RANDONNEE - Cerdagne - CATALOGNE

Estany de Malniu

Facile | 6 km | 3h00 | de mai à octobre | maxi 2285 m | +200 m

Accès :

De Perpignan	110 km
De Montpellier	260 km
De Toulouse	180 km
De Barcelone	160 km

Depuis Perpignan prendre la N116 jusqu'à Mont-Louis, puis Bourg-Madame. Continuer jusqu'à Puigcerda en Espagne. Trois kilomètres après le village tourner à droite jusqu'à Guils de Cerdany. Continuer jusqu'à la station de ski de fond. Au parking, prendre tout droit sur la piste pendant 4.8 kilomètres. Laisser le véhicule sur le côté.

Balade somptueuse à la découverte de deux lacs, nichés au coeur d'une forêt de pins àcrochets.

A savoir :

Le casque de Jupiter

Aconitum napellus

C'est à cause de la forme en casque de ses fleurs bleu roi que lui a été attribué son nom vernaculaire. En raison de son extrême toxicité, les herbivores se gardent bien de la consommer. Toute la plante contient des alcaloïdes puissants et les exemples d'utilisations depuis le moyen âge ne manquent pas : de l'homicide à l'empoisonnement des flèches pour tuer le gibier .... Les bourdons, eux, se moquent de cette empoisonneuse. En pénétrant dans la fleur grâce à leur puissance, ils se délectent de l'abondant nectar qu'ils pompent à l'aide de leur trompe.

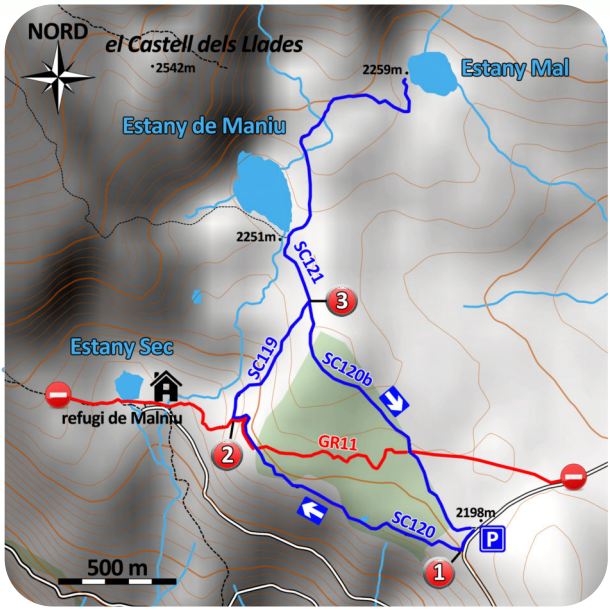
ESTAGNY DE MALNIU – Espagne – CATALOGNE

Itinéraire :

Le chemin débute légèrement en contrebas de la prairie à droite **(1)**.

L'itinéraire à l'aller est numéroté 120. Par la suite il emprunte quelques instants le GR 11 en direction du refuge de Malniu. Lorsque la descente se fait plus soutenue, prendre à droite peu avant le refuge **(2)**, l'itinéraire numéro 119. Il remonte pendant quelques hectomètres au travers d'une forêt clairsemée. Au panneau indicateur **(3)**, tourner à gauche en direction de l'estany Malniu que l'on atteint en moins de 10 minutes. Ses rives offrent de nombreuses opportunités de pique-nique et de détente. Il est possible de faire un aller et retour jusqu'au second lac l'estany Mal (+1H). Pour cela, suivre le chemin qui contourne l'estany Malniu par la droite. Suivre les différents cairns posés ici et là. Par la suite le chemin oblique vers l'est avant de descendre jusqu'aux berges.

Pour le retour, revenir au panneau indicateur **(3)** depuis l'estany Malniu. Prendre le chemin de gauche numéroté 120b. Les marques jaunes ramènent jusqu'au centre de la prairie en 30 minutes.



www.eskapad.info

Equipement :

- Sac à dos
- Veste Polaire
- Crème solaire
- Chapeau
- Carte
- Trousse de secours
- Lunettes de soleil
- Equipement de pluie

L'éditeur, l'auteur ou le diffuseur ne sauraient être tenus pour responsable dans l'hypothèse d'un accident sur cet itinéraire, et ce, quelles qu'en soient les causes. Pour les secours composer le 112.

Mapa excursionista 21 PIRINEUS ® - 1/50 000
Institut Cartogràfic de Catalunya