

## Fiche rando sentier n°16 « Le Costabonne »

Départ/ Retour : La Preste  
Distance : 20 km  
Dénivelé : 1350 D+ / 1350 D-  
Temps de marche : 8h15 A/R  
Difficulté : Sportif  
Type de balisage : Jaune



### Descriptif :

Au départ du parking de la Preste, passer devant la fromagerie, continuer sur la route qui devient piste en terre au bout de 20 min. Continuer tout droit sur cette piste en laissant la première intersection sur votre gauche, puis les 2 autres sur votre droite. Au bout de 35 min, dans un virage vers la gauche (panneau signalétique), laisser la piste et entrer dans la forêt, traverser la passerelle, monter le sentier, lequel ressort sur une piste au niveau du Mas de la Barragane 45 min, continuer sur cette piste dans le sens de la montée jusqu'au Mas de la Graboudeille 1h10. La piste se réduit en chemin ; suivre celui-ci jusqu'aux 2 cabanes de l'Ouillat la cabane de l'Ouillat 2h. Continuer dans la prairie, après une centaine de mètres (poteau signalétique) 2h10, le sentier part sur votre droite puis vous entrez dans une forêt de Pins à Crochet. Continuer sur ce sentier jusqu'à la cabane de la Coma del Tech, 3h20.

A la cabane, continuer tout droit dans les replats (rive droite du Tech), le sentier serpente, jusqu'à Pla Rodó 3h50, continuer toujours sur ce sentier, jusqu'à l'intersection avec le sentier des sources du Tech 4h30 (poteau signalétique) ; prendre à gauche et monter au Costabonne que vous avez sur votre gauche. Vous êtes au Pic : 5h.

Redescendre par l'arrête Sud en direction de l'Espagne, attention parfois le brouillard est dense sur cette partie-là, soyez vigilant. Descendre jusqu'au Pla de la Serre 5h20 (panneau signalétique), franchir la clôture par la porte, suivre ce sentier balisé jaune qui rapidement va se trouver commun avec le GR espagnol (rouge et blanc) et ce jusqu'au Col de Siern 6h25 ; alt. 1629m. Au Col, prendre la direction Nord, La Preste, une fois dans la forêt de Pins à Crochet, prendre à droite, suivre ce sentier (balisage jaune et blanc), laisser la première intersection sur votre droite : vous arrivez à une piste, la traverser. Le sentier est en contrebas de celle-ci ; 6h40. Continuer sur ce sentier, à nouveau vous arrivez sur une piste, la traverser, le sentier est aussi en contrebas ; 6h50. Continuer sur ce sentier jusqu'à une nouvelle intersection, prendre à droite ; 6h55. Continuer tout droit, vous arrivez sur la piste que vous traversez ; 7h10. Le sentier est en contrebas, vous arrivez sur la piste en terre de ce matin ; 7h15 : prendre à droite. Vous êtes de retour sur le parking ; 7h30.



