

## LE FITOU, ENTRE TERRE ET MER

### Infos Pratiques

Distance	76 km
Niveau	Moyen
Dénivelé	952 m D+
Départ	TUCHAN
Typologie	boucle

### Votre itinéraire

**Étape 1** - - Prendre à gauche, remonter la rue de l'enclos, et descendre à droite dans la Rue de la Poste. Au 1er stop, continuer sur la Rue de la Poste et au 2ème stop prendre à droite sur la rue de la république. Et continuer à droite sur la Rue de l'Ormeau. Prendre à droite sur la Rue du Pont la D611 en direction de Paziols. Au rond-point, continuer tout droit sur la D611 en direction d'Estagel/Paziols. - 3,5 km. Paziols. Continuer sur la D611 en direction d'Estagel. Sortir du village et poursuivre sur la D611. A l'intersection, prendre à gauche la D59 en direction de Tautavel/Vingrau. - 13 km Tautavel. Au stop, prendre à gauche sur la D9 en direction de Tautavel/Vingrau. Continuer vers le Centre-Ville. A l'intersection, continuer sur la D9 en direction de Vingrau/Opoul (tout droit au niveau du petit rond-point). Faire 4,3 km. - 18,5 km. Vingrau. A l'intersection, prendre à droite la direction d'Opoul/Rivesaltes et continuer sur 2,7 km. Tourner à gauche en direction d'Opoul. Continuer sur la route principale pendant 7 km. - 28,5 km Opoul. Suivre Le village, continuer en direction de Toutes Directions. Au stop Prendre tout droit en direction de Fitou. Au niveau de la chapelle, prendre la route à gauche pour sortir du village. Continuer vers la droite en direction de Fitou. Faire 5,2 km. - Continuer sur la gauche en direction de Fitou. Faire 3 km - Prendre à gauche sur la D50 en direction de Feuilla/Treilles. Faire 5,2 km. - A l'intersection, prendre à gauche sur la D27 en direction de Feuilla. Faire 8,8 km et continuer sur la D27 en direction de Saint-Jean-du-Barrou/Embres-et-Castelmaure. Vous avez passé le Col de Feuilla (250m). - 54 km Saint-Jean-de-Barrou. Dans le village, continuer vers la gauche sur la D205 en direction d'Embres-et-Castelmaure. - 57,5 km Embres-et-Castelmaure. Continuer en restant sur l'axe principal. Juste après la coopérative continuer vers la droite toujours la D205 sur la Rue du Centre. A la sortie du village, faire 5,2km. A l'intersection, prendre à gauche la D611 en direction de Tuchan. Rester sur cette route jusqu'à Tuchan. Vous avez passé le Col de Canteloup (243m) et le Col d'Extreme (262m). Juste avant le village, vous pouvez monter au Château d'Aguilar sur votre gauche. - 75,5 km Tuchan. Continuer tout droit toujours sur la D611 en direction d'Estagel. A l'intersection, prendre à droite la D39 en direction de Villerouge-Termènes/Maisons. Prendre à gauche en suivant Toutes Directions. Remonter la Rue de la Promenade, vous êtes revenu à votre point de départ. Id openrunner 4339462

### Préconisations

Attention, le risque incendie est souvent élevé, en particulier l'été, et peut entraîner des fermetures de massifs. Renseignez-vous avant de partir en [consultant la carte du risque incendie](#) pour les activités de pleine nature.

Feux strictement interdits. Ne fumez pas et ne jetez jamais de mégots dans la nature. Les incendies sont nombreux et catastrophiques dans notre région. En cas d'incendie ou d'accident : donnez l'alerte 18 ou 112 à partir d'un portable.

Protégez-vous du soleil et emportez de l'eau en quantité suffisante.

Évitez la cueillette des fleurs et des plantes. Emportez tous vos déchets. Réfermez les clôtures et tenez les chiens en laisse dans les espaces de pâturages, les villages et les zones protégées.

Parcours VTT : les itinéraires sont souvent partagés avec les randonneurs ou d'autres usagers (voitures, tracteurs etc.). Soyez prudents et anticipez toujours qu'un piéton peut être présent au détour d'un virage pour avoir le temps de freiner si nécessaire. Les piétons sont par principe prioritaires, ralentissez lors des croisements ou arrêtez-vous si la configuration du terrain vous y oblige.

Merci et bonne randonnée !

## En savoir plus

<https://www.tourisme-corbieres-minervois.com/balades-et-randonnees/le-fitou-entre-terre-et-mer/>