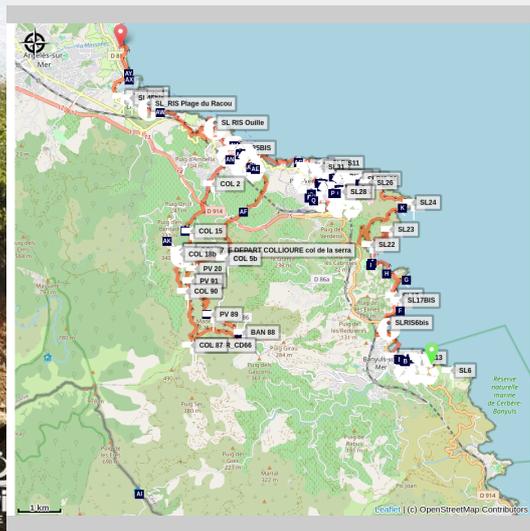


# SwimRun la Longue

Côte Vermeille - BANYULS SUR MER



SwimRun La Longue (SwimRun France - Côte Vermeille)

## SWIMRUN LA LONGUE - SAMEDI 22 JUN 2019

Oserez-vous relever le défi ? Banyuls - Argelès

### Infos pratiques

---

Pratique : Nautique

---

Durée : 10 h

---

Longueur : 44.4 km

---

Dénivelé positif : 1645 m

---

Difficulté : Très difficile

---

Type : Traversée

---

Thèmes : Littoral, Montagne,  
Patrimoine, Point de vue

# Itinéraire

Départ : Port de Banyuls-sur-Mer

Arrivée : Plage centrale

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

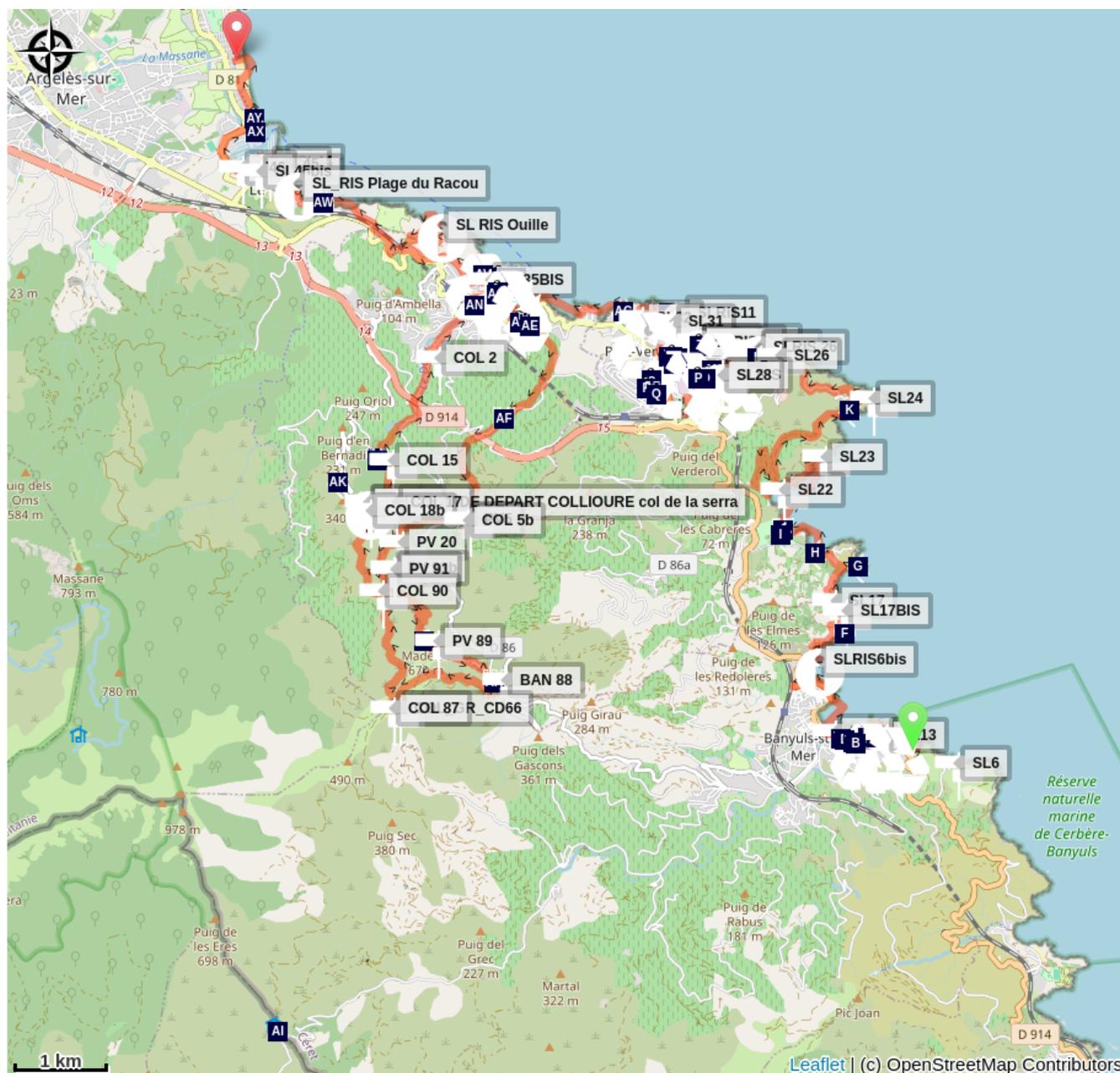
12 sections de « RUN » : Total parcouru : 39.89 km / Section la plus longue : 17.08 km

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...



- |   |   |
|---|---|
|  Laboratoire Arago (A)       |  Plongée Bleue (B)   |
|  AquaBlue Plongée (C)        |  Banyuls Plongée (D)   |
|  Rédéris Plongée (E)         |  Sphinx (F)  |
|  Cap d'Ullastrell (G)        |  Plage du Fourat (H)   |
|  Vigie Site de Paulilles (I) |  Plage de l'Usine (J)  |
|  Anse Ste Catherine (K)      |  La Jetée de Port-Vendres (L)                                  |
|  Redoute Béar (M)            |  Aquarelle "The Lighthouse"<br>(Charles Rennie Mackintosh) (N) |

# Toutes les infos pratiques

## 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.



### 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

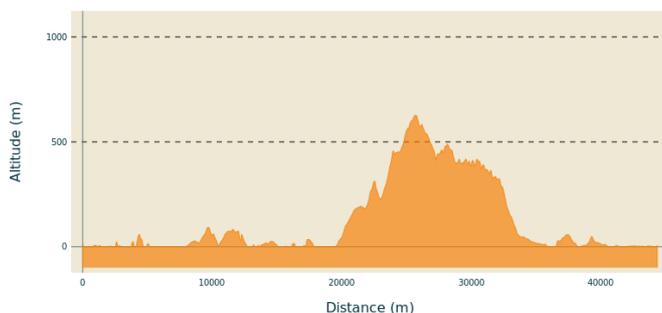


### Zone Natura 2000 Directive Oiseaux

Période de sensibilité :

Zone Natura 2000 Directive oiseaux

## Profil altimétrique



Altitude min 0 m  
Altitude max 626 m

# Sur votre chemin...

---



## Laboratoire Arago (A)

Au début des années 1880, le zoologiste Henri De Lacaze Duthiers prospecte la Côte Méditerranéenne pour implanter une station marine. En 1882, le Laboratoire Arago ouvre ses portes à son emplacement actuel, et l'aquarium public est inauguré en 1884. Le laboratoire a accueilli des scientifiques qui souhaitaient faire progresser les sciences marines. Les structures de recherches ont été régulièrement étendues pour accueillir de nouveaux chercheurs qui ont contribué à la renommée du laboratoire.

Crédit photo : Laboratoire Arago

---



## Plongée Bleue (B)

Port de Plaisance  
10, Quai Georges Petit  
06 78 16 64 51

[www.plongeebleue.com](http://www.plongeebleue.com)

Crédit photo : Plongée bleue

---



## AquaBlue Plongée (C)

Port de Plaisance  
5, Quai Georges Petit  
04 68 88 17 35

[www.aquablue-plongee.com](http://www.aquablue-plongee.com)

Crédit photo : Aquablue plongée

---



## Banyuls Plongée (D)

06 81 84 48 45  
[www.banyuls-plongee.com](http://www.banyuls-plongee.com)  
Crédit photo : Banyuls plongée



## 🚤 Rédéris Plongée (E)

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



## 🏺 Sphinx (F)

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 (G)

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 (H)

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 (I)

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



## Plage de l'Usine (J)

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 (K)

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.

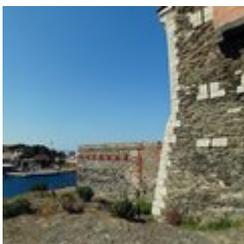
Crédit photo : CCACVI



## La Jetée de Port-Vendres (L)

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

Crédit photo : Robert Quilez



## Redoute Béar (M)

De par sa position stratégique maritime et sa proximité avec des frontières historiques, Port-Vendres a fait l'objet de beaucoup d'attention de la part des bâtisseurs militaires. Le tournant historique de la ville se situe aux alentours de 1659, lorsqu'après le Traité des Pyrénées, le Roi Louis XIV charge Vauban de faire de "Port-Vendres" un port de guerre. Montez jusqu'à la Redoute Béar construite au 18ème siècle selon les plans de Vauban et plongez-vous dans l'histoire.

Crédit photo : CCACVI



## 🗺️ Aquarelle "The Lighthouse" (Charles Rennie Mackintosh) (N)

Cette aquarelle représente en premier plan une portion de la route de la jetée où a été réalisée l'œuvre en regardant vers l'autre côté du plan d'eau où se trouve le Fort Fanal.

En haut de l'œuvre et occupant une grande partie du tableau est représenté le fort Fanal et son phare.

Le fort fanal se trouve donc de l'autre côté de la baie à l'extrémité de l'Anse Gerbal sur un petit promontoire situé à la sortie du port.

L'environnement du fort a complètement changé.

Situées à proximité de la mer, les redoutes participaient autrefois à la défense du port de Port-Vendres, chacune possédant un équipement militaire particulier.

Celles de Béar et du fanal construites entre 1673 et 1700 sont l'œuvre de Vauban. Elles sont inscrites à l'inventaire des monuments historiques depuis le 6 juin 1933.

Au milieu de la redoute du Fort Fanal s'élève une tour blanche : « the Lighthouse » avec à son sommet une lanterne verte (située à tribord qui marque ainsi l'entrée du port).

Actuellement le phare est entièrement automatisé (plus de gardien à demeure) et est équipé de lentilles de type Fresnel. La lampe halogène blanche a été remplacée par une LED verte

Un fanal existait déjà à cet emplacement avant la construction de la redoute (il apparaît sur une carte datant de 1650). En 1943 l'armée d'occupation Allemande a bétonné une partie des ouvrages et en particulier obturé les créneaux. Le monument « Redoute du Fanal de Port-Vendres » est propriété de l'état (Phares et Balises). Il fait partie du recensement des *immeubles Monuments Historiques en tant qu'ouvrage fortifié*. (Source : <http://www.crmackintoshroussillon.com/>)

Crédit photo : association crmackintosh