas de problème (refuge ou autre itinéraire).
- Évitez de partir par mauvais temps et adaptez votre parcours en fonction des saisons (orages violents l'été, avalanches au printemps). En cas d'orage, évitez d'utiliser le téléphone et les appareils électriques, ne vous abritez pas sous les arbres.

## Equipements

- Emportez, même en été, des vêtements de randonnée adaptés à tous les temps, des chaussures de marche adaptées au terrain et à vos pieds, un sac à dos, des accessoires indispensables (gourde, couteau, pharmacie, lampe de poche, boussole, chapeau) ainsi que des bâtons de marche.
- Pensez à prendre suffisamment d'eau, évitez de boire l'eau des ruisseaux. Munissez-vous d'aliments énergétiques riches en protéines, glucides et fructoses tels que des barres de céréales, pâtes de fruits, fruits secs... etc

## Infos pratiques

Charte du randonneur:

- Rester sur les chemins et sentiers balisés
- Ne pas jeter de détritrus, les emporter avec soi
- Respecter les clôtures, refermer les barrières
- Rester courtois avec les riverains des chemins et les autres utilisateurs de la nature
- Faire attention aux cultures et aux animaux
- Se montrer silencieux et discret, observer la faune, la flore sans la toucher
- Tenir compte des consignes des chasseurs pendant les périodes de chasse traditionnelles
- 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

# GRAND TOUR DU COSTABONA



## SENS SUD-NORD (versant ouest du Costabona)

### Itinéraire sud-nord:

C'est l'itinéraire le plus long, avec une distance et un dénivelé majeurs.

C'est aussi l'itinéraire qui traverse le plus de diversité de paysages et d'habitats.

**Distance:** 17,31 km

**Dénivelé positif:** 1481 m

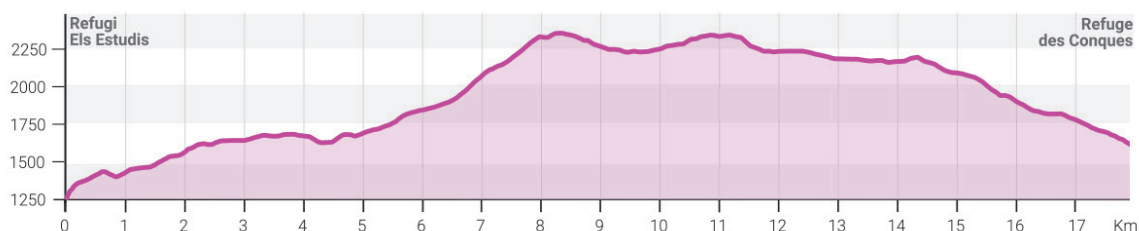
**Point le plus haut:** Sommet du Costabona (2464m)

### Points d'eau:

Source de Fra Joan, au flanc du Costabona, près du refuge libre du même nom,  
Sources du Tec, qui ont une eau tout juste sortie de terre.

### Pour s'abriter en cas de mauvaise météo:

- Refuge libre du Costabona (2168m),  
à mi-flanc de la montagne, près de la Source de Fra Joan. Construction en dur.
- Refuge libre de la Portella de Rojà (2377m),  
juste avant d'arriver à la Portella (versant sud). Construction métallique.



### Refuge d'Espinavell

Le bâtiment d'Els Estudis date de 1936, quand il y a eu le déménagement de l'ancienne école d'Espinavell à ce nouvel endroit. Il a été construit par les habitants eux-mêmes, avec des journées de prestation. Il était à l'origine d'un seul niveau et a été fonctionnel jusqu'à la fin des années 60. De manière à mieux en profiter, un deuxième étage a ensuite été construit pour y mettre des lits superposés et pouvoir héberger des groupes. Mais ce n'est qu'en 2013 qu'il fut vraiment restauré et depuis, il est ouvert comme refuge communal.

Espinavell est un petit village de montagne sur le flanc de Coll Pregon, à 1250 m d'altitude ; il se trouve dans la partie nord-orientale de la comarca du Ripollès et fait partie de la commune de Molló. Frontière naturelle et historique entre les terres catalanes et françaises (village de Prats-de-Mollo-la-Preste, Haut

Vallespir), son relief est varié et riche en sommets, crêtes et ruisseaux, avec la source de la rivière Ritort, affluent du Ter à hauteur de Camprodon. Comme toute la vallée, émaillée de villages et de hameaux à proximité des cours d'eau, cette zone a une large tradition rurale.

Des le refuge, nous montons la rue d'Avall jusqu'à l'église "de la Mare de Déu de les Neus"; la Madone des Neiges. Ce bâtiment de style rustique avec une plante de la croix latine, une chapelle latérale, un abside semi-circulaire et un clocher carré attachée, a été construite au XVIIe siècle. Il est compris dans l'inventaire du Patrimoine Architectural de la Catalogne. L'église donne nom et lieu au village et elle est le point central. Autour d'elle des maisons se sont organisées aux quatre principales artères, appelées simplement selon son orientation en ce qui concerne les points cardinaux : rue d'Ença (l'ouest), rue d'Enllà (l'est), rue d'Amunt (le nord) et rue d'Avall (le sud).

# GRAND TOUR DU COSTABONA

SENS SUD-NORD (versant ouest du Costabona)



## Chapelle de la Mare de Déu de les Neus

On va tout droit par la rue d'Avall jusqu'à les dernières maisons du village. À la dernière maison Nous prenons le chemin en suivant les balisages du GR (rouge et blanc), on traverse un filet de bétail, "pas d'home".

Après quelques virages, le chemin mène à une piste de terre, dans une zone ouverte où une pléthore de genêts, signe non équivoque qu'il s'agit anciennes terres agricoles actuellement abandonnées. On continuera à monter, maintenant pour cette piste. Quelques virages et après 120 mètres plus haut on trouvera un croisement de pistes. À ce point, nous quittons le GR, qui se dirige à droite en direction vers le Coll Pregón, et on continuera pour celle qu'on allait. À notre gauche il y a des frênes, ces arbres ont été souvent plantés par les agriculteurs en raison de leur bois qui on en retire beaucoup de bénéfices : son bois a une grande flexibilité et est très résistante, il ne se brise facilement, elle servait traditionnellement à fabriquer des manches d'outils, ses feuilles servent de nourriture au bétail et leur écorce et déliants ont des vertus médicinales, comme anti-inflammatoire, diurétique et laxatif.

Quand nous arrivons à un mur en pierre sèche, sur la droite, il faut prendre un chemin qui nous mène au Pedró de Sant Joan, qui garde et qui est le protecteur du peuple. Plus tard, nous arriverons à un nouveau carrefour de pistes. Celui de droite va vers le haut du Coll de Roures, un espace ouvert où il y a élevage de bétail. Il faut aller tout droit, pour le chemin plus facile qui continu sur la gauche et a une vingtaine de mètres plus tard il faut la quitter pour prendre le chemin qui va vers la droite. On est au chemin de Maçanells.

Pour une bonne partie de route, nous suivons un mur en pierre sèche très bien préservé que nous avons sur notre droite, un peu au-dessus de nous. Ces constructions ont été faites sur les bouviers afin de séparer le bétail qui passait des champs adjacents. Ces murs sont très importants parce qu'ils agissent comme un refuge pour la faune et aussi comme un lieu de nidification, c'est le cas du passe-reau, un petit oiseau qui fait son nid dans des cavités tels qu'on peut trouver dans les murs de pierres sèches. Aussi, on peut trouver sur ces murs de pierres sèches une sorte de végétation typique des zones rocheuses comme l'herbe picotera ou polypodie, une petite fougère des endroits humides.

Un filet ne nous barre pas, au moment où nous sommes sur terres communales. Vous devez l'ouvrir pour continuer le chemin. N'oubliez pas de fermer tous les grillages électriques que vous ouvrez à votre pas. Juste de l'autre côté du filet il y a un grand banc en bois et une passerelle qui nous fait plus facile le pas vers cette zone plus trempé. Plus tard, quand nous avons arrivons dans le trou, nous trouvons un autre pont qui enjambe le petit ruisseau de Maçanells et un banc juste au-dessous d'une épinette. De ce point, le chemin sera un sentier qui monte tout d'abord pour les rochers pour continuer parmi une forte montée par des zones d'anciens pâturages, actuellement envahi par le genêt et le genévrier. Le genêt est une plante qui est le premier à coloniser des champs abandonnés, ainsi que d'autres arbustes tels que le genévrier. Une autre constatation de la perte de l'agriculture et de l'élevage dans ces territoires de montagne. Les anciens pâturages et les terrasses d'exploitations se transforment progressivement en des zones fourrées et après des forêts. En fait, la majorité des forêts que l'on peut observer dans la vallée est relativement jeune (moins de cent ans) et est le résultat de cet abandon de la terre. Ces arbustes sont un habitat idéal de certains oiseaux tels que "les coxes" et les pinsons ou une qui, dans ces domaines trouvent des insectes qui leur servent de nourriture.

Il faut toujours suivre vers le Nord, en laissant les sentiers de vaches qui nous traversent perpendiculairement. En grimant, les buissons disparaissent pour faire place à des zones plus ouvertes où le chardonneret et le chardon fausse carline abondent, deux espèces de chardons très abondantes dans les zones de pâturages ouverts. Nous atteignons le coll des Maçanells, au sommet de la crête, là où nous retrouvons les balisages du GR.

## Coll de Maçanells

Le coll de Maçanells est un espace ouvert avec une riche végétation qui comprend plusieurs orchidées visibles pendant les mois de juin et juillet. La période de floraison dans ces climats froids est généralement courte et les plantes se sont spécialisées dans les formes et les couleurs vives pour attirer les insectes et assurer la pollinisation.

Vous devez suivre le sentier de la crête, maintenant une piste, souvent boueuse, dans la direction nord-ouest, à gauche. Ce chemin traverse des pâturages ouverts avec des bois de pins noirs. Nous atteignons Coll Pany, une grande prairie. À ce point, il faut être très attentifs et continuer toujours tout droit, en

# GRAND TOUR DU COSTABONA

SENS SUD-NORD (versant ouest du Costabona)



suivant les balisages du GR qui nous mènera au fond du col, où nous trouverons un ensemble de chemins parallèles faits par les vaches, entre deux masses de forêts de pins noirs, qui tombent rapidement au Col de Siern. C'est un point de référence de la crête où plusieurs chemins se trouvent et traversent la frontière.

Après le col, nous continuons à grimper, maintenant à travers d'un sentier qui pénètre dans les pinèdes et s'ouvre de temps en temps dans des espaces ouverts de pâturage.

La présence de pinèdes noires définit l'étage sub-alpin et on peut la trouver dans différents environnements : zones ombragées fraîches, soulanes rocailleuses, crêtes et même tourbières. Il peut être limitrophe des zones de hêtre et de pin sylvestre. Il est très résistant aux conditions climatologiques extrêmes, comme la présence de neige, les gelées persistantes et les forts coups de vent. Son aspect peut varier en fonction des conditions dans lesquelles il se trouve, on peut trouver des exemplaires de tronc haut et droit qui forment des forêts bien protégées du vent, et des exemplaires solitaires avec une forme tordue et presque collés au sol dans les zones de forte exposition au vent. Souvent on trouve des communautés végétales de pins à crochets avec du rhododendron, buis, genévrier, myrtille et diverses plantes herbacées et mousses.

La faune associée à cet habitat est diverse et à faible altitude est similaire à celle que l'on trouve dans les forêts de l'étage montagnard (souris, campagnols, petits carnivores, sanglier, chevreuil...). Il y a une grande variété d'invertébrés omnivores et détritivores, comme la fourmi rousse et nombreuses espèces de scarabées et papillons qui s'alimentent du pin. Il y a aussi une grande abondance d'oiseaux, certains très caractéristiques, comme le grand tétras, la chouette de Tegmalm, le merle à plastron, le roitelet huppé ou le grimpereau des bois.

Nous suivons toujours les balisages du GR. Dessous nous, on peut voir le Pla del Turon et plus tard la Roca del Turon. Sous la roche il y a la mine Turon, d'où sont extraits différents matériaux ferreux et surtout Molybdène artisan. Datée de 1889, il n'y a actuellement qu'une galerie à moitié en ruine, bien que dans la région il y ait une grande zone avec des débris.

Géologiquement, la région de Costabona est riche en minéralisations rares. C'est parce qu'il se trouve

dans une zone d'intrusion de roches ignées pénétrant dans les fissures et que, en raison de leur température élevée, ils métamorphosent les roches qui les entourent. Ce type de phénomène s'appelle skarn. Les premières opérations minières ont été réalisées à la fin du XIXe siècle dans le but de trouver de l'arsenic, mais contrairement aux mines de Queralbs ou de Setcases, on n'y a pas trouvé. D'autre part, il y avait d'autres métaux rares tels que le zinc et surtout le wolfram et le molybdène, des métaux considérés d'hautes intérêts militaires puisque on permettait des alliages et de renforcer l'acier pour la fabrication d'armement.

Maintenant, sortis de la forêt et au milieu des prairies, vous vous trouvez environ à 2000 m d'altitude. Les arbres sont derrière vous et le peu d'arbustes que vous trouverez sont de plus en plus petits et bien adaptés aux dures conditions climatiques de froid, neige et vent ; vous êtes dans la zone alpine. Celle-ci est l'habitat d'oiseaux comme le traquet motteux, le pipit spioncelle ou l'alouette des champs qui cherchent leur nourriture dans les prairies. Le sentier est de plus en plus raide, jusqu'à être pratiquement à la verticale.

Devant vous vous pouvez voir le Costabona, prochain objectif. Plus loin vous profiterez de nouvelles vues, avec le massif du Canigó en toile de fond - le pic lui-même s'entrevoit juste - et les Esquerdes de Rojà.

De ce point vous pouvez aussi observer le versant sud-est du Costabona, dans le Vallespir, la piste en zig-zag qui montait aux anciennes mines. Ces mines furent très exploitées pendant les années 30 et 40 du siècle dernier, surtout pendant la Deuxième Guerre Mondiale, par les militaires allemands. Lesquels installèrent des rails pour transporter les wagonnets avec le précieux wolfram. Ce métal est très résistant et on l'utilisait pour la construction des tanks et cuirassés.

## Crête du Costabona

Après la forte montée, vous arrivez à la crête qui descend du Costabona, juste au point où l'on trouve une marque verticale jaune. Devant vous vous pouvez voir le refuge non gardé du Costabona, situé juste au dessus de la mine de Fra Joan. Aujourd'hui fermée, cette petite mine d'une unique galerie était jadis exploitée pour le molybdène (comme la mine Turon). Une fois abandonnée et avant l'existence de l'actuel

# GRAND TOUR DU COSTABONA

SENS SUD-NORD (versant ouest du Costabona)



refuge, elle était utilisée comme abri et peut être pour y cacher maquisards et contrebandiers ("estrapelistes") qui fréquentaient ces terres frontalières.

Avancez vers la droite en montant en direction du sommet, tout en laissant le sentier du Coll del Pal qui part tout droit et qui contourne les Terrelleres, un pierrier chaotique qui se détache du Costabona. Si vous avez du mauvais temps, sur ce chemin il y a le refuge non gardé du Costabona, un abri à ne pas oublier. Plus haut, vous arrivez au Pla de la Serra, où il n'y a plus de végétation, à l'exception de quelques herbes et buissons, et commence là le spectacle de roches ferrugineuses et verdâtres. Au Pla de la Serra, y convergent les chemins de transhumance des troupeaux. Reposez-vous un peu pour retrouver le souffle et profiter de la vue.

Continuez à monter, dans ce paysage presque lunaire. Vous trouverez un ensemble de pieux avec la pointe jaune qui vous conduiront vers le sommet. Si vous les perdez, il faut seulement regarder en haut et continuer à marcher. La récompense sera une vue incomparable après avoir fait plus de 1200 m de dénivelé.

## Sommet du Costabona

Un bon moment pour pique-niquer!

Atteindre ce mythique sommet de 2465 m, à cheval entre la vallée du Ter (Ripollès) et du Tec (Haut Vallespir), nous offre des vues merveilleuses. Au nord vous observez le Canigó, à l'ouest le cirque d'Ulldeter (Pic du Géant et Gra de Fajol) et à l'est la baie de Roses et la plaine du Rosselló.

D'ici vous pouvez observer tout l'itinéraire que vous ferez par la Coma del Tec jusqu'aux Esquerdes de Rojà. L'absence d'arbres fait que tout le circuit nous apparaisse très clairement. Quand vous aurez repris des forces et profité du paysage, vous pourrez commencer la descente. Descendez vers l'ouest jusqu'au deuxième sommet, et d'ici vers le Coll del Pal (2318 m). Observez les grands cairns qu'il y a dans cette partie de descente, exemplaires uniques de la zone qui vous montrent le chemin à suivre. Une fois au Coll del Pal, point de passage de la Méridienne Verte, continuez à marcher dans la même direction sans gagner d'altitude tout en vous laissant aller légèrement vers la droite (NO), sur le sentier de la source du Tec.

## Naissance de la rivière Tec

Ici vous pouvez refaire vos réserves, avec l'eau claire qui sort directement de la terre.

Cette rivière du Vallespir naît en versant nord des Pyrénées, dans les entrailles de Roca Colom, et parcourt la direction ouest-est, vers la mer Méditerranée. Elle prend l'eau du versant sud du Canigó et des collines plus côtières comme l'Albera et les Salines. Entre le Tec et son frère, le Ter, la crête marque la ligne de partage des eaux.

Vous l'observez au début de son parcours. Ses sources créent une ambiance humide avec de nombreux bas-marais et tourbières de grand intérêt écologique, des habitats fragiles et très importants pour la biodiversité. C'est non seulement une accumulation d'eau, mais aussi de matière organique. Demain vous trouverez de nouveaux ses eaux dans les cours inférieurs ; il ne faut pas l'oublier!

La Coma del Tec est l'habitat de l'isard. Animal emblématique des sommets pyrénéens, herbivore agile et spécialement adapté aux reliefs escarpés, il peut souvent être observé en hardes de plus de 30 exemplaires. Il est possible aussi d'y voir le lagopède alpin (la perdrix des neiges), quoique très rare. Aujourd'hui sa population est très réduite ; les suivis effectués dans le secteur montrent qu'elle est en régression. Cet oiseau végétarien habite au-delà des 2000 m et change de couleur de plumage en fonction de la saison : en hiver il est blanc comme la neige et en été il est gris et marron comme les terrains qu'il occupe. Au printemps et à l'automne son plumage est de couleur intermédiaire.

Ensuite, suivez en contournant au dessous la Roca de la Mort de l'Escolà, le chemin de la Portella de Rojà. Sur ce tronçon, une congère de neige provenant de la corniche hivernale peut rester jusqu'au début du mois de juillet. Un peu avant d'arriver à la Portella, vous trouverez le refuge métallique du même nom. En cas de mauvais temps, c'est un abri à ne pas oublier. Pareillement, si vous souhaitez faire la traversée plus tranquillement, vous pouvez passer la première nuit ici.

## Portella de Rojà

La Portella de Rojà est un endroit très spécial. D'ici, le Costabona est majestueux et la Coma del Tec

# GRAND TOUR DU COSTABONA

SENS SUD-NORD (versant ouest du Costabona)



très profonde. Vous arriverez à une zone de blanc rocheux constituée de quartz, ce sont les Esquerdes de Rojà. De l'autre côté de la Portella, s'ouvre devant vos yeux la Montagne de Rojà, pâturages d'estive pour les juments et les vaches depuis des temps immémoriaux.

L'élevage traditionnel a été associé à la transhumance, c'est-à-dire aux déplacements pour la recherche de terres disponibles en herbe. Pendant l'hiver, les troupeaux ont tendance à être dans des zones basses, dans les vallées, près des villages et, même, à se déplacer dans certains cas, du Ripollès à la plaine de l'Empordà. Avec l'arrivée du beau temps, quand la neige des sommets a déjà fondu, autour de la Saint-Pierre, le bétail monte à la montagne, pour passer l'été au frais et s'alimenter avec l'herbe nutritive des alpages. Généralement les troupeaux descendent de la montagne vers la Saint-Michel, au mois de septembre.

Ces déplacements sont associés à un ancien réseau de sentiers d'élevage qui préservent encore de nos jours le droit de passage. En outre, sur leur chemin, il y a des éléments nécessaires pendant le trajet comme des abreuvoirs ou des reposoirs.

Avec la transhumance estivale, dans les terres basses, les champs de culture sont exempts d'animaux et disponibles pour les faucher ou les moissonner et ainsi stocker de la nourriture pour résister à l'hiver. Autrefois, c'était surtout de grands troupeaux de brebis du Ripollès, protégés par des chiens de protection, accompagnés par des bergers et des aide-bergers (qui vivaient dans des cabanes en pierre), qui occupaient ces pâtures de haute altitude. De nos jours, il est plus fréquent d'y trouver des juments et des vaches.

Une foire traditionnelle associée à cette activité est conservée à Espinavell. C'est la Tria dels Mulats qui est célébrée chaque 13 Octobre depuis des temps immémoriaux, peut être même plus ancienne que les droits de pacage que les bergers d'Espinavell ont sur la montagne de Rojà (Conflent), déjà reconnus par les Actes du Traité des Pyrénées (1659). Cette foire équine est célébrée quelques jours après avoir descendu le bétail de la haute montagne. A l'aube, les éleveurs vont chercher les troupeaux de juments avec leurs petits nés au printemps et les mènent vers les plaines d'Espinavell, où cette rencontre est célébrée. Les acheteurs de bétail peuvent choisir et

négoier le prix des poulains. Cette foire a gagné en popularité et est actuellement une grande attraction touristique, c'est un vrai spectacle pour contempler la descente de ces animaux majestueux.

En traversant la Portella de Rojà, vous prenez le sentier qui mène au Canigó (NE), avec son pic maintenant bien visible. Celui qui, vu du Costabona, pouvait sembler impossible à suivre se révèle maintenant être un chemin calme et moelleux sur l'herbe. Prenez le chemin qui monte, juste à côté des rochers imposants. Vous trouverez des marques rouges et jaunes (Tour du Vallespir). Suivez le fil électrique qui délimite les pâturages avec une promenade détendue qui vous permet d'admirer la grandeur du paysage. Surveillez le fil, qui sera toujours fermé, sans aucun passage.

Vous arriverez à un premier passage, qu'il ne faut pas prendre, et ensuite à un deuxième passage. C'est le point où vous traverserez les Esquerdes (E) et vous commencerez la descente vers le Refuge des Conques.

## Ras del Garber

En traversant le Ras del Garber, la vue du Costabona est imposante. Au fur et à mesure que vous descendez, la végétation devient plus abondante jusqu'à arriver dans la forêt. Il y a beaucoup de pins et l'odeur de la résine chaude vous enveloppe. Autrefois, le bois de ces forêts était apprécié et utilisé pour la construction (poutres et planches), le chauffage (bois ou charbon de bois) ou même pour obtenir de la térébenthine. La gestion des forêts est ancienne et, il y a quelques siècles, ces hautes vallées du Ripollès et du Vallespir ont fourni du bois aux régions de Girona et du Roussillon (de nombreux palais gothiques datant du XIVe siècle ont été construits avec du bois de ces montagnes).

Suivez le balisage jaune qui vous conduit vers le Coll de Baix et au Refuge des Conques, quoique le chemin soit bien déboussaillé et que l'on ne puisse pas se perdre. Vous arrivez au Pla de les Eugues. Le nom de ce pla vient du fait que c'était un endroit où les juments (eugues, en catalan) pâturaient traditionnellement en été avec leurs poulains, après avoir passé l'hiver au fond de la vallée. Contournez ce champ ouvert et retournez ensuite dans la forêt. La descente est facile et bientôt vous êtes au Coll Baix. De là, tournez à gauche (direction est) pour descendre parmi les arbres, par un sentier qui vous mènera au Refuge des Conques, terme de la première journée.



# GRAND TOUR DU COSTABONA



## SENS NORD-SUD (versant est du Costabona)

### Itinéraire nord-sud:

C'est l'itinéraire le plus court, avec peu de distance et de dénivelés.

Vous traverserez des paysages plus forestiers et humides, et des habitats de grand intérêt.

**Distance:** 13,75 km

**Dénivelé positif:** 732 m

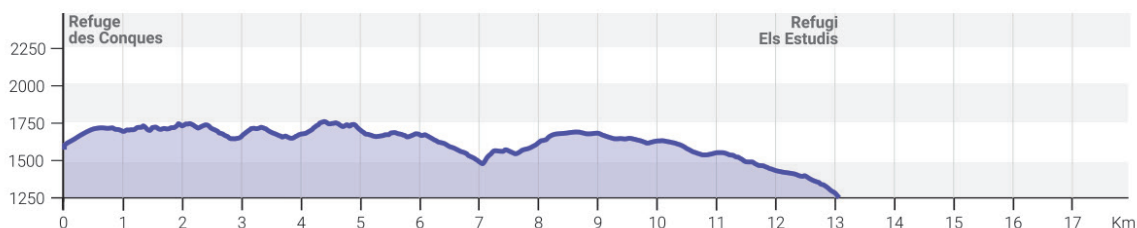
**Point le plus haut:** Collada de l'Ullat (1719m)

### Points d'eau:

Vous traverserez plusieurs cours d'eau, mais ce ne sont pas tous, à proprement parler, des sources.

### Pour s'abriter en cas de mauvaise météo:

Refuge non gardé de la Cabane de l'Ullat (1630m). Construction traditionnelle en dur.



### Refuge des Conques

Le bâtiment a été initialement construit au milieu des années soixante, au siècle dernier pour abriter les services de la station de ski des Forquets, une partie d'une macro station de ski qui avait comme projet d'unifier les villages de Prats-de-Molló-La-Preste, Py et Mantet ; mais ces deux derniers n'ont jamais réalisé leur part du projet. Ainsi, Les Forquets sont restés une station de ski locale qui a formé toute une génération de skieurs du Vallespir jusqu'au milieu des années 90. Le manque de neige et l'impossibilité de fabriquer de la neige artificielle (comme beaucoup d'autres stations de ski à cette époque) a provoqué sa fermeture. Tous les télésièges ont été démontés et le bâtiment a été reconverti en refuge. De 2013 à 2015 il a été fermé et, après une restauration importante, il a ré-ouvert ses portes sous contrôle municipal en juillet 2015, en tant que refuge de montagne et partie intégrante du réseau des refuges du Massif du Canigó.

Depuis le Refuge des Conques, prenez le sentier (400m) jusqu'au Coll Baix. C'est un carrefour. En prenant à droite, vous suivriez le chemin des Esqueres de Rojà. Vous devez aller à gauche et suivre le chemin qui contourne le Costabona le long de son versant oriental. Jusqu'à ce que vous arriviez au col de Siern, vous traversez une grande partie de la réserve naturelle de Prats-de-Molló, qui a été créée en 1986. Elle comprend 2185 hectares de terres escarpées, depuis les sources du Tec jusqu'au Pla Guillem, au sud-est.

Rapidement vous laissez la pinède pour traverser une prairie avec du genévrier et du genêt, ce dernier a la tige carrée et des fleurs jaunes qui ne sentent pas. Ces milieux ouverts sont l'habitat de l'accenteur mouchet, du lièvre ou de la perdrix grise. Plus loin, le sentier rentre dans le vert des hêtraies et traverse un premier cours d'eau dans un environnement humide avec de la mousse et des fougères. Vous suivez toujours le balisage jaune. Vous traversez le torrent

# GRAND TOUR DU COSTABONA

SENS NORD-SUD (versant est du Costabona)



de Roques Roges, qui descend directement des Esquerdes de Rojà et vous marchez au milieu de la forêt humide jusqu'à une clairière sur le versant de la Serra Mitjana, d'où vous distinguez, de l'autre côté du clot, la Cabane de l'Ullat, prochain objectif.

Le sentier va au fond du ravin pour traverser le Tec, à fort débit en comparaison des eaux qui sortent de la terre à la Coma du Tec.

Arrivés à l'Ullat, où vous trouvez la vieille cabane, arrondie et avec un toit pyramidal, et l'abri des bergers à côté, plus moderne. À l'intérieur de la cabane, il y a une cheminée et une surface en bois où vous pouvez mettre plusieurs sacs de couchage. C'est un endroit très spécial, un peu magique. Et, par mauvais temps, c'est un endroit pour s'abriter à garder en mémoire !

De là, vous devez monter tout droit à travers les prés de la Jaça de l'Ullat. Le sentier est très évident car il faut aller vers le col qui se trouve juste au sud. Au fur et à mesure que vous commencez à vous éloigner de la cabane, vous apercevrez le sentier que vous avez emprunté, de l'autre côté du ravin, au delà du Coll de Baix.

Vous arrivez au Coll de l'Ullat, juste dans la chaîne de montagnes éponyme, qui est en fait le contrefort nord-est du Costabona. À ce stade, vous êtes sur le sentier du Tour du Costabona en un jour, qui, au lieu d'aller à la source du Tec et à la Portella de Rojà, se dirige vers la baraque de la Coma del Tec et suit la Serra de l'Ullat jusqu'au col où vous êtes.

En descendant du Coll de l'Ullat vers le sud-ouest, après avoir traversé les buissons de genêt et traversé le Clot de l'Ortigar, vous pénétrez une pinède bien épaisse jusqu'à la Jaça de Perafeu.

## Jaça de Perafeu

Le chemin passe par l'enclos utilisé pour regrouper le bétail. Une fois passé l'enclos, vous trouvez la piste qui mène aux Mines du Costabona. Suivez cette piste selon votre direction (vers le sud). Traversez le torrent qui descend du Clot de la Font Negra et rentrez dans une forêt de feuillus épaisse et humide.

Suivez la piste qui traverse deux ruisseaux, maintenant en direction de l'ouest. Soyez vigilants car après le deuxième ruisseau et juste avant que la piste ne commence à descendre, il faut la quitter pour emprunter un petit sentier qui part à droite et qui grimpe à travers la forêt (point marqué). Le sentier traverse une hêtraie, habitat du loir gris, de la sitelle, du chevreuil ou de la genette. Les hêtraies sont des forêts qui poussent dans les zones ombragées et qui, à cause de la forte densité d'arbres et de la nécessité de chercher la lumière du soleil, grimpent très droit et très haut. Ceci explique que pendant une grande partie de l'année les feuilles du hêtre ne laissent pas pénétrer la lumière du soleil au sol, et par conséquent, il n'y a pas de sous-bois. Bien qu'il y ait des fleurs et des plantes qui se sont adaptées et fleurissent à la fin de l'hiver ou au tout début du printemps, juste avant que les feuilles de hêtres ne sortent et ne referment de nouveau le sous-bois.

Un peu plus haut la hêtraie laisse sa place aux pinèdes de pins à crochets, très près du sommet de la Serra de Finestrol. Le sentier arrive au Coll de Siern, où vous trouverez un panneau d'informations et une borne frontière.

## Le Parc Natural de les Capçaleres del Ter i del Freser

Le parc est situé dans les Pyrénées de Girona, entièrement dans la comarca du Ripollès. Avec une superficie de 14 750 hectares, le parc est entre les villages de Planoles, Queralbs, Ribes de Freser, Pardines, Vilallonga de Ter, Setcases et Molló, et en dehors des sources de ces deux rivières, il intègre également certaines zones de l'espace d'Intérêt Naturel de Serra Cavallera. Créé en 2015, une grande partie intègre la réserve nationale de chasse de Freser-Setcases. Ses principaux accès se trouvent dans les villages de Queralbs, Setcases et Espinavell (Molló).

## Coll de Siern

De là, vous devez suivre, vers la gauche, les marques du GR (rouges et blanches) et d'Itinerànnia (jaune) que vous ne quitterez pas jusqu'à Espinavell. Vous vous dirigez vers l'est à travers la Serra de Finestrol, en montant au Coll Pany, un col vaste avec de nombreux pâturages. Dans cet espace ouvert, il est



# GRAND TOUR DU COSTABONA

SENS NORD-SUD (versant est du Costabona)



possible de voir passer la buse à la recherche d'un campagnol ou mulot qui sera un bon repas pour ce rapace. Vous continuez le long de la crête, toujours à l'est, maintenant beaucoup plus large. Vous passez par le Coll de Maçanells et après une descente raide, vous atteignez Coll Pregon.

## Coll Pregon

De Coll Pregon, vous bénéficiez d'une vue magnifique sur le parcours réalisé. Ce col, comme son nom l'indique, est un col facile et confortable. En effet, à 1535 m, c'est le point le plus bas entre la vallée de Camprodon et le Vallespir. Il n'est pas étonnant que ce col ait été témoin du passage des troupes sur son chemin vers les pâturages d'hiver, de muletiers, des armées, d'exilés fuyant la guerre, de contrebandiers ... Peut-être la dernière et la plus dramatique situation a été vécue en février 1939, lorsque des milliers de personnes ont traversé ce col, comme ils l'ont fait pour le Coll d'Ares, pas loin d'ici, dans l'espoir de revenir bientôt. Nous pouvons affirmer que ce col a vu la fin de la guerre civile espagnole en Catalogne lorsque les dernières troupes républicaines l'ont franchie, à l'aube du 13 au 14 février 1939, trois jours après la déclaration de la fin de la guerre.

Mais, contrastant avec ces situations conflictuelles, Coll Pregon respire la paix et la vie. La vue captivante sur le Massif du Canigó, les orchidées qui couvrent

les prairies de couleurs pendant les mois de mai et de juin, les grenouilles rousses qui trouvent refuge dans les étangs voisins, le bétail qui pâture dans les prairies verdoyantes pendant l'été, le vol des vautours... tout fait honneur à son nom.

En arrivant au col, vous devez changer de direction, vers le sud, et descendre vers la droite, pour suivre le sentier qui vous emmène entre les prairies et les genêts jusqu'à un torrent que vous devrez traverser. Peu de temps après, vous arrivez dans un grand champ. De l'autre côté (sur la droite) vous voyez les ruines du Casal d'en Quelet alignées le long du chemin. À l'autre bout du champ, il y a une cabane de berger.

Une fois contourné le champ par le côté, vous arrivez sur un chemin large que vous prendrez jusqu'à Espinavell.

## Espinavell

Enfin, vous arrivez à Espinavell, après avoir contourné le château d'eau, le long du raide Carrer d'Amunt, qui vous mène à l'église de la Mare de Déu de les Neus.

**Vous pourrez trouver la carte Alpina de cet itinéraire dans les Offices de tourisme de Camprodon et de Prats-de-Mollo, ainsi que dans les deux refuges**

Idea original



Promotors



Amb la col·laboració de



Track original: Refugi Els Estudis / Continguts natura: CEA Alt Ter

Fotografia: Eva Martínez-Picó / Disseny: Boixader & Go / Web: Malba