



9 βιεση οη 9 λειο  
 Δες Αλιεζε ιυδουρηνεσρηεε 9 ρεσουλιε

COMMUNAUTÉ DE COMMUNES SUD ROUSSILLON  
 Parc Ecoiffier  
 04 68 37 30 60 – Fax : 04 68 37 32 89  
 info@sudroussillon.fr - www.sudroussillon.com



COMMUNAUTÉ DE COMMUNES SUD ROUSSILLON  
 16 rue J. J. Tharaud – 66750 SAINT-CYPRIEN  
 Tél. : 04 68 37 30 60 – Fax : 04 68 37 32 89  
 info@sudroussillon.fr - www.sudroussillon.com

BUREAU D'INFORMATION  
 Alénia  
 Parc Ecoiffier  
 04 68 22 54 56  
 officetourisme@alenia.fr  
 www.alenia.fr

OFFICE DE TOURISME  
 Saint-Cyprien  
 Quai Arthur Rimbaud  
 04 68 21 01 33  
 contact@otstcyp.com  
 www.tourisme-saint-cyprien.com



- 1 Βουηεε Μωλ ! Εεηουη \*\*\* 21'4κμ 11'40 32'0 κμ/ω
- 2 Βουηεε ρε ρα Μεηιηεουεε \*\*\* 40'2 κμ 11'20 32'0 κμ/ω
- 3 Βουηεε ρεε Δεβεηουεε \*\*\* 2'4 κμ 11'12 32'0 κμ/ω
- 4 Βουηεε ρε Αηηεεεεεε \*\*\* 3'3 κμ 11'30 11'10 κμ/ω
- 5 Βουηεε ρη Βηουη \*\*\* 2'4 κμ 11'02 32'0 κμ/ω
- 6 Βουηεε ρη Αεαηηεηηη \*\*\* 40'3 κμ 11'20 32'0 κμ/ω
- 7 Βουηεε Δεεε Βορηεε \*\*\* 13'3 κμ 11'30 42'0 κμ/ω



### 1 Dels POBLES \*\*\*

13,7 km. 1h30 45 min.

Départ des Caves Ecoiffier d'Alénia.

- Garez-vous aux Caves Ecoiffier, qui datent de 1905. Les vignes recouvraient alors environ 90% de la surface cultivable d'Alénia et ce sont plus de 130 personnes qui travaillaient au sein de cette exploitation. Suivez la D11, rue Jean Jaurès.
- Au rond-point, empruntez la rue Vasarely et suivez-la jusqu'au bout.
- Tournez à droite rue du Réart, vous sortez de la zone urbaine d'Alénia.
- Longez le Réart. Vous pourrez facilement observer le héron cendré et l'aigrette garzette au bord de ce fleuve côtier.
- Tournez à gauche sur la route de Saleilles. De l'autre côté du Réart, vous apercevez le village de Saleilles.
- Vous entrez dans le village de Théza. Au rond-point, prenez à droite sur le chemin de Carolus Magnus. Continuez sur la voie aménagée vélo/piétons le long des zones de maraîchage. Une fois arrivés au rond-point, continuez en face sur le chemin aménagé. Attention aux traversées des voies !
- Vous arrivez à la chapelle Notre-Dame du Paradis, un ancien ermitage reconstruit en 1829. Rejoignez Alénia en longeant l'Aguille de la mar. Attention aux traversées de voies ! Au niveau du pont, suivez le chemin du Golf puis l'avenue du littoral pour rejoindre votre point de départ.

**Le jardin Tauléra**  
 Derrière les Caves Ecoiffier se trouve le jardin romantique Tauléra. C'est un lieu de promenade constitué de carrés verts et de chemins irréguliers. Des sculptures d'animaux en bois dont certaines à bascule interpellent le visiteur. Au fond, se trouve une chapelle et son jardin, protégé par un couple de paons en fer forgé.

### 3 Le Pilou \* \*\*

6,1 km. 1h05 20 min.

Garez-vous au stade de Latour-Bas-Elne.

**Cellera de Latour : un espace protégé autour de l'église**  
 La Cellera abritait à l'origine une tour de défense, dont on retrouve des citations dès le X<sup>e</sup> siècle et qui a donné son nom au village. La Cellera, qui signifie cellier, constitue en Catalogne et en Roussillon, l'espace sacré entourant les églises, où toute violence est proscriée. Les paysans de Latour venaient y engranger leurs récoltes à l'abri des pillages.

- Le sentier débute devant le stade de Latour-Bas-Elne, avenue Pierre Camps.
- Traversez le pont à gauche pour rejoindre la rue Voltaire. En continuant, vous arrivez à l'église Saint-Jacques. Prenez à droite sur la rue du centre puis de nouveau à droite sur l'avenue de Saint-Cyprien.
- Juste avant le rond-point, prenez à gauche sur le sentier des Aspres qui longe le canal. Tournez à droite pour longer la D40. Au bout du sentier, reprenez sur la gauche l'avenue de Saint-Cyprien.
- Tournez à droite assez rapidement pour longer le canal. Une fois revenu au point de départ, longez le stade jusqu'à la passerelle en bois et continuez tout droit.
- Prenez à droite sur le chemin de Latour-Bas-Elne jusqu'à la D81. Tournez à gauche et la longer.
- Prenez le sentier de gauche afin de faire le tour des bassins de rétention des eaux pluviales, témoins d'une zone forestière humide. Continuez tout droit pour revenir au point de départ.

### 6 La MERIDIENNE \* \*\*

10,8 km. 1h35 38 min.

Départ de la promenade du front de mer.

- Démarré l'itinéraire en front de mer, suivez la promenade sécurisée en direction du port. Sur la place Maillol, observez « La baigneuse drapée », une reproduction de la statue en bronze d'Aristide Maillol. Au port, vous pourrez admirer quelques barques traditionnelles catalanes.
- À partir de ce point, vous pourrez rejoindre le Parc de la Prade ainsi que les sentiers du Pilou et des Capellans. Poursuivez sur le Cami de la mar puis rejoignez le centre du village par l'avenue du Roussillon.
- Les Collections de Saint-Cyprien vous plongent dans la lumière de grands peintres du XX<sup>e</sup> (Marquet, Utrillo, Maurice Denis). Cette collection s'articule autour du legs de 1972 composé de plus de 700 œuvres de l'artiste François Desnoyer.
- Vous passez à proximité de l'église de Saint-Cyprien, construite au XVIII<sup>e</sup> sur les vestiges d'une ancienne église romane. Continuez sur l'avenue du Roussillon puis prenez à droite sur la D22.
- Au rond-point, prenez la voie de gauche vers le camping du Bosc. Attention, vous expérimentez un aménagement cyclable de type « Chaucidou », serrez à droite pour plus de sécurité ! Vous longez les prairies humides de Saint-Cyprien, vestiges de marais anciens, ainsi que son Golf International de 27 trous, situé au cœur d'une réserve ornithologique.
- Vous passez à proximité de l'étang de Canet-Saint-Nazaire et de son complexe lagunaire. Vous pouvez y observer une multitude d'oiseaux, dont les fameux flamants roses, avec une vue imprenable sur la Canigou. Reprenez l'itinéraire du front de mer pour rejoindre votre point de départ.

### 2 AVALLRICH \* \*\*

10,3 km. 1h50 35 min.

Garez-vous près de l'aguille de la Mar.

- Garez-vous aux Caves Ecoiffier, qui datent de 1905. Les vignes recouvraient alors environ 90% de la surface cultivable d'Alénia et ce sont plus de 130 personnes qui travaillaient au sein de cette exploitation. Suivez la D11, rue Jean Jaurès.
- Au rond-point, empruntez la rue Vasarely et suivez-la jusqu'au bout.
- Tournez à droite rue du Réart, vous sortez de la zone urbaine d'Alénia.
- Longez le Réart. Vous pourrez facilement observer le héron cendré et l'aigrette garzette au bord de ce fleuve côtier.
- Tournez à gauche sur la route de Saleilles. De l'autre côté du Réart, vous apercevez le village de Saleilles.
- Vous entrez dans le village de Théza. Au rond-point, prenez à droite sur le chemin de Carolus Magnus. Continuez sur la voie aménagée vélo/piétons le long des zones de maraîchage. Une fois arrivés au rond-point, continuez en face sur le chemin aménagé. Attention aux traversées des voies !
- Vous arrivez à la chapelle Notre-Dame du Paradis, un ancien ermitage reconstruit en 1829. Rejoignez Alénia en longeant l'Aguille de la mar. Attention aux traversées de voies ! Au niveau du pont, suivez le chemin du Golf puis l'avenue du littoral pour rejoindre votre point de départ.

**Le jardin Tauléra**  
 Derrière les Caves Ecoiffier se trouve le jardin romantique Tauléra. C'est un lieu de promenade constitué de carrés verts et de chemins irréguliers. Des sculptures d'animaux en bois dont certaines à bascule interpellent le visiteur. Au fond, se trouve une chapelle et son jardin, protégé par un couple de paons en fer forgé.

### 4 VILLERASE \* \*\*

2,7 km. 30 min. 10 min.

Garez-vous sur le parking, point 1.

**Chapelle Saint-Étienne-de-Villerasse**  
 Attestée dès juillet 904, elle était initialement dotée d'une charpente en bois, remplacée par une voûte durant le XII<sup>e</sup> siècle. C'est probablement à cette époque que fut construit le chœur en demi-cercle, qui a remplacé le chœur quadrangulaire original. La façade occidentale a été refaite en 1867, époque où le petit clocher fut construit.

- Garez-vous sur le parking. Continuez à droite vers la chapelle de Villerasse, monument classé de type roman construit au XI<sup>e</sup> et XII<sup>e</sup> siècles.
- Vous avez pu observer des serres sur votre droite ; le maraîchage est une activité particulièrement développée sur la Plaine du Roussillon. Au croisement, prenez le sentier sur votre gauche.
- Tournez à gauche. Vous vous trouvez sur des prairies humides, refuge pour la biodiversité. Au loin, vous pouvez admirer le panorama sur le massif des Albères et la Canigou.
- Prenez à gauche pour rejoindre le chemin de Villerasse.

### 7 MAR I ESTANY \*\*\*

31,1 km. 5h40 1h45

Garez-vous à l'Office de Tourisme de Saint-Cyprien.

**Parc de la Prade**  
 Il présente la particularité de servir de bassin de rétention des eaux pluviales. Lien entre le village et la plage, le Parc de la Prade constitue un trait d'union entre la mer et la terre. Vous pouvez vous y promener sur 2,5 kilomètres de sentiers.

- Démarré l'itinéraire en front de mer, suivez la promenade sécurisée en direction du port. Sur la place Maillol, observez « La baigneuse drapée », une reproduction de la statue en bronze d'Aristide Maillol. Au port, vous pourrez admirer quelques barques traditionnelles catalanes.
- À partir de ce point, vous pourrez rejoindre le Parc de la Prade ainsi que les sentiers du Pilou et des Capellans. Poursuivez sur le Cami de la mar puis rejoignez le centre du village par l'avenue du Roussillon.
- Les Collections de Saint-Cyprien vous plongent dans la lumière de grands peintres du XX<sup>e</sup> (Marquet, Utrillo, Maurice Denis). Cette collection s'articule autour du legs de 1972 composé de plus de 700 œuvres de l'artiste François Desnoyer.
- Vous passez à proximité de l'église de Saint-Cyprien, construite au XVIII<sup>e</sup> sur les vestiges d'une ancienne église romane. Continuez sur l'avenue du Roussillon puis prenez à droite sur la D22.
- Au rond-point, prenez la voie de gauche vers le camping du Bosc. Attention, vous expérimentez un aménagement cyclable de type « Chaucidou », serrez à droite pour plus de sécurité ! Vous longez les prairies humides de Saint-Cyprien, vestiges de marais anciens, ainsi que son Golf International de 27 trous, situé au cœur d'une réserve ornithologique.
- Vous passez à proximité de l'étang de Canet-Saint-Nazaire et de son complexe lagunaire. Vous pouvez y observer une multitude d'oiseaux, dont les fameux flamants roses, avec une vue imprenable sur la Canigou. Reprenez l'itinéraire du front de mer pour rejoindre votre point de départ.

### 5 Les CAPELLANS \* \*\*

6,4 km. 1h15 20 min.

Garez-vous sur le parking de Grand Stade Les Capellans.

- Démarré l'itinéraire de Grand Stade Les Capellans. Profitez-en pour découvrir le Jardin des plantes de Saint-Cyprien. Rejoignez l'avenue Armand Lanoux et suivez la jusqu'au bout, puis continuez en longeant la plage.
- Traversez le pont et rejoignez l'avenue Armand Lanoux. Vous vous trouvez alors sur l'itinéraire de la Méditerranée à vélo (EuroVelo 8), itinéraire cyclable européen décrit ci-contre.
- Prenez à droite sur la rue Henri Becquerel puis encore à gauche pour longer les prairies humides.
- À partir de ce point, longez la D81 pour rejoindre votre point de départ. Vous pouvez également traverser pour découvrir le Parc de la Prade.

**Le Jardin des plantes**  
 Le Jardin des plantes, parc centenaire de 5 hectares, renferme plus de 800 espèces de plantes et de végétaux. La bambouseraie côtoie des arbres remarquables ainsi qu'une magnifique collection de roses anciennes. Le plan d'eau offrira un havre de paix à tous les amateurs de nature.

### 6 La MERIDIENNE \* \*\*

10,8 km. 1h35 38 min.

Départ de la promenade du front de mer.

- Démarré l'itinéraire en front de mer, suivez la promenade sécurisée en direction du port. Sur la place Maillol, observez « La baigneuse drapée », une reproduction de la statue en bronze d'Aristide Maillol. Au port, vous pourrez admirer quelques barques traditionnelles catalanes.
- À partir de ce point, vous pourrez rejoindre le Parc de la Prade ainsi que les sentiers du Pilou et des Capellans. Poursuivez sur le Cami de la mar puis rejoignez le centre du village par l'avenue du Roussillon.
- Les Collections de Saint-Cyprien vous plongent dans la lumière de grands peintres du XX<sup>e</sup> (Marquet, Utrillo, Maurice Denis). Cette collection s'articule autour du legs de 1972 composé de plus de 700 œuvres de l'artiste François Desnoyer.
- Vous passez à proximité de l'église de Saint-Cyprien, construite au XVIII<sup>e</sup> sur les vestiges d'une ancienne église romane. Continuez sur l'avenue du Roussillon puis prenez à droite sur la D22.
- Au rond-point, prenez la voie de gauche vers le camping du Bosc. Attention, vous expérimentez un aménagement cyclable de type « Chaucidou », serrez à droite pour plus de sécurité ! Vous longez les prairies humides de Saint-Cyprien, vestiges de marais anciens, ainsi que son Golf International de 27 trous, situé au cœur d'une réserve ornithologique.
- Vous passez à proximité de l'étang de Canet-Saint-Nazaire et de son complexe lagunaire. Vous pouvez y observer une multitude d'oiseaux, dont les fameux flamants roses, avec une vue imprenable sur la Canigou. Reprenez l'itinéraire du front de mer pour rejoindre votre point de départ.

### 2 AVALLRICH \* \*\*

10,3 km. 1h50 35 min.

Garez-vous près de l'aguille de la Mar.

- Garez-vous aux Caves Ecoiffier, qui datent de 1905. Les vignes recouvraient alors environ 90% de la surface cultivable d'Alénia et ce sont plus de 130 personnes qui travaillaient au sein de cette exploitation. Suivez la D11, rue Jean Jaurès.
- Au rond-point, empruntez la rue Vasarely et suivez-la jusqu'au bout.
- Tournez à droite rue du Réart, vous sortez de la zone urbaine d'Alénia.
- Longez le Réart. Vous pourrez facilement observer le héron cendré et l'aigrette garzette au bord de ce fleuve côtier.
- Tournez à gauche sur la route de Saleilles. De l'autre côté du Réart, vous apercevez le village de Saleilles.
- Vous entrez dans le village de Théza. Au rond-point, prenez à droite sur le chemin de Carolus Magnus. Continuez sur la voie aménagée vélo/piétons le long des zones de maraîchage. Une fois arrivés au rond-point, continuez en face sur le chemin aménagé. Attention aux traversées des voies !
- Vous arrivez à la chapelle Notre-Dame du Paradis, un ancien ermitage reconstruit en 1829. Rejoignez Alénia en longeant l'Aguille de la mar jusqu'au point de départ. Vous traversez alors la Prade de Montescot, ensemble de prés humides plus ou moins salés, abritant de nombreuses espèces animales et végétales sensibles.

**Le Mas Avallrich**  
 Ce domaine viticole des XVII<sup>e</sup> et XIX<sup>e</sup> siècles est situé sur l'ancien château d'Avallrich. Régulièrement réaménagé, il n'en demeure pas moins un édifice surprenant avec pour arrière-plan le Canigou.

### 5 Les CAPELLANS \* \*\*

6,4 km. 1h15 20 min.

Garez-vous sur le parking de Grand Stade Les Capellans.

- Démarré l'itinéraire de Grand Stade Les Capellans. Profitez-en pour découvrir le Jardin des plantes de Saint-Cyprien. Rejoignez l'avenue Armand Lanoux et suivez la jusqu'au bout, puis continuez en longeant la plage.
- Traversez le pont et rejoignez l'avenue Armand Lanoux. Vous vous trouvez alors sur l'itinéraire de la Méditerranée à vélo (EuroVelo 8), itinéraire cyclable européen décrit ci-contre.
- Prenez à droite sur la rue Henri Becquerel puis encore à gauche pour longer les prairies humides.
- À partir de ce point, longez la D81 pour rejoindre votre point de départ. Vous pouvez également traverser pour découvrir le Parc de la Prade.

**Le Jardin des plantes**  
 Le Jardin des plantes, parc centenaire de 5 hectares, renferme plus de 800 espèces de plantes et de végétaux. La bambouseraie côtoie des arbres remarquables ainsi qu'une magnifique collection de roses anciennes. Le plan d'eau offrira un havre de paix à tous les amateurs de nature.

### EuroVélo 8

Maillo français de l'EuroVélo 8, La Méditerranée à vélo longe la côte méditerranéenne sur 850km. L'itinéraire complet permet de rallier Athènes (Grèce) à Cadix (Espagne) en 5880km et traverse 11 pays. Ce parcours est entièrement balisé et privilégie les véloroutes et voies vertes sécurisées.

**EuroVélo 8 bis**  
 Cet itinéraire bis de La Méditerranée à vélo permet de découvrir – en s'éloignant un peu du sentier côtier – les trésors de Saint-Cyprien : la chapelle romane de Villerasse, le centre ancien du village et les paysages du Parc de la Prade.

**Voie verte de l'Aguille de la mar**  
 Chantier débuté en 2019, cette voie verte permettra de relier Saint-Cyprien à Bages en passant par Alénia et Cornella-del-Vercol sur les berges de l'Aguille de la mar. Elle constitue un maillage cyclable supplémentaire dans le département et permet d'apprécier des paysages différents de ceux du bord de mer.

### 7 MAR I ESTANY \*\*\*

31,1 km. 5h40 1h45

Garez-vous à l'Office de Tourisme de Saint-Cyprien.

- Longez le front de mer jusqu'aux bâtiments bleus de Port Cypriano puis continuez sur la rue Jovy d'Arnaud. Vous longez le Golf International de Saint-Cyprien.
- Tournez à droite pour rejoindre l'Aguille de la mar et longez la jusqu'à l'entrée d'Alénia. Vous pouvez maintenant suivre les indications de la boucle Dels Pobles.
- Une fois arrivés au second passage dangereux, tournez à droite sur la D22 et continuez tout droit ; vous entrez dans Saint-Cyprien par l'avenue du Roussillon.
- Une fois face à l'église, continuez tout droit rue Paul Eluard, sur la D22 puis sur la D40. Au rond-point suivant, prenez la 3<sup>ème</sup> sortie sur l'avenue d'Elne pour entrer dans Latour-bas-Elne.
- Continuez tout droit sur l'avenue d'Elne ; vous passez à proximité de l'église Saint-Jacques et de sa tour. Poursuivez sur l'avenue de la mer puis tournez à droite sur la route de la Negada. Au rond-point, prenez la 2<sup>ème</sup> sortie en face puis tournez à gauche ; vous vous trouvez sur le tracé de la Méditerranée à vélo (voir ci-contre).
- Une fois sur l'avenue Armand Lanoux, continuez vers la lagune puis longez la plage jusqu'au pont tournant. Traversez-le puis empruntez la rue Jean-Sébastien Bach, l'avenue Lanoux jusqu'au rond-point, et enfin la rue Maurice Ravel afin de rejoindre le port et l'Office de Tourisme.

# EDITO

Notre Communauté de communes a le privilège d'être traversée par de magnifiques sentiers et "boucles" balisées, accessibles à tous, marcheurs et cyclistes de tous niveaux. Partout, où que l'on se trouve, entre plage et villages, de magnifiques sites s'offrent à nous. Des lieux tantôt vivants, tantôt confidentiels, presque coupés du monde, auxquels seuls ces chemins donnent accès.

Pour que vous puissiez profiter pleinement de ces promenades et vous adonner à votre activité préférée à votre rythme, seul(e), entre amis ou en famille, nous avons enrichi notre Guide des sentiers Sud Roussillon, dont j'ai le plaisir de vous offrir cette nouvelle édition. Simple et pratique, il vous permettra de découvrir les spécificités de notre territoire, sa faune, sa flore, son architecture, son patrimoine typiquement catalan...

Quelles que soient vos envies, vous y trouverez des itinéraires qui vous permettront de passer un bon moment au fil de paysages magiques et de points de vue à couper le souffle, notamment sur le Canigou.

N'hésitez pas à en user, à en abuser et à savourer ces merveilleux endroits que renferment nos six communes.

Bonnes promenades et bonne découverte de notre superbe territoire !

Thierry Del Poso  
 Président de la Communauté de communes Sud Roussillon  
 Maire de Saint-Cyprien  
 Conseiller départemental

### Retrouvez-les pendant votre balade...

**le Flambé *Iphiclides podalirius***  
 Ce grand papillon tient son nom de la coloration zébrée de ses ailes.

**la Rainette méridionale *Hyla meridionalis***  
 Malgré sa couleur éclatante pas simple de repérer cette petite grenouille arboricole !

**le Goéland leucophe *Larus michalellis***  
 Impossible de le rater avec sa tache rouge sur le bec !

**la Saladelle *Limonium narbonense***  
 Si vous la voyez, vous n'êtes pas loin de la mer et le sol est salé, elle adore ça !

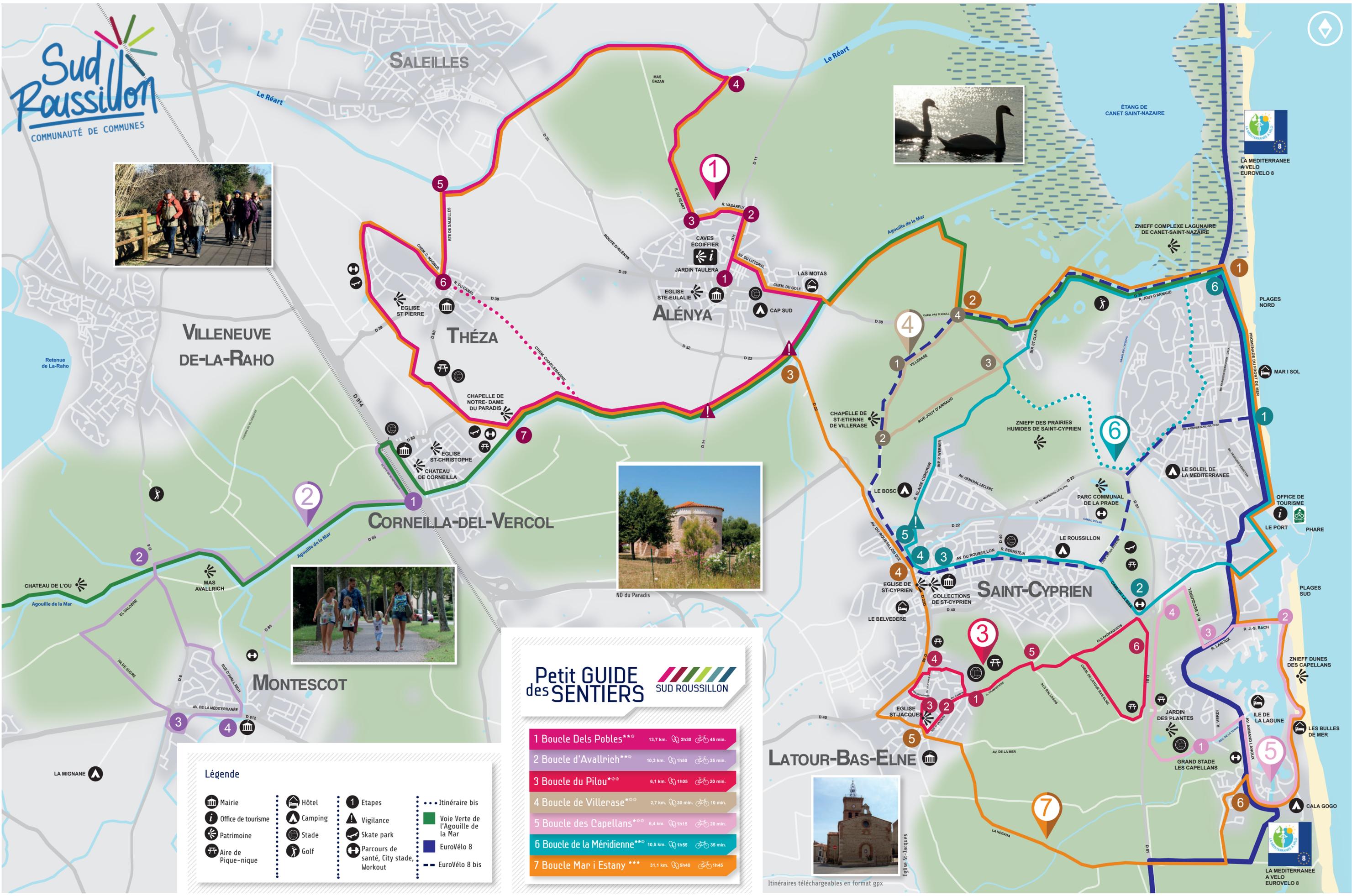
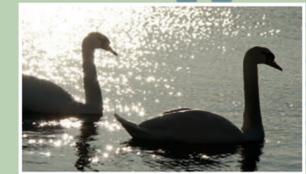
**le Tamaris *Tamarix gallica***  
 Vous le croiserez forcément sur votre chemin !

### À VÉLO OU À PIED, AVANT DE PARTIR, VOICI QUELQUES PRÉCAUTIONS À PRENDRE

- Vérifier le météo
- Emporter suffisamment d'eau
- Emporter de la nourriture d'appoint (pâtes de fruit, fruits, morceaux de sucre, barres de céréales, fruits secs...)
- Prendre de quoi se protéger du soleil (chapeau, crème solaire, lunettes)
- Mettre des chaussures adaptées
- En cas de blessure, garder une petite trousse de premiers secours dans le sac
- Prendre un sac pour emporter ses déchets de repas
- Ne pas trop charger son sac à dos

Merci de respecter la nature.

**CRÉDITS**  
 Conception : Communauté de communes Sud Roussillon / Office de Tourisme de Saint-Cyprien / CréaKol  
 Modifications / Cartes : CréaKol  
 Photographies : Office de Tourisme de Saint-Cyprien  
 Ne pas jeter sur la voie publique



**Légende**

Mairie	Hôtel	Etapes	Itinéraire bis
Office de tourisme	Camping	Vigilance	Voie Verte de l'Agouille de la Mar
Patrimoine	Stade	Skate park	EuroVélo 8
Aire de Pique-nique	Golf	Parcours de santé, City stade, Workout	EuroVélo 8 bis

**Petit GUIDE des SENTIERS** SUD ROUSSILLON

<b>1 Boucle Dels Pobles**</b>	13,7 km.	2h30	45 min.
<b>2 Boucle d'Avalrich**</b>	10,3 km.	1h50	35 min.
<b>3 Boucle du Pilou*<sup>GD</sup></b>	6,1 km.	1h05	20 min.
<b>4 Boucle de Villerase*<sup>GD</sup></b>	2,7 km.	30 min.	10 min.
<b>5 Boucle des Capellans*<sup>GD</sup></b>	6,4 km.	1h15	20 min.
<b>6 Boucle de la Méridienne**<sup>GD</sup></b>	10,5 km.	1h55	35 min.
<b>7 Boucle Mar i Estany***</b>	31,1 km.	5h40	1h45



Itinéraires téléchargeables en format gpx



LA MEDITERRANEE A VELO EUROVELO 8



LA MEDITERRANEE A VELO EUROVELO 8