

LÉGENDE

Gare TGV Perpignan

- Perpignan TGV railway station
- Estación AVT de Perpignan
- Estació TGV de Perpinyà

Train jaune

- Yellow Train
- Tren amarillo

Train rouge du Pays Cathare et du Fenouillèdes

- Red Train
- Tren rojo
- Tren vermell

TER gare SNCF

- Train station
- Estación de tren

Gare routière Perpignan

- Bus station
- Estación de autobuses
- Estació d'autobusos

Informations touristiques

- Tourist information
- Información turística
- Informació turística

Réserve naturelle

- Natural reserve
- Reserva natural
- Reserva natural

Site Naturel Protégé

- Protected natural site
- Espacio natural protegido
- Espai natural protegit

Caniçó Grand Site

Parc Naturel Régional Des Pyrénées Catalanes

Parc Naturel Régional Corbières Naturelles

Aire multimodale

- Multimodal area
- Àrea multimodal
- Àrea multimodal

Aire de covoiturage

- Carpool area
- Àrea de vehicle compartido
- Àrea de vehicle compartit

Aire de service velo

- Bicycle service area
- Àrea de servicio para bicicletas
- Àrea de servei per a bicicletes

Pump Track

Site culturel ou de loisirs

- Cultural or leisure place
- Sitio cultural o de ocio
- Lloc cultural o de lleure

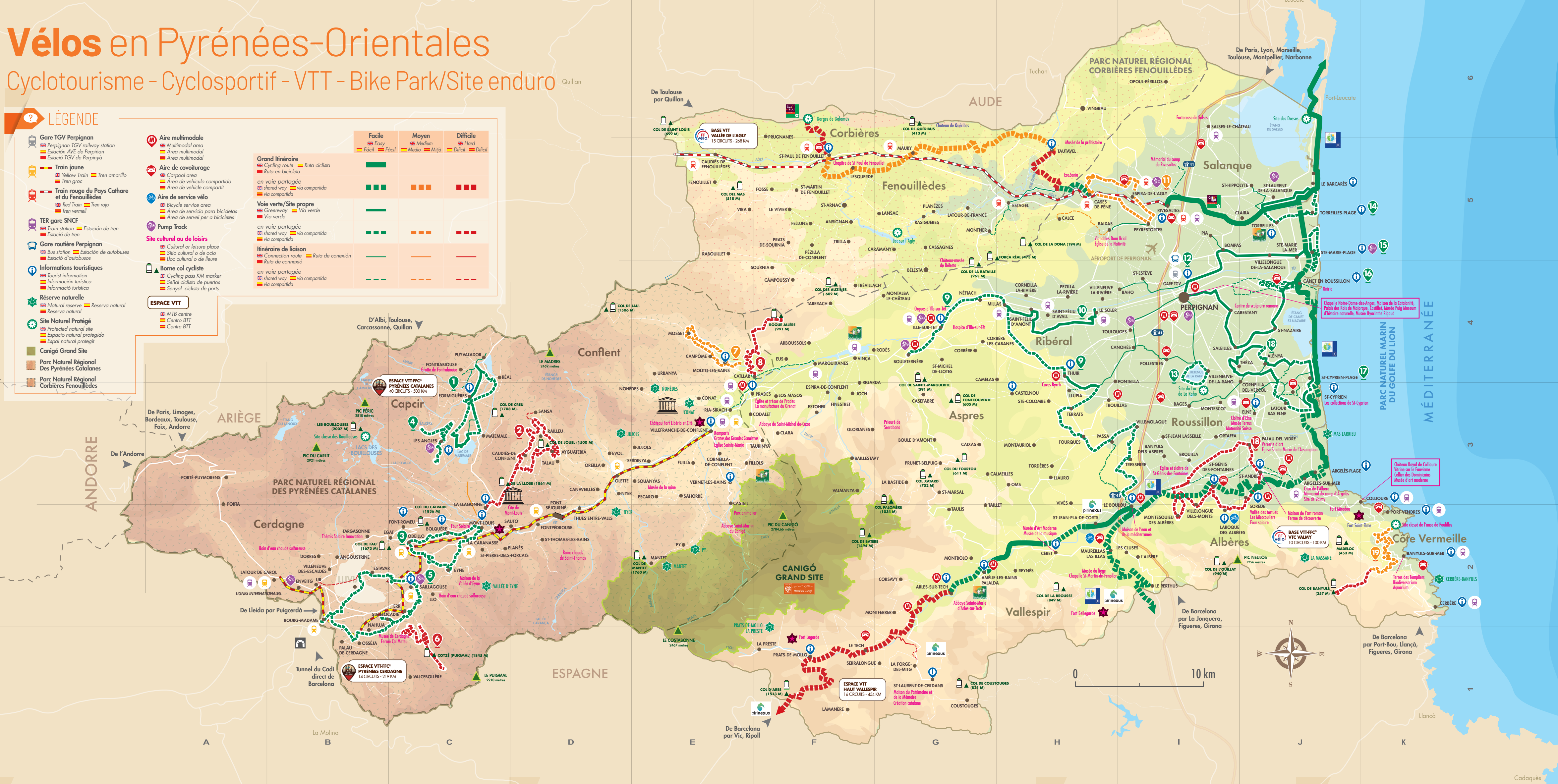
Borne cat cycliste

- Cycling pass KM marker
- Señal ciclista de puertos
- Senyal ciclista de ports

ESPACE VTT

- MTB centre
- Centro BTT
- Centre BTT

	Facile		Moyen		Difficile	
	Fácil	Fácil	Medio	Medio	Difícil	Difícil
Grand itinéraire	■					
en voie partagée	■					
en voie partagée	■		■		■	
via compartida	■		■		■	
Voie verte/ Site propre	■		■		■	
Greenway	■		■		■	
Via verde	■		■		■	
Via verde	■		■		■	
en voie partagée	■		■		■	
shared way	■		■		■	
via compartida	■		■		■	
Itinéraire de liaison	■		■		■	
Connection route	■		■		■	
Ruta de conexión	■		■		■	
en voie partagée	■		■		■	
shared way	■		■		■	
via compartida	■		■		■	



La voie verte est réservée à la circulation non motorisée. Destinée aux piétons, cyclistes, rollers, personnes à mobilité réduite et quelquefois aux chevaux, elles sont matérialisées par un panneau spécifique du code de la route. Les voies vertes sont idéales pour vos promenades familiales.

Les routes à faible circulation ont été choisies pour la faible intensité du trafic routier, pour leurs dénivelées non excessifs (en général inférieure à 3 ‰). Elles peuvent être utilisées par tous les cyclistes et sont jalonnées le plus souvent par des panneaux et/ou des marquages au sol.

À savoir La traversée des villes se fait le plus souvent en

 Pour plus d'informations sur les itinéraires, renseignez-vous auprès des Offices de Tourisme des villes traversées. Quelques zones restent non jalonnées et non aménagées.

 **Itinéraire bis**

Ils sont proposés en cas de fermeture temporaire d'itinéraire (risques incendies notamment)

MÉTÉO

Météo France : Tél. 3250* (*1,35 € TTC par appel + 0,34 € TTC par minute)
Tél. 0899 703 430* (*1,35 € TTC par appel + 0,34 € TTC par minute)
www.meteo-france.mobi sur smartphone ou tablette.

- Évitez de partir par mauvais temps et adaptez votre parcours en fonction des saisons (orages violents d'été, vent au printemps).
- En cas d'orage, évitez d'utiliser le téléphone et les appareils électriques, vous abritez pas sous les arbres.
- En été, partez tôt le matin, prévoyez crème solaire, eau et casque.

RISQUE INCENDIE

www.risque-incendie.com

- Tél. 112 pour tous les mobiles
- Pompiers : 18 – Samu : 15 – Police : 17
- Secours en montagne P.G.H.M. Osséja : Tél. +33 4 68 04 51 03
- CRS 58 (section montagne) : Tél. +33 4 68 30 30 57

- **Avant de partir** : avertissez vos proches de votre itinéraire, munissez-vous d'une fiche portant vos coordonnées, vérifiez votre vélo sans oublier les accessoires indispensables : kit de dépannage, eau, pompe, antivol, trousse de premiers soins. Portez des vêtements visibles.
- **Pendant votre randonnée** : portez un casque, respectez le code de la route, refermez bien les portillons et barrières destinés au bétail. Respectez la nature, ne dérangez pas les animaux et surtout pensez ramener vos déchets.

Retrouvez la liste des activités & lieux de pratique

dans la rubrique 'JE M'ORGANISE - ACTIVITÉS' sur :
www.tourisme-pyreneesorientales.com

DEP 66

es Pyrénées-Orientales 29 clubs locaux vous accueillent. Ils organisent
s de l'année des manifestations et des randonnées cyclotouristiques
elle façon de découvrir le département et faire connaissance avec
es passionnés.

enseignements : departement66-presidence@ffvelo.fr

CASA BICICLETA 

La Casa Bicicleta anime un atelier d'auto réparation de vélo situé à 10 minutes à pied du centre-ville. Elle propose également des cours de vélo pour adultes, des balades à vélo pour les adhérents, le prêt de matériel de voyage (sacoches, remorques, etc.), des conseils sur l'utilisation du vélo, des sorties, des événements. Adhésion obligatoire.

enseignements : Tél. + 33 9 83 50 23 11 - <http://casabicicleta.org>

Entreprise locale qui fait partie des rares fabricants de cadres de vélos situés en France, à deux pas de chez vous. Découvrez leurs fabrications et leur visite à Ille-sur-Têt !

CONCLUSIONS AND RECOMMENDATIONS

➤ Situés à moins de 5 km d'un itinéraire cyclable

- Abri sécurisé dans les hébergements, parking vélo dans les lieux de

- Kit de réparation à disposition

Pirinex est une route cyclo touristique transfrontalière en boucle qui relie les territoires situés de chaque côté des Pyrénées sur l'extrémité orientale, entre la France et l'Espagne. L'itinéraire principal de la route s'étend sur 353 km

Point de départ principal : Le Boulou (arrivée, départ)

➤ **11,2 km** - Cheminement aménagé sur les berges du Tech via les lacs de Saint-Jean-Pla-de-Corts (loisirs aquatiques et aires de pique-nique).

➤ **10.4 km** - L'itinéraire emprunte les anciennes emprises de la voie ferrée et permet la découverte d'ouvrages d'art monumentaux avec de beaux panoramas sur le Vallois et le Canigou.

ARLES-SUR-TECH – COL D'ARES (FRONTIÈRE)
 > 32 km – Sportif. Sur la D115 présentant un dénivelé important.

COL DE PANISSARS (FRONTIÈRE FRANCO-ESPAGNOLE) - LE BOULOU

Site web : www.viesverdes.cat/fr

Pensez au train, au bus ou au covoiturage.

TRAIN + VÉLO

Retrouvez toutes les formules proposées par la SNCF pour rejoindre les Pyrénées Orientales : Train & vélo - TGV & vélo - Intercité & vélo - TER et vélo

Renseignements : Tél. 3635 10.40€ (appel + surcoût suivant opérateur)
www.velo.sncf.com - www.ter.sncf.com

Attention certains quais sont difficile d'accès avec un vélo, vous renseigner auprès de la gare ou de l'office de tourisme du territoire.

 **Le Train Rouge du Pays Cathare et du Fenouillèdes De Rivesaltes**
Transport de vélos gratuit, réservation conseillée. Circulation d'octobre, réservation conseillée de juin à septembre et pour les gr
Accès à la gare de Rivesaltes déconseillée à vélo (1 quai difficile d'a

Renseignements : tel. +33 4 68 20 04 00 - www.lettrainrouge.fr

 Les vélos sont acceptés dans la plupart des TER Occitanie gratuits sans réservation, dans la limite des places disponibles. Les vélos ne peuvent en aucun cas entraver la circulation à bord du train et ne pas provoquer de risques pour les voyageurs. Le contrôleur se réserve le droit de refuser l'accès aux trains.

Pour garantir le confort de voyage et celui des autres voyageurs, nous conseillons : d'éviter les horaires d'affluence, d'arriver environ 20 minutes avant le départ pour vous préparer à charger votre vélo.

RÉSEAU RÉGIONAL DE TRANSPORT ROUTIER HQ

Un réseau de bus à 1 euro, géré par la Région Occitanie, vous permet de voyager tout le territoire départemental !

Renseignements : Itinéraires, fiches horaires, carte interactive, titres et renseignements supplémentaires sur les services disponibles.

Téléphone Service régional des transports des Pyrénées-Orientales : 0 806 80 10 10

SANKEO

Le réseau de bus pour vous déplacer sur les 36 communes de l'Agglo Méditerranée Métropole. Près de 1 200 points d'arrêt ! Nouveauté 2024 : appli de découverte des lieux emblématiques de Perpignan sur les lignes P'tit Pulséo. **Pour des raisons de sécurité, les vélos, y compris les vélos pliables interdits dans les bus.**

Renseignements : www.sankeo.com - Tél. n° vert gratuit + 33 800 800 370

ET DE COVOITURAGE

 **Aires multimodales :**
aires reliées directement



 **Aires de covoiturage**

