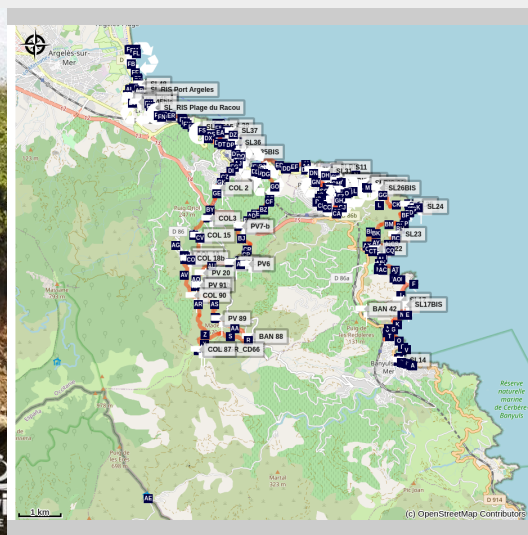


SwimRun la Longue

Albères - ARGELES SUR MER



SwimRun La Longue (SwimRun France - Côte Vermeille)

SWIMRUN LA LONGUE - SAMEDI 22 JUN 2019

Osez-vous relever le défi ? Banyuls - Argelès

Infos pratiques

Pratique : Nautique

Durée : 10 h

Longueur : 44.9 km

Difficulté : Très difficile

Type : Traversée

Thèmes : Littoral, Montagne,
Patrimoine, Point de vue

Itinéraire

Départ : Port de Banyuls-sur-Mer

Arrivée : Plage centrale

Balisage : — PR

La Longue c'est 46.1 km de « SWIM » et de « RUN ».

12 sections de « SWIM » : Total parcouru : 6.23 km / Section la plus longue : 1.01 km

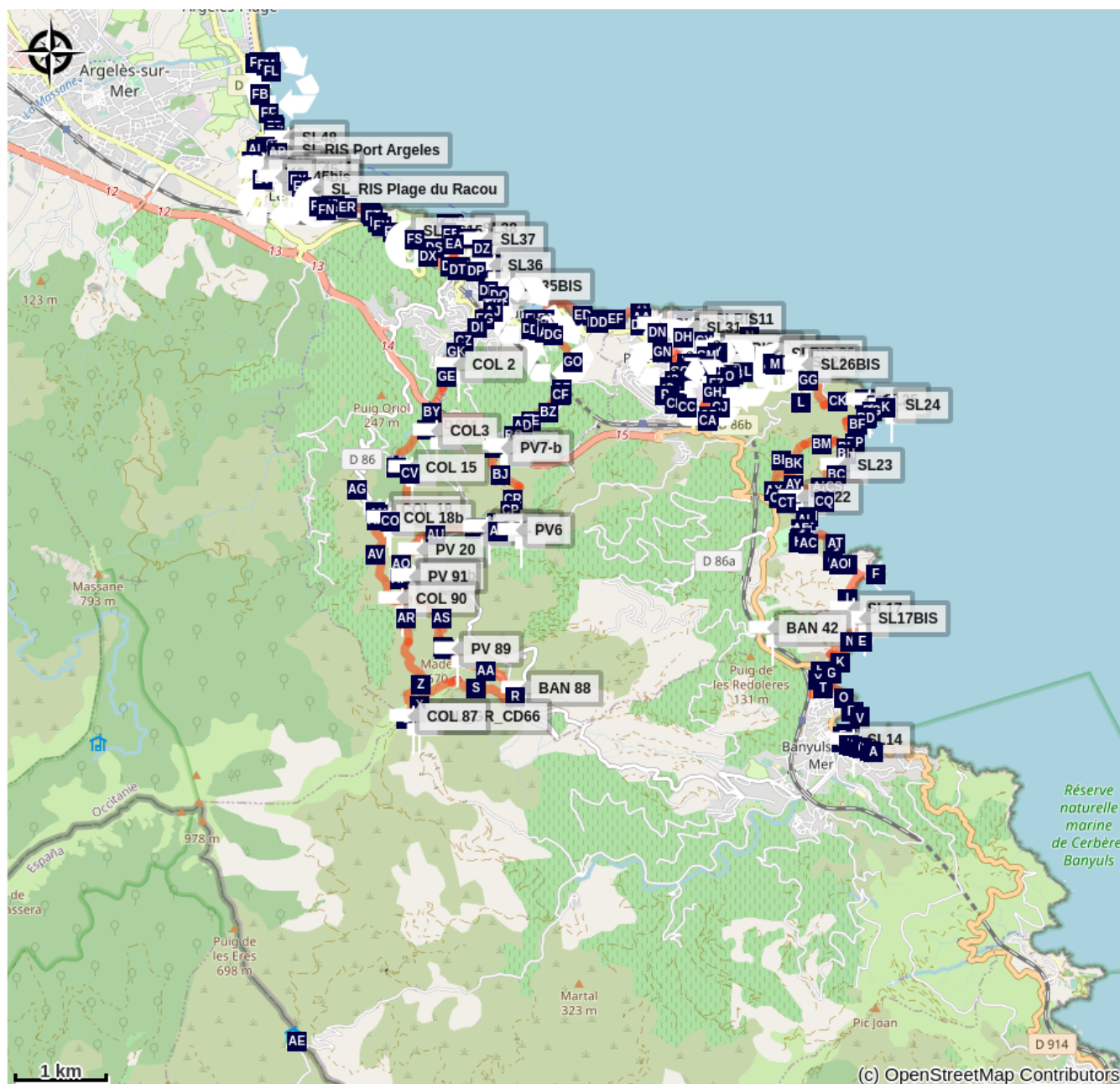
12 sections de « RUN » : Total parcouru : 39.89 km / Section la plus longue : 17.08 km

Venez-vous dépasser avec la pratique du Swimrun par équipe de deux. Au départ du port de Banyuls-sur-Mer, vous traverserez Port-Vendres puis Collioure, et longerez la côte pour terminer sur la plage centrale à Argelès-sur-Mer en réalisant une alternance terre/ mer (run/swim).

Course dès 18 ans, limitée à 100 équipes, tarif par équipe 248€.

Plus d'infos sur : <https://www.swimruncotevermeille.com/lalongue>

Sur votre chemin...



- | | |
|----------------------------------|-----------------------------|
| Plongée Bleue (A) | AquaBlue Plongée (B) |
| Banyuls Plongée (C) | Rédéris Plongée (D) |
| Sphinx (E) | Cap d'Ullastrell (F) |
| Plage du Fourat (G) | Vigie Site de Paulilles (H) |
| Plage de l'Usine (I) | Anse Ste Catherine (J) |
| Phare Cap Béar - le monument (K) | Fort Béar (L) |
| La Jetée de Port-Vendres (M) | Phare de la Jetée (N) |

Toutes les infos pratiques

Zones de sensibilité environnementale

Au cour 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.



Réserve Naturelle Marine de Cerbère-Banyuls

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Mai, Juin, Juillet, Août, Septembre, Octobre, Novembre, Décembre

Réserve Naturelle Marine de Cerbère-Banyuls

Zone Natura 2000 Directive Habitat

Période de sensibilité :

Zone Natura 2000 Directive Oiseaux

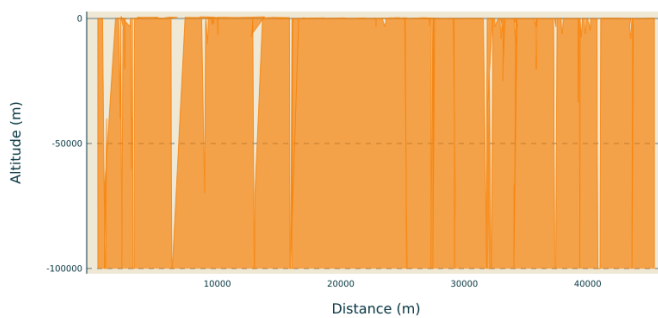


Zone Natura 2000 Directive Oiseaux

Période de sensibilité :

Zone Natura 2000 Directive oiseaux

Profil altimétrique



Altitude min 0 m
Altitude max 0 m

Sur votre chemin...



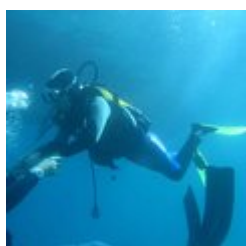
Plongée Bleue (A)

Port de Plaisance
10, Quai Georges Petit
06 78 16 64 51
www.plongeebleue.com
Crédit photo : Plongée bleue



AquaBlue Plongée (B)

Port de Plaisance
5, Quai Georges Petit
04 68 88 17 35
www.aquablue-plongee.com
Crédit photo : Aquablue plongée



Banyuls Plongée (C)

06 81 84 48 45
www.banyuls-plongee.com
Crédit photo : Banyuls plongée



Rédéris Plongée (D)

Quai A Port Parking Méditerranée
04 68 88 31 66
www.rederis.com
Crédit photo : admin66pm



Sphinx (E)

Quand l'Egypte s'invite sur la Côte Vermeille. Observez bien le trait de côte et vous découvrirez un authentique sphinx... avec un peu d'imagination. Ce cap situé près de la Plage des Elmes est un endroit magnifique. Il faut emprunter le Chemin des Douaniers, par la Plage des Elmes pour s'y rendre.

Crédit photo : CCACVI



Cap d'Ullastrell (F)

En 1861, un petit fort a été construit sur le haut du Cap d'Ullastrell. Pourvu de 4 canons pour empêcher tout débarquement sur la plage de Paulilles, il permettait de défendre le port de Port Vendres. Vendu en 1880 à la fabrique de dynamite Nobel de Paulilles pour servir de maison à son gardien, il est aujourd'hui en rénovation. Un point de vue aux couleurs explosives s'offre à vous sur l'anse de Paulilles et ses plages entre les deux caps. Allez y jeter un coup d'œil !

Crédit photo : CCACVI



Plage du Fourat (G)

Troisième et dernière plage du site de l'anse de Paulilles, la plage du Forat est aussi la plus éloignée. Peu fréquentée, elle est très agréable pour ceux qui cherchent du calme. Bon spot de plongée, ce site n'est pas surveillé.

Crédit photo : Drone Perpignan



Vigie Site de Paulilles (H)

Point de vue Site de Paulilles depuis le haut de la vigie
Crédit photo : Adeline Dupont



Plage de l'Usine (I)

Nichée entre le Cap Béar et le Cap Oullestrell, tous deux sites classés, l'anse de Paulilles renferme trois belles plages séparées par des promontoires rocheux dont la plage del Mitg (de l'Usine). En novembre 1870, Paul Barbe achète des terrains dans la vallée de Paulilles et fait construire une dynamiterie, qui sera délocalisé en 1984 à Rivesaltes. La friche industrielle, racheté par le Conservatoire du Littoral est réhabilitée et permet la préservation la faune et la flore propre au site.

Crédit photo : CCACVI



🗨️ Anse Ste Catherine (J)

Cette petite crique de galets méconnue est surtout fréquentée par les maisons voisines. Le cadre est paradisiaque et la vue grandiose sur le sud de la Côte Vermeille. Située en contrebas du phare qui ponctue le Cap Béar, cette plage se niche entre les rochers pour mieux offrir ses eaux turquoise. Site réputé pour la plongée sous-marine, il offre une merveilleuse vue sur le grand bleu.

Crédit photo : CCACVI



🗨️ Phare Cap Béar - le monument (K)

Avec une architecture de marbre et de granit, un parvis en pierre de taille, des parements en marbre du Conflent, ses parois intérieures en carreaux d'opaline, un escalier intérieur en marbre de Villefranche de Conflent- c'est le phare le plus précieux de la côte languedocienne.

Le phare dispose à son sommet d'une technologie de lentille dite de Fresnel inventée à partir de 1813 et qui sera par la suite appliquée au phare du monde entier. Fresnel aura également l'idée (élaboration en 1889) de faire reposer le système dans un bain au Mercure pour limiter les frottements à la rotation.

Le phare est électrifié en 1936, un feu à 3 éclats tournant en 15 secondes pour guider les navires jusqu'à près de 30 milles! (soit près de 55 km à la ronde)

Source Francois Brun Le Roussillon Sous-Marin-Ed Gap

Aujourd'hui, comme sur toute la côte le gardien du phare a disparu pour laisser place à une automatistaion du système depuis 2012.

Crédit photo : Géraldine Cayrol



🗨️ Fort Béar (L)

Construit entre 1877 et 1880, le Fort Béar fut bâti dans le but de verrouiller les frontières et de remplacer les fortifications de Vauban par des forts polygonaux enterrés. Ce fort a été utilisé jusqu'au milieu du XXème siècle, époque durant laquelle fut installée une station radio après l'occupation allemande (1949). Il est à présent propriété de l'Armée.

Crédit photo : CCACVI



☞ La Jetée de Port-Vendres (M)

Point de vue de la Jetée de Port-Vendres sur la route du Cap Béar

Crédit photo : Robert Quilez



🏰 Phare de la Jetée (N)

Ayant supporté les intempéries jusqu'à présent, le phare métallique de la Jetée de Port-Vendres a fonctionné bravement 110 ans. Cependant les dernières tempêtes l'ont quelque peu abîmé, notamment son escalier en colimaçon, supprimé depuis du fait de l'automatisation de la lanterne. Inscrit aux monuments historiques depuis 2011, allez le voir avant que la mer ne l'emporte !

Crédit photo : CCACVI