

Fiche rando sentier n°15 « Le Costabonne »

Départ/ Retour : Refuge de Les Conques

Distance : 18,5km

Dénivelé : 1062m D+ / 1062 D-

Temps de marche : 7h30

Difficulté : Sportif

Type balisage : Rouge-Jaune et Jaune



Descriptif :

Au départ du refuge, prendre le sentier qui monte dans la prairie, entrer dans la forêt et à Col Baix (1690m), 15 min (poteau de signalétique). Prendre à droite balisage jaune et rouge, traverser la prairie et entrer dans la forêt de Pins à Crochet, vous montez par celle-ci et vous arrivez au Pla de Las Eugues, 1850m. Traverser la prairie et entrer à nouveau dans une forêt de Pins à Crochet (poteau de signalétique) 50 min. Suivre ce sentier, petit à petit vous allez sortir de la forêt pour arriver sur les pelouses d'altitude.

Le sentier continue de manière progressive jusqu'à la Portella des Avets alt. 2300m, 2h. À celle-ci, prendre à gauche et suivre le sentier en courbe de niveau. Vous arrivez en-dessous de la Portella de Rotjà, poteau signalétique, prendre à gauche et monter au milieu des Quartz, très blancs. À 2377m ; 3h vous êtes à la Portella de Rotjà, passer la clôture. Attention, le balisage Rouge et Jaune part à droite, laissez-le et continuez tout droit en passant sous la Cabane ; suivre le balisage jaune à partir de maintenant. Vous descendez sur les sources du Tech, traverser celles-ci, continuer le sentier en direction du Pic du Costabonne en passant par le Col del Pal ; suivre le sentier qui monte au Pic du Costabonne ; alt. 2465m ; 4h00 vous êtes au Pic.

Redescendre sur vos pas jusqu'au niveau du Col del Pal (versant Nord), côté sources du Tech puis prendre le sentier à votre droite balisé jaune, vous descendez progressivement à Pla Rodó (rive droite du Tech), continuer toujours rive droite jusqu'à la Cabane de la Coma de Tech alt. 2000m ; 4h50. Passer devant la cabane, le sentier descend toujours rive droite du Tech dans la combe. Petit à petit, vous allez entrer dans la forêt de Pins à Crochet. Continuer ce sentier pour arriver à la Cabane de l'Ouillat alt. 1700 ; 5h45.

Le sentier se poursuit sur votre gauche environ 50m au-dessus (des deux cabanes), traverser le Tech pour monter dans la Soulane jusqu'à la crête de Serre Mitjana (rive gauche du Tech) ; suivre le sentier qui entre dans la forêt de Hêtres puis de Pins à Crochet, continuer sur ce sentier, + ou - à courbe de niveau jusqu'au Col Baix ou vous êtes passés ce matin, alt. 1690 ; 7h15. Poteau signalétique. Descendre au Refuge de Les Conques, vous êtes arrivés. 7H30.



