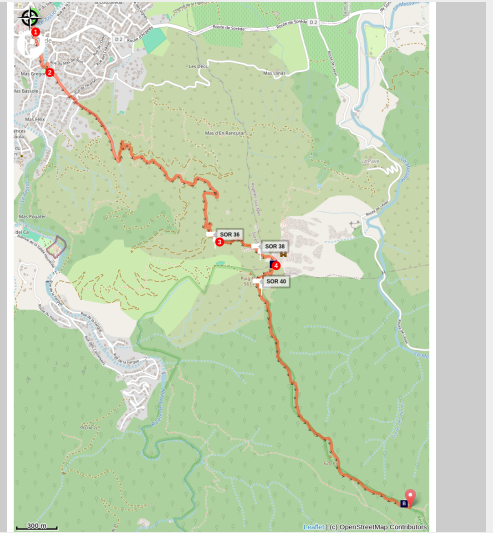


De Sorède au Roc de les Medes

Albères - SOREDE



(Elisabeth Coste)



*Village typique, ermitage, belvédère
avec vue exceptionnelle !*
[Arrêté datant du mois de juin 2024
concernant la réglementation de l'accès
au massif des Albères.](#)

Petite ascension depuis Sorède vers le Roc de les Medes. Très belle vue sur la Massane et la mer Méditerranée. Le passage dans une superbe forêt de chênes et de châtaigniers ravira le randonneur.

Infos pratiques

Pratique : Pédestre

Durée : 3 h 6

Longueur : 6.6 km

Dénivelé positif : 682 m

Difficulté : Difficile

Type : Traversée

Thèmes : Archéologie, Flore, Géologie, Histoire, Littoral, Montagne, Patrimoine, Point de vue

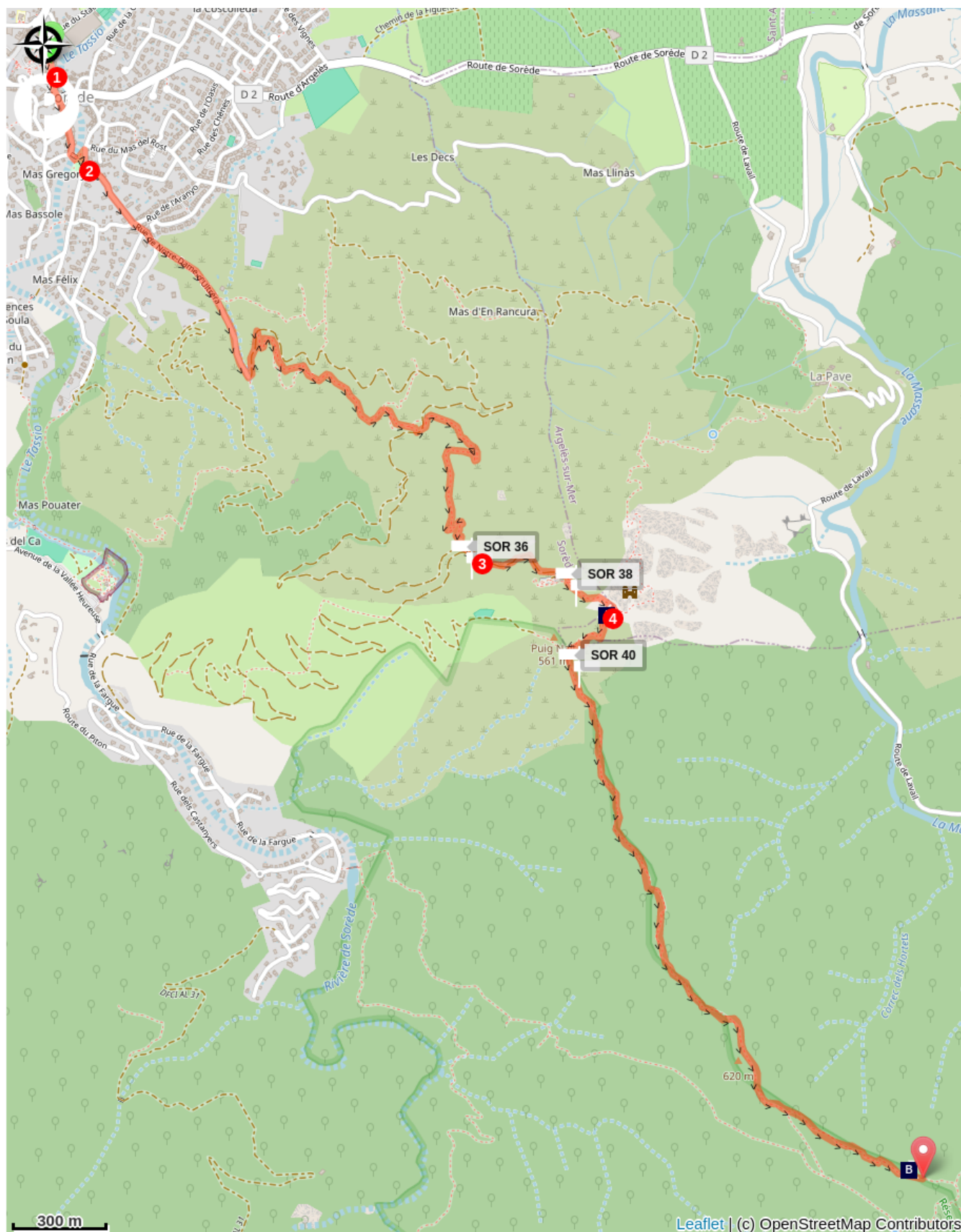
Itinéraire

Départ : Office de Tourisme de Sorède

Arrivée : Office de Tourisme de Sorède

1. En sortant de l'office de tourisme, partir à gauche puis tout droit jusqu'à la passerelle qu'il faut traverser.
2. Au niveau de la statue du Christ, prendre sur la gauche, en direction de Notre-Dame du Château, passage par le circuit des casots, ne pas hésiter à faire un petit détour pour aller les voir lorsqu'ils se trouvent à l'écart du chemin.
3. Partir à gauche sur la piste vers l'Ermitage Notre-Dame du Château. Puis prendre la direction du Roc de les Medes.
4. Admirer la vue sur la Massane et les ruines d'Ultrera. Poursuivre le chemin en suivant le balisage jaune.

Sur votre chemin...



👁 Point de vue (A)

🏠 Roc de les Medes (B)

Toutes les infos pratiques

⚠️ Recommandations

Prévoir chaussures adaptées à la marche, eau, casquette ou chapeau et coupe-vent.

Respecter la nature en rapportant les déchets.

Regarder la météo avant le départ.

Zones de sensibilité environnementale

Au cours de votre itinéraire, vous allez traverser des zones sensibles en rapport avec la présence d'une espèce ou d'un environnement spécifique. Dans ces zones, un comportement approprié permet de contribuer à leurs préservation. Pour plus d'information, des fiches sont disponibles pour chaque zone.

Zone Natura 2000 Directive Habitat

Période de sensibilité :

Zone Natura 2000 Directive Oiseaux

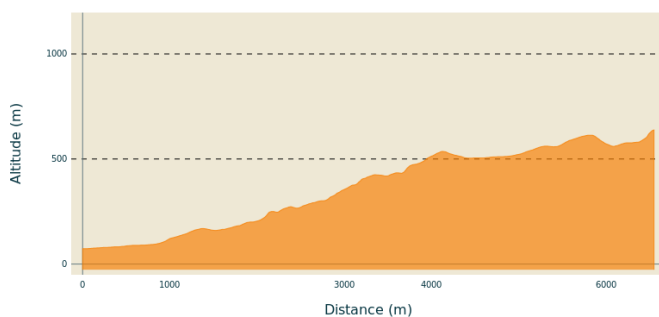


Zone Natura 2000 Directive Oiseaux

Période de sensibilité :

Zone Natura 2000 Directive oiseaux

Profil altimétrique



Altitude min 73 m

Altitude max 640 m

Transports

Bus à 1€

Parking conseillé

Parking de la Mairie

Accès routier

D 618, D 11

Sur votre chemin...



👁️ Point de vue (A)

Point de vue sur le Massif des Albères.
Crédit photo : Aurélie Rubio



🏔️ Roc de les Medes (B)

Le roc culmine à 692 mètres d'altitude et offre un panorama intéressant entre la Vallée de Lavail et la Vallée Heureuse. Sa forme singulière ressort de la ligne de crêtes qui d'ailleurs lui a donné son nom. "Medes" provenant du latin "meta" qui se traduit par "but, objectif" mais aussi "limite, borne". La randonnée sur les crêtes vous amènera jusqu'aux ruines du Château d'Ultrera. Depuis le roc, une itinérance est possible vers Lavail ou la Vallée Heureuse.
Crédit photo : CCACVI