

Infos pratiques







L'ABCdaire du VTTiste

Pour pratiquer le VTT en Pyrénées Catalanes, nous ne saurions trop vous conseiller de profiter des senteurs du printemps ou de l'arrière-saison. Vous ne le regretterez pas... Les chaleurs estivales nécessitent de porter une attention particulière au ravitaillement en eau. Si vous êtes néophyte, nous vous conseillons de suivre attentivement les descriptifs de chaque itinéraire, le balisage et la signalétique de terrain (voir explications ci-dessous). Malgré un contrôle régulier, l'aspect d'un tracé peut changer, la nature n'étant pas figée. Il en est de même pour les kilomètres indiqués, d'un compteur à un autre, les distances peuvent varier légèrement









Quelques recommandations

- ▶ Ne surestimez pas vos capacités et restez maître de votre vitesse.
- ▶ Empruntez les chemins balisés pour votre sécurité et respectez le sens des itinéraires.
- ▶ Soyez prudent et courtois lors des dépassements ou des croisements de randonneurs car le piéton est prioritaire.
- ▶ Contrôlez l'état de votre VTT et prévoyez ravitaillement et accessoires de réparation.
- ▶ Si vous partez seul, laissez votre itinéraire à votre entourage.
- ▶ Le port du casque est fortement recommandé.
- ▶ Respectez les propriétés privées et les zones de cultures.
- ▶ Attention aux engins agricoles et forestiers.
- ▶ Refermez les barrières et clôtures.
- ▶ Evitez la cueillette sauvage de fleurs.
- ▶ Ne troublez pas la tranquillité des animaux sauvages.
- ▶ Gardez vos détritiques, soyez discrets et respectueux de l'environnement.
- ▶ Prudence en période de chasse. ONC +33(0)4.68.53.01.81
- ▶ Soyez bien assuré, pensez au Pass'Sport ou Pass'loisir FFC.

Le balisage

-  **COULEUR DES BALISES**
Attention, elle ne correspond pas à la difficulté du sentier, à la différence de la couleur du numéro. Ici, les balises sont marrons pour les boucles locales car nous sommes dans le Parc Naturel Régional Pyrénées Catalanes.
-  Itinéraires de plus de 80 km (marquage rouge)
-  **LE BALISAGE DES PARCOURS ENDURO**
Les itinéraires descendants/parcours d'enduro ont un balisage spécifique. Le fond de couleur indique la difficulté du parcours.
-  **FAUSSE ROUTE**
Plaquette barrée d'une croix rouge.
-  **DANGER**
Point d'exclamation dans un triangle.
-  *Les différents circuits sont repérés par des numéros. Ils sont classés en fonction de leur difficulté par la couleur des numéros.*



Niveaux de difficultés :

VTT	VTTAE
	
	
	
	

La charte du randonneur

-  Rester sur les chemins et sentiers balisés
-  Ne pas jeter de détritiques, 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
-  Respecter les autres pratiquants randonneurs, cavaliers et cyclistes
-  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

Numéros utiles

 MÉTÉO	32 50
 SECOURS	112
SAMU	15
POMPIERS	18

légende
des circuits



Départ / Arrivée



Possibilité de
stationnement



Point repère
de dénivelé



Sens de
circulation