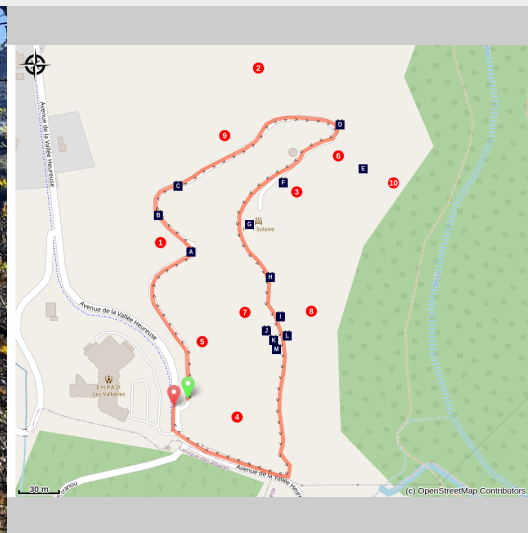


# Parcours d'orientation de Sorède

Albères - SOREDE



(OTI)

*Parcours d'orientation sur les hauteurs de Sorède aux pieds des Albères, dans un site bucolique. C'est aussi un parcours sportif.*

Ce parcours a été mis en place par par les jeunes du P.I.J. des Albères des Albères et la Fédération française Course d'orientation, en collaboration avec l'Office de Tourisme Intercommunal Pyrénées Méditerranée, la Communauté de communes Albères Côte Vermeille Illibéris et la Mairie de Sorède. La carte est disponible gratuitement dans les Offices de Tourisme.

Le départ s'effectue au Mas del Ca, espace naturel de Sorède aux pieds des Albères. Possibilité de pique-niquer en haut du Mas del Ca, avec vue imprenable sur la mer, la plaine du Roussillon et les Albères. Des bancs et tables sont à votre disposition.

## Infos pratiques

Pratique : Course d'orientation

Durée : 1 h 30

Longueur : 0.8 km

Dénivelé positif : 16 m

Difficulté : Facile

Type : Traversée

Thèmes : Flore

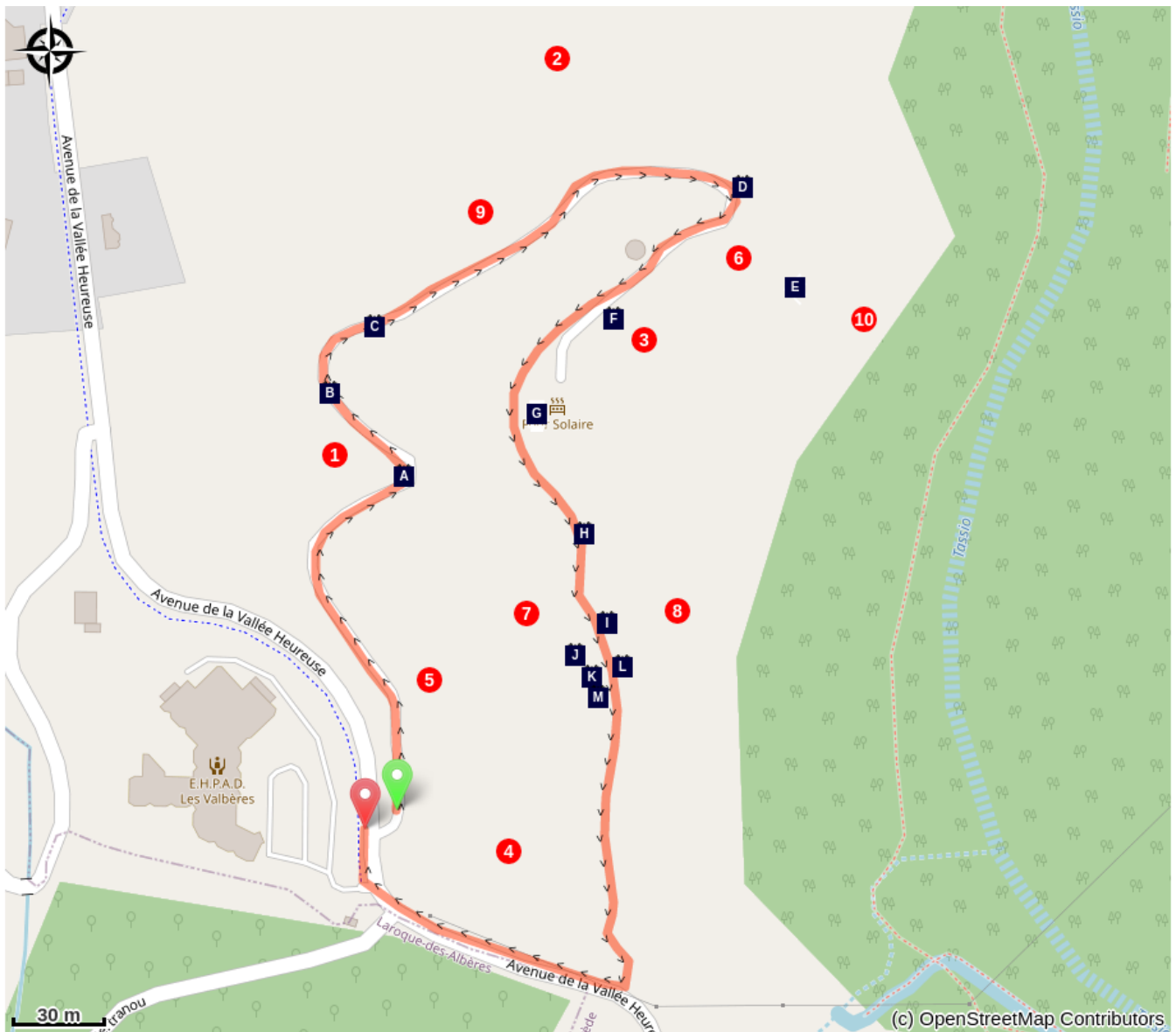
# Itinéraire








Départ : Mas del Ca  
Arrivée : Mas del Ca







Compter 1h/1h30 pour faire le parcours. Pour pimenter l'activité vous pouvez vous donner un temps limité pour en trouver un maximum !

[Telecharger la fiche du parcours](#)

# Sur votre chemin...



-  Echelle double (A)
-  Espalier double (C)
-  Point de vue (E)
-  Four solaire (G)
-  Vélo (I)
-  Bras et Pectoraux (K)
-  Vélo elliptique (M)

-  Poutre d'équilibre (B)
-  Barre fixe (D)
-  Echelle de suspension (F)
-  Table d'abdominaux (H)
-  Adducteur (J)
-  Rameur (L)

# Toutes les infos pratiques

## ⚠️ Recommandations

Avant de partir, consulter les conditions météorologiques .

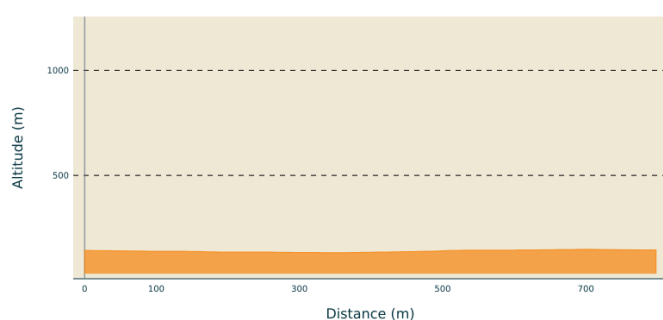
Soyez vigilants avec les enfants en traversant la route.

Respecter les agrés du parcours de santé.

Ne pas laisser de déchets sur le site.

Si vous constatez une anomalie sur le parcours, merci de contacter l'Office de Tourisme Pyrénées Méditerranée au 04 48 98 00 08.

## Profil altimétrique



Altitude min 132 m

Altitude max 148 m

## Transports

Bus à 1€

## Accès routier

D618, D2, Avenue de la vallée heureuse direction four solaire.

## Parking conseillé

Parking en terre (derrière la maison de retraite "Les Valbères")

# Sur votre chemin...

---



## Echelle double (A)

Parcours de santé

Crédit photo : François-Xavier Hallé

---



## Poutre d'équilibre (B)

Parcours de santé

Crédit photo : François-Xavier Hallé

---



## Espalier double (C)

Parcours de santé

Crédit photo : François-Xavier Hallé

---



## Barre fixe (D)

Parcours de santé

Crédit photo : François-Xavier Hallé

---



## Point de vue (E)

Point de vue sur les Albères

Crédit photo : François-Xavier Hallé



## 🦋 Echelle de suspension (F)

Parcours de santé

Crédit photo : François-Xavier Hallé

---



## 🍷 Four solaire (G)

Saviez-vous que la commune de Sorède a été la première au monde à avoir un four solaire? En 1900, le physicien portugais Manuel Gomes dit « Padre Himalaya » a été le premier à expérimenter ce système. Ce four possédait une optique de 5 mètres de diamètre fixé sur une structure métallique orientable vers le Soleil. La chaleur concentrée par les miroirs permet en août 1900 d'atteindre les 900°C. Le site actuel du four solaire est une copie du four solaire originel proche du Château d'Ultrera.

Crédit photo : CCACVI

---



## 🦋 Table d'abdominaux (H)

Parcours de santé

Crédit photo : François-Xavier Hallé

---



## 🦋 Vélo (I)

Parcours de santé

Crédit photo : François-Xavier Hallé

---



## 🦋 Adducteur (J)

Parcours de santé

Crédit photo : François-Xavier Hallé



## Bras et Pectoraux (K)

Parcours de santé  
Crédit photo : François-Xavier Hallé

---



## Rameur (L)

Parcours de santé  
Crédit photo : François-Xavier Hallé

---



## Vélo elliptique (M)

Parcours de santé  
Crédit photo : François-Xavier Hallé