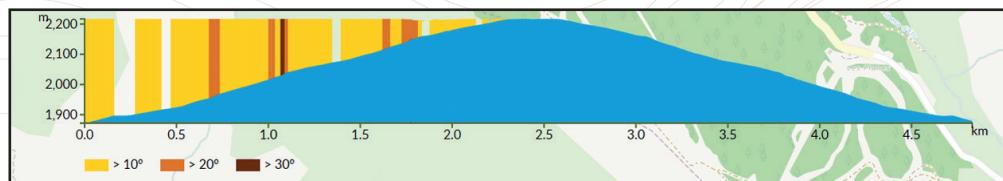
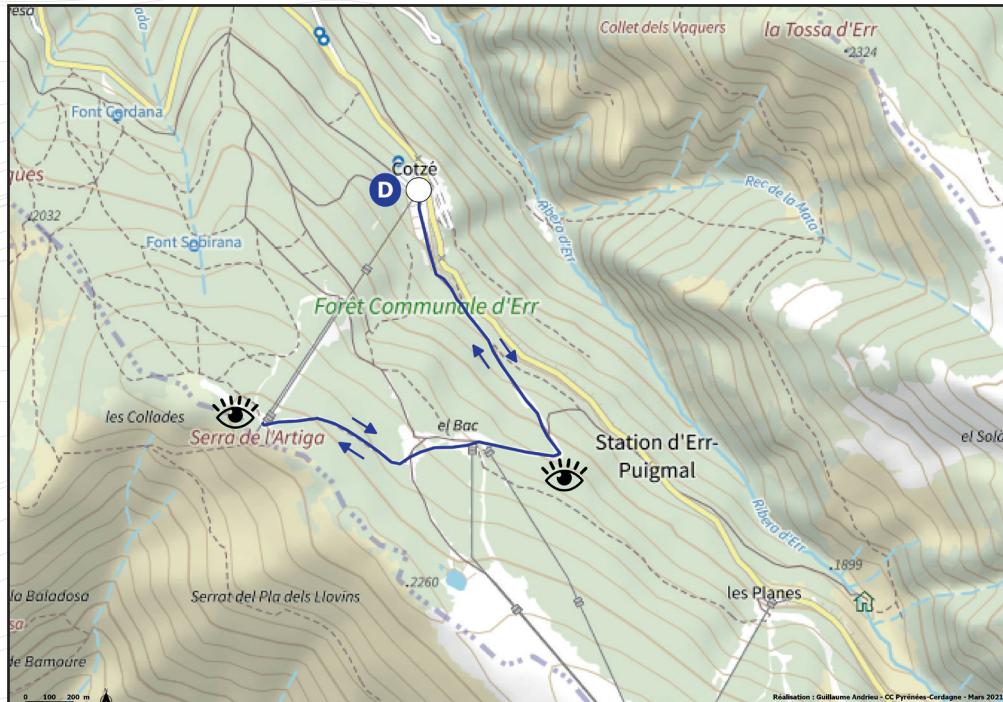




SKI DE RANDONNÉE

Niveau Bleu
Point de départ Cotzé
Longueur 4.8km

Dénivelé +345m
Aller-retour
Altitude max 2217m



ASTUCES – IDÉES

Cet itinéraire est également praticable en raquette. Attention de ne pas marcher sur les traces de ski de randonnée et veuillez à rester d'un côté du parcours, pour une bonne cohabitation entre tous les pratiquants. Une cabane ouverte en haut de Cotzé permet de s'abriter en cas de mauvais temps pour le pique-nique et préparer la transition montée/descente.

🇬🇧 You can do this trail on snow shoes. Please do not walk on the cross country skiing tracks and walk beside the path so that we can all get on. A cabin at the top of Cotzé allows you to shelter from bad weather, have your picnic or prepare for the ascension/descent change over.

🇪🇸 Aquesta ruta també és transitable amb raquetes de neu. Aneu amb compte de no caminar sobre les marques d'esquí, si us plau, mantingueu-vos en un costat del recorregut per a una bona convivència entre tots els practicants. Una barraca oberta a la part superior de Cotzé proporciona un refugi quan fa mal temps per al pícnic i prepara la transició pujada / baixada.



LA VOIE DE LA SAGESSE - PARCOURS TRAIL



LA VOIE DE LA SAGESSE

ESPACE OUTDOOR PUIGMAL PYRÉNÉES-CERDAGNE

2

Tout en douceur !

Ce parcours, en aller-retour est une belle montée, régulière et progressive. Au départ de Cotzé, le départ se fait en douceur, avant une portion un peu plus raide. Celle-ci, assez courte, peut permettre de travailler les techniques de conversion. La suite de la montée reste régulière et sans difficulté. Une fois en haut de Cotzé, la vue sur le sommet du Puigmal est imprenable ! La redescente se fait par le même itinéraire, sur une ancienne piste bleue. Pas de grosses difficultés, mais il faudra prendre en compte l'effort de la montée.

🇬🇧 The path of wisdom

Not too hard!

This there and back trail is a regular and pregresive incline. The departure is from Cotzé is quite easy before getting steeper. This short section helps you perfect your "techniques de conversion".

The rest of the climb is straight forward. Once at the top of Cotzé, the view (of or on) the sommet of Puigmal is fantastic!

The descent is by the same trail on an old blue slope.

No major difficulties but the effort of the climb up must be taken into consideration.

🇪🇸 El camí de la saviesa

Molt suauament!

Aquest recorregut d'anada i tornada és una bonica pujada, regular i progressiva. Des de Cotzé, l'inici és suau, abans d'arribar a un tros una mica més pronunciat. Aquest darrer, bastant curt, us pot permetre treballar la tècnica de conversió. La resta de la pujada es manté regular i sense dificultats. Un cop al cim de Cotzé, la vista sobre el cim del Puigmal és impressionant! La baixada es fa pel mateix recorregut, per una antiga pista blava. No hi ha grans dificultats, però caldra tenir en compte l'esforç de la pujada.



Téléchargez ce parcours sur l'application ON PISTE avant de partir et laissez vous guider !



Vivez Pyrénées-Cerdagne en Pleine Nature

Office de Tourisme communautaire Pyrénées-Cerdagne - www.pyrenees-cerdagne.com - +33 4 68 04 15 47