



GUIDE PRATIQUE DE FORMIGUÈRES

2023-2024





BIENVENUE À FORMIGUÈRES

Authentique village de montagne. En choisissant Formiguères comme destination de vacances, vous séjournerez **au cœur du Parc Naturel Régional des Pyrénées Catalanes.**

Avec une **altitude moyenne de 1500m**, le plateau du Capcir vous offrira une **multitude d'activités.** Nous avons choisi ici de vous présenter les activités, les sentiers et le patrimoine propre à Formiguères. Au programme : **randonnées, visites, détente, sport, culture et découverte...**

Nous espérons que vous y trouverez tout ce dont vous aurez besoin lors de votre passage chez nous. **Alors prenez un grand bol d'air frais, oxygénez-vos poumons et profitez !**



POINT D'INFORMATIONS TOURISTIQUES

1 Place de l'Eglise
66210 Formiguères

OUVERT 7/7 JOURS EN SAISON

Tél : +33 (0)4 68 04 47 35

tourisme@mairiedeformigueres.fr

STATION DE SKI

La Calmazeille

66210 Formiguères

Tél : +33 (0)4 68 04 43 75

formigueres@trio-pyrenees.fr

MAIRIE

1 Place de l'église

66210 FORMIGUERES

Tél : +33 (0)4 68 04 41 73

mairie@mairiedeformigueres.fr

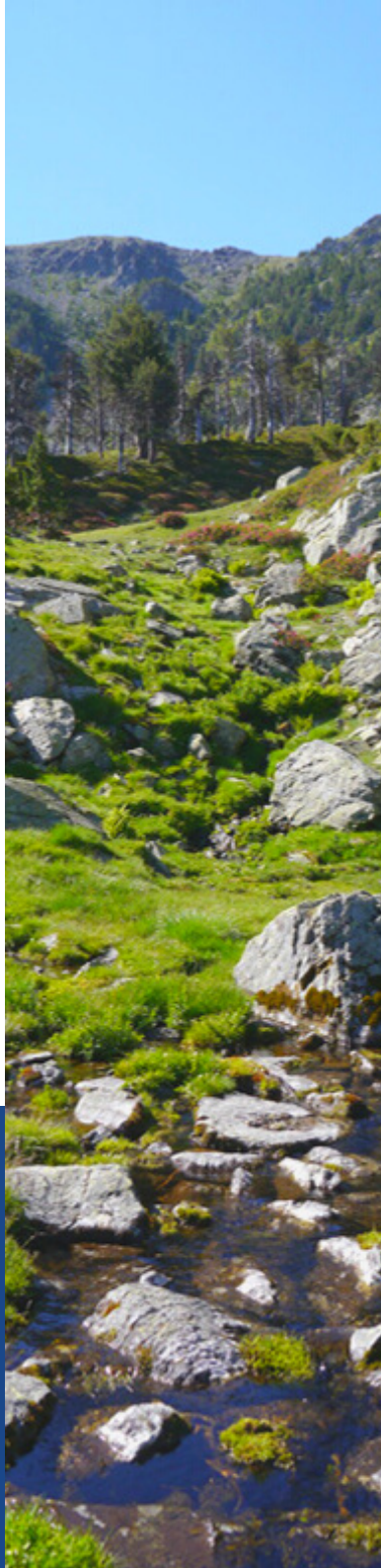
SOMMAIRE

Carte du territoire	4
Les idées de randonnées	5-9
Géocaching	10
Les idées de sortie VTT	11
Les idées de sortie raquettes	12
Les prestataires de services	13-25
Pêche et activités	26-30
Les adresses de Formiguères	31-35
Les numéros utiles et urgences	36
Le Parc Naturel Régional	37
La montagne en toute sécurité	38
La station de ski	39

POINT D'INFORMATIONS TOURISTIQUES

OUVERT 7/7 JOURS EN SAISON

Tél : +33 (0)4 68 04 47 35

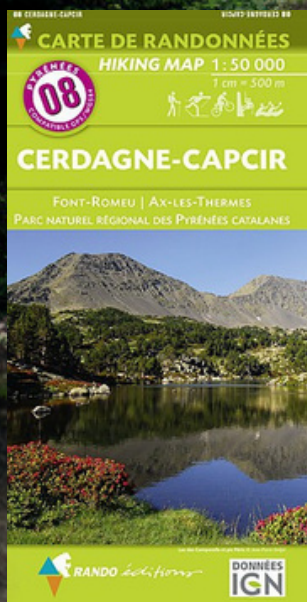


ENVIE DE RANDONNER ...



Retrouvez les différents sentiers de randonnées pédestres sur le site de la Communauté de Communes des Pyrénées Catalanes.

Vous trouverez le guide des randonnées du territoire en vente au Point d'Informations Touristiques au prix de 5 euros.



RANDONNÉES EN PYRÉNÉES-ORIENTALES



REFUGE GARDÉ :

OUVERT DU 27 MAI AU 1ER OCTOBRE_

Restauration et possibilité de dormir au refuge (sur réservation).

Bivouac autorisé.

Sébastien DI SCALLA 06 76 79 99 43



IDÉE RANDO N°7

SITE CLASSÉ DES CAMPORELLS

RANDONNÉE FAMILIALE À
PARTIR DE LA STATION DE SKI



5H



771 m



13 Km



Station de ski de
Formiguères



Moyen




LES PAYSAGES DU CAPCIR

RANDONNÉE FAMILIALE À PARTIR
DU LAC DE L'OLIVE

 1H30

 110 m

 2.8 Km

 Fléchage sur
le parcours

 Lac de L'olive,
Parking

 Facile



CATALAN

FRANÇAIS



SENTIER DÉCOUVERTE

LES PÈLERINS


SUR LES ROUTES DE VILLENEUVE

 2h

 -100 m

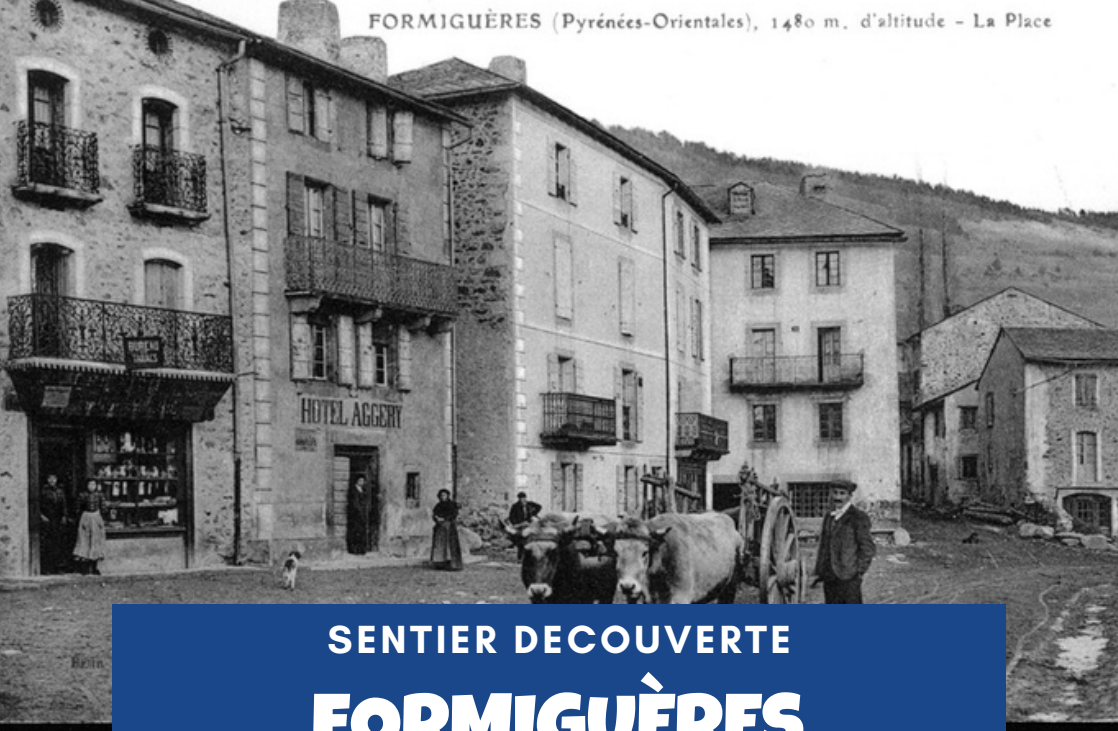
 4 Km

 Topo guide

 Route de Creu,
Formiguères

 Facile





SENTIER DECOUVERTE
**FORMIGUÈRES
D'ANTAN**

DÉCOUVERTE DU VILLAGE A TRAVERS
DIFFERENTES EPOQUES

 1H30

 110 m

 1.5 Km

 Topo guide

 Place de l'Eglise,
Formiguères

 Facile





LES EXPLORATEURS **GÉOCACHING**

Rejoignez la plus grande chasse au trésor du monde !

Plusieurs aventuriers ont laissé des caches lors de leur venue.

Saurez-vous les retrouver ?

6 balises à trouver avec un compte simple.

Application disponible gratuitement sur Android ou Apple Store.



ENVIE DE ROULER ...



Retrouvez les différents sentiers de VTT sur le site de la Communauté de Communes des Pyrénées Catalanes.

Vous trouverez le guide des sentiers VTT en vente au Point d'Informations Touristiques au prix de 4 euros.



ENVIE DE RANDONNER EN RAQUETTES ...

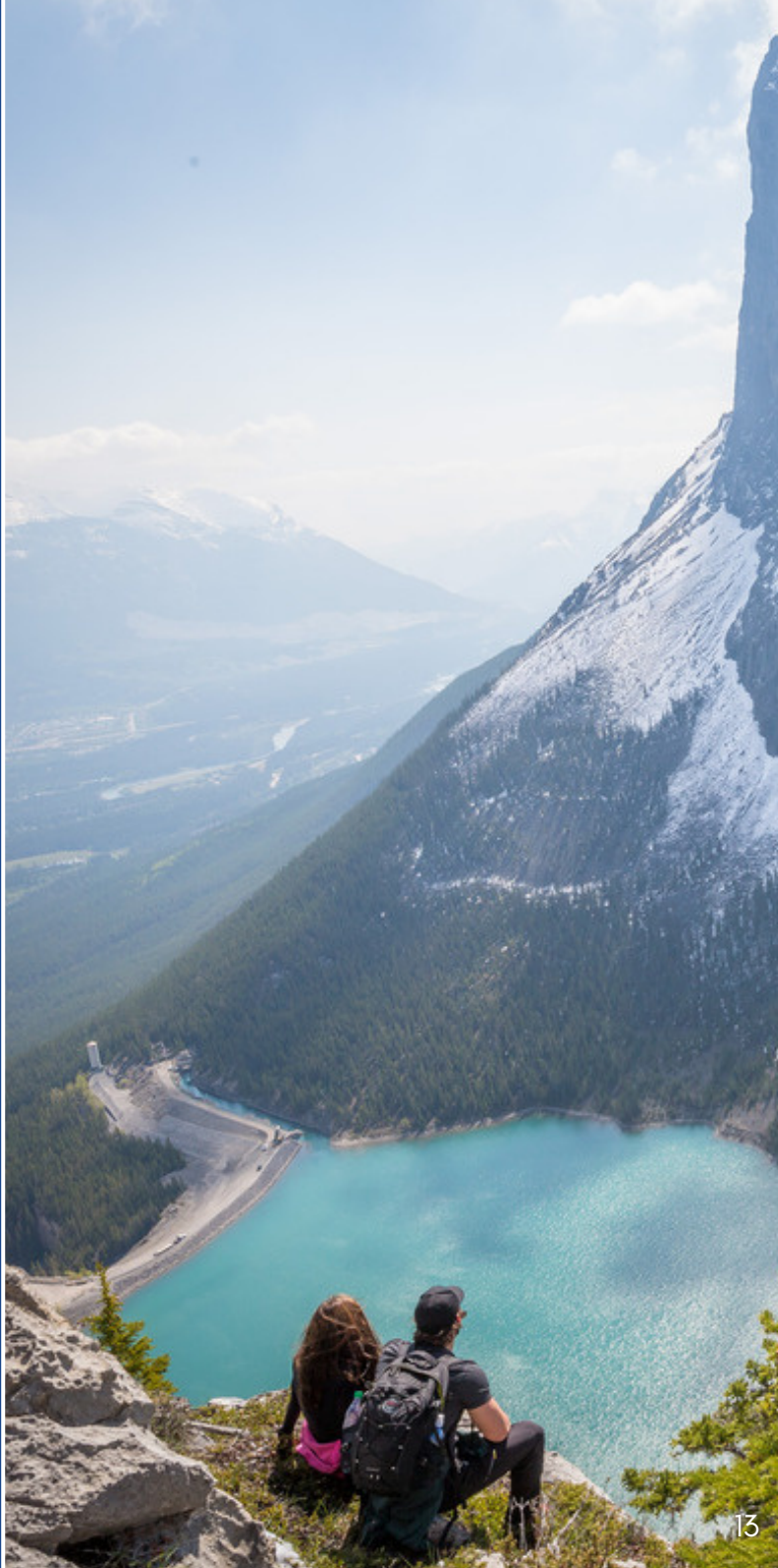


Retrouvez les différents sentiers de randonnées raquettes et voies blanches sur le site de la Communauté de Communes des Pyrénées Catalanes.

Vous trouverez le guide des sentiers raquettes en vente au Point d'Informations Touristiques au prix de 2 euros.



PRESTATAIRES DE SERVICES





CHEVAL RANDO



66210 Matemale

- Balades à cheval , tous niveaux
- Location de poney
- Pension équestre



06 82 09 54 24





LES ÂNES DU GALBE



66210 Espousouille

- Promotion de tourisme vert et respectueux de l'environnement
- Balades à pieds tous niveaux (bivouac ou non)



07 88 60 44 97





JEAN PIERRE KERIVEL



66210 Formiguères

Habitant du Capcir depuis toujours, AMM, membre du réseau "Loup/Lynx" et moniteur de marche nordique, Jean-Pierre vous propose des randonnées à thèmes, et sur mesure.

Il vous propose également des soirées à thème sur le retour du loup dans les Pyrénées.



06 51 23 84 14
kerivel@free.fr





CANYONING EXPÉRIENCE



66360 Thuès

- Canyoning en eaux chaudes
- Toute l'année et tous publics (à partir de 8/9 ans)
- Durée : 2h30 à 3h



06 89 04 58 92

david@canyoning-experience.com





LE PLEIN D'NATURE 66



66760 Enveitg

Le Plein de Nature vous propose de partir à la découverte des plus beaux canyons des Pyrénées-Orientales ! Des sorties encadrées par Nicolas ou Mathieu, 2 guides locaux et originaires de Cerdagne et Capcir. Notre souhait est de vous faire partager notre passion. Votre satisfaction étant notre principale source de plaisir et motivation ! Les toboggans ludiques du Llech, les vasques d'eaux chaudes de Thuès, la nature sauvage des Encantats, l'aspect découverte et familial de Molitg. Les canyons des Pyrénées-Orientales sauront vous combler par leur originalité et leur diversité. Il est possible de faire du canyon toute l'année, avec en hiver le canyon en eau chaude dans des eaux thermales à plus de 38 degrés. Nous proposons également des sorties en engagement privé VTT et randonnées.



06 33 40 64 84

contact@lepleindenature.com





TROTT'IN MOUNTAIN



66210 Matemale

- Randonnées en trottinettes électriques tout terrain
- Sur pistes et sentiers en forêt
- Plusieurs formules proposées



06 80 88 39 78

trottinmountain@gmail.com





ALASKAN FOREVER



66210 Matemale

- Chiens de traineaux
- Toute l'année
- Tous publics (à partir de 2 ans)



06 79 66 05 66

contact@alaskan-forever.fr





ICEMIND



66210 Formiguères

Peut-être avez-vous déjà entendu parler de la méthode Wimhof ? C'est une méthode qui consiste à repousser nos limites, à se dépasser afin de mieux gérer le stress du quotidien, renforcer ses défenses immunitaires, lutter contre certaines maladies inflammatoires ...



jf@icemind.fr





PLONGÉE SOUS GLACE



66210 Lac de Balcère

Découvrez la plongée sous glace que vous soyez expert ou débutant.

Baptême et niveau 1, vous serez encadrés par un moniteur qui vous accompagnera sous l'eau, et un second moniteur s'occupera de la ligne de vie qui vous relie à la surface.

Pour les personnes autonomes, vous plongerez en binôme, toujours avec un moniteur qui s'occupera de la ligne de vie qui vous relie à la surface.



04 68 88 31 66
contact@rederis.com





JEAN LUC AUTHAMAYOU



66210 Matemale

- Moniteur de ski de fond
- Raquettes
- Randonnées pédestres



06 89 90 42 61

authamayou.jeanluc@free.fr





TRANSPYR'66



66800 Saillagouse



06 11 87 85 12

contact@transpyr66.com

- Professionnels de la survie en montagne
- Randonnées pédestres + raquettes
- Nuits en Igloo
- Contes et légendes
- Séjours randos et treks

AVENTURE PYRÉNÉENNE



66120 Font-Romeu



04 68 30 58 54

aventure-pyreneenne@orange.fr

Spécialisée dans les activités de pleine nature, Aventure Pyrénéenne vous accueille toute l'année et vous encadre sur l'ensemble des Pyrénées-Orientales.

Randonnée, Escape game, Canyoning, Survie, Biathlon, Ski de randonnée, Montgolfière, Parapente, VTTAE, Quad bike, trottinette de montagne, Via ferrata, Escalade, Spéléologie, Paddle, Kayak et bien d'autres vous attendent. Retrouvez toutes nos aventures sur notre site internet.

ONATUREL 66



66340 OSSEJA



06 74 82 43 49

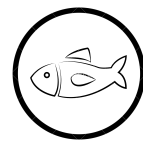
fred.maugery@wanadoo.fr

Depuis 2005, nous nous sommes spécialisés dans les activités de pleine nature proposées en Pyrénées-Orientales, entre Cerdagne et Capcir !

En hiver : Découvrez l'initiation au Biathlon, les sorties raquettes dans nos belles forêts boisées du Col de La Llose ou encore progressez en ski de fond classique ou skating avec une pédagogie précise.

En été : Place au Biathlon en version été et aux sorties en VTT électriques ou en Gravel avec audio-guides ou un moniteur diplômé, vous attendent pour partir sur les sentiers pyrénéens !

LA PÊCHE TOURISTIQUE



Le Lac de l'Olive : À 1 km du village, sur la route de la station.

Ici lâcher de saumons de fontaines, truites farios et truites arc-en-ciel !

Équipements sur place : Table de pique-nique, coin grillade, toilettes sèches.

Permis de pêche obligatoire.

Bon plan : Pour une journée en famille, c'est également le point de départ du sentier d'interprétation des paysages du Capcir.

peche66.org - 04 68 66 88 38 - federationpeche66@wanadoo.fr



ENVIE DE BOUGER

City Park : 7/7 jours, il y a des jeux accessibles pour tous les âges : châteaux, toboggan, tyrolienne, balançoire. Pour les plus grands : terrain de foot et de basket !

Les enfants restent sous la vigilance des parents.

Terrain tennis : Réservation au point d'informations touristiques (5€/heure).

Piste Cyclable : Elle vous permettra de relier Formiguères à Puyvalador en toute sécurité.

Médiathèque : 6/7j pendant les vacances hiver/été, open space, WIFI, ordinateur en libre service.





LES ACTIVITÉS DE LOISIRS

- **Parc Animalier des Angles**

Tél : 04 68 04 17 20 /Les Angles - 5mn

- **Grotte de Fontrabieuse**

Tél : 04 68 30 95 55 /Fontrabieuse - 5mn

- **Petit Train Jaune**

Gare Mont Louis/La Cabanasse - 15 mn

- **Cité Vauban Mont-Louis**

Patrimoine mondial de l'UNESCO

Tél : 04 68 04 21 97/Mont-Louis - 15mn

- **Cité Vauban Villefranche et Château Fort Libéria**

Patrimoine mondial de l'UNESCO

Tél : 04 68 05 41 02 /Villefranche - 1h

- **Bowling Bibiche**

Tél : 04 68 04 93 92 /Les Angles - 5mn

- **Cinéma Le Casteil**

Tél: 06 84 83 56 03 /Les Angles - 5mn





Espace Angléo

Tél : 04 68 04 39 33

Les Angles - 5mn



Bains de St-Thomas

Tél : 04 68 97 03 13

Saint-Thomas - 30mn





Bains de Llo

Tél : 04 68 04 74 55

Llo - 30 mn



Bains de Dorres

Tél : 04 68 04 66 87

Dorres - 43 mn





BASE DE LOISIRS DU LAC DE MATEMALE



Point info ouvert tous les jours de 10h à 18h pendant les vacances scolaires estivales.

Tél : 07 72 51 86 73

- Centres équestres
- Location de VTT et parcours ludiques
- Chiens de traîneau
- Jeux gonflables
- Water game
- Tir à l'arc
- Quads électriques
- Aqualac : Jeux aquatiques et sumo
- Les petits bateaux de la matte
- Hydrofoil surf
- Trotinettes électriques
- École VTT Pump Track
- Trampolines ascensionnels
- Minigolf
- Ecole de voile
- Accrobranche
- Explor'games
- Bike surf



Plusieurs points buvette/restauration sont à votre disposition.

Parking journée 2€ - Abonnement 15€

LES JOURS DE MARCHÉ

LUNDI

Bolquère-Pyrénées 2000

MARDI

Les Angles / Eyne (seulement l'été)

MERCREDI

Odeillo / Err / Saillagouse
Font Romeu

JEUDI

Osseja / Mont-Louis

VENDREDI

Font Romeu

SAMEDI

Formiguères / Llivia

DIMANCHE

Saillagouse / Err
Puigcerda



CLUB DES SPORTS FORMIGUÈRES

06 12 13 07 40
contact@club-sports-formigueres.fr
inscription@club-sports-formigueres.fr

ECOLE DU SKI FRANÇAIS

04 68 30 96 94
contact@esf-formigueres.com
www.esf-formigueres.com

SKI CLUB FORMIGUÈRES

06 26 93 63 46
skiclubformigueres@outlook.com

CLÉMENCE

Ashtanga, vinyasa et yoga
06 22 06 23 86
clemenceciccarriello@icloud.com

ASSOCIATION TEMPS DANSE CAPCIR

Cours de danse, pilate
06 88 37 94 88



LA BOUTIQUE DU SKI

Station - 04 68 04 44 25

SKISET

Station - 04 68 04 40 15
www.skiset.com

NETSKI

Village - 04 68 04 40 15
www.netski.com

SKIMIUM

Village - 04 68 04 45 99
www.skimium.fr

SKISET

Village - 04 68 04 40 15
www.skiset.com

LOISIRS PASSION

Village - 04 68 04 37 47
www.location-reparation-ski-formigueres.fr



COMITÉ DES FÊTES DE FORMIGUÈRES-VILLENEUVE

cdf.formigueresvilleneuve@gmail.com

RUFUS DUFF

Cours d'échec
06 13 65 00 25

RESTAURATION



Al Pizz'Aioli <i>Pizzeria/Restaurant</i>	07 69 16 28 44
Chez Picheyre <i>Restaurant/Bar</i>	04 68 04 40 07
Chez Yannick <i>Boucherie/Charcuterie/Traiteur</i>	04 68 04 41 43
Formi Crock <i>Restauration rapide/Pizzeria</i>	06 73 62 58 77
La Calmazeille <i>Restaurant/Snack/Salle hors sac</i>	04 68 04 86 90
La Petite Marmite <i>Plats à emportés</i>	06 14 18 32 82
Le Baroque & Champi <i>Bar/Tapas/Concert</i>	06 44 00 51 31
Le Carcanet <i>Pub/Bar</i>	04 68 04 33 25
Le Cinq <i>Restaurant</i>	09 75 22 45 63
Le Pain de Papou <i>Boulangerie/Pâtisserie/Maitre chocolatier</i>	04 68 04 44 96
Le Relais du Galbe <i>Bar/Restaurant</i>	04 68 04 44 25

LES COMMERCES DE SERVICES



900K Maintenance système, réseaux, informatique	06 80 99 82 70
Agence Postale	04 68 04 40 00
Broque en stock Brocante	06 49 78 07 37
Bulles Plaisir Vente de Champagne	07 81 71 46 40
Bureau de Tabac Tabac, loto, souvenir	04 68 04 37 39
Formig'Hair Salon de coiffure	06 63 65 00 52
Garage Sanz Garage automobile	04 68 04 32 80
La Conciergerie du Capcir Conciergerie	07 88 60 44 97
La Ruche des Pins Conciergerie	06 21 68 45 43
Siam Thaï Massage Massages Thaïlandais	06 84 68 09 08
Point P Tout matériel bâtiment	04 68 04 42 54
Proxi Supérette, point chaud	04 68 30 07 73
Station service Indépendante du Capcir	04 68 04 41 38
Thomas TRUY Conseiller immobilier	06 76 32 41 58
Vival Supérette, point chaud	04 68 30 19 62

LES ARTISANS



- A.Mouliade** *Electricité, plomberie, chauffage* 06 81 62 21 97
- BSPE** *Electricité, plomberie, neuf, rénovation, dépannage* 06 09 18 52 73
- C.A.M.S** *Entretien d'espaces verts* 06 20 88 19 15
- Capcir TP** *Terrassement* 06 87 31 65 63
- Christofeul Frères** *Electricité, plomberie, chauffage, énergie renouvelable* 04 68 04 30 14
- D²** *Conseil déco, shopping list, home staging et agencements intérieurs* 06 32 31 23 53
- FB Electricité** *Dépannage, installation, rénovation, domotique* 06 09 46 18 35
- Les Ecureuils** *Travaux acrobatiques, élagage, levage, façade* 06 98 68 04 90
- Maçonnerie Capcinoise** *Maçonnerie* 04 68 04 38 93
- Maçonnerie des Beaux Frères** *Maçonnerie* 06 78 33 72 05
- Martinho** *Maçonnerie* 04 68 04 38 95
- T.M.S Capcir** *Rénovation, multi-service* 06 47 91 75 96
- Travaux Formi 66** *Multiservices* 07 72 38 30 73

HÉBERGEMENTS PROFESSIONNELS



Chez Picheyre <i>Hôtel restaurant - bar</i>	04 68 04 40 07
La Devèze <i>Camping 4 saisons - Caravaneige - Gîte équestre</i>	04 68 04 66 73
Maison Sarda <i>Chambres d'hôtes</i>	04 68 04 40 05
Résidence Les Esplaneilles <i>Résidence de tourisme</i>	04 68 96 36 15
Refuge des Camporells <i>Refuge gardé de haute montagne</i>	06 76 79 99 43
Pyrénées Soleil <i>Agence Immobilière</i>	04 68 04 31 31

**RETROUVEZ NOS LOCATIONS DE
PARTICULIERS À PARTICULIERS SUR
NOTRE SITE INTERNET**



LES NUMÉROS UTILES



INFOS PRATIQUES

Mairie de Formiguères 1 Place de l'église, 04 68 04 41 73

Formiguères

Gendarmerie Route de Mont Louis, Formiguères 04 68 04 40 01

Crèche Les Petits Capcinois 04 68 04 76 44

Espace enfance - Matemale

SERVICES MEDICAUX

Maison de Santé Pluriprofessionnelle Route de 04 68 04 42 32

la Forêt, Les Angles

Pharmacie Marty, 2 Avenue de Mont Louis, Les Angles 04 68 04 40 74

Infirmière à domicile Mme Armengol 06 82 10 76 62

Ostéopathe à domicile G.Soubielle, Formiguères 06 84 27 48 31

Cabinet dentaire du Capcir 6 Carrer de la 07 80 97 44 44

Montagneta, Formiguères

Cabinet Kinésithérapeute Les Angles 04 68 30 58 46

TRANSPORTS

Montagne et Transport La Llagonne 04 68 30 02 82

Taxi Bozom Mont Louis 06 07 09 02 20

Bus à 1€ lio.laregion.fr 04 68 80 80 80

0806 808 090

CONDITIONS ROUTIÈRES

DIRSO Pyrénées Orientales www.dirso.fr 04 68 38 12 34

CD66 www.ledepartement66.fr 04 68 85 85 85

Info Routes Ariège www.inforoute09.fr 05 61 02 75 75

Info Routes Aude www.inforoute11.fr 04 68 11 68 11

LE PARC NATUREL RÉGIONAL DES PYRÉNÉES CATALANES



Le Parc naturel régional des Pyrénées catalanes fait frontière avec l'Espagne et l'Andorre sur la ligne des crêtes pyrénéennes, au cœur de l'aire culturelle catalane.

Territoire de montagne s'étendant sur plus de 139 000 hectares, les Pyrénées catalanes offrent une diversité écologique unique de 300 à près de 3 000 m d'altitude. Bordé de massifs comme le Carlit, le Puigmal ou le Canigou, le Parc naturel régional possède un climat montagnard sous influence méditerranéenne.

Les Pyrénées catalanes sont aussi un territoire habité par plus de 23 000 personnes réparties dans 66 communes, dont Formiguères. Si les trois petites régions qui composent le Parc – le Capcir, la Cerdagne et le Conflent – accueillent autant de villages, c'est qu'elles comptent beaucoup de plaines d'altitude et de replats.



PARC NATUREL RÉGIONAL
DES PYRÉNÉES CATALANES

Le Parc naturel régional s'attache aux côtés des entreprises locales partenaires à la valorisation des **ressources naturelles et culturelles**.

Tout Parc naturel régional bénéficie de fait de la marque Valeurs Parc naturel régional, et peut choisir de l'attribuer aux entreprises situées sur son territoire et qui en font la demande. Cette démarche s'effectue via un engagement contractuel exigeant au regard du développement durable.

La Fédération des Parcs naturels régionaux a créé Valeurs Parc naturel régional, une marque déposée à l'INPI et qui ouvre de nouvelles perspectives en matière de création de valeurs ajoutées pour les entreprises.

À l'initiative des Parcs naturels régionaux de France, la marque collective Valeurs Parc naturel régional a un but : offrir aux entreprises situées dans un Parc naturel régional de s'engager dans des démarches collectives et solidaires, garantes d'effets structurants en faveur du développement durable.

Découvrez les produits et les prestations marqués « Valeurs Parc naturel régional »



Activités en Montagne

l'été



Avant de partir... Les bons réflexes

- Choisissez une activité adaptée**
ne pas surestimer la résistance physique et celle des enfants
- Choisissez votre itinéraire**
et laissez l'adulte gérer les difficultés rencontrées (météo, changements, terrain accidenté,...)
- Déterminez-vous des conditions météo** (tel. 3150)
- Renseignez-vous dans les offices de tourisme**
ou le bureau des guides sur les itinéraires conseillés et leur niveau de difficulté, choisir des itinéraires balisés
- Après dans votre poche votre nom et vos coordonnées**
et si possible plus.



- Évitez de partir seul** si rencontre une personne du jour,
de l'heure de votre départ et de votre retour ainsi que de votre itinéraire
- Verifiez votre équipement en fonction de votre activité**
(bonnes chaussures pour la randonnée, état du vélo pour le VTT,...)

- Certains activités nécessitent le port du casque**
(VTT, escalade, véloroute,...)



- Verifiez que vous êtes assuré** pour ces activités

- Soyez vigilants avec les enfants**
(randonnée, alpinisme,...)

- Et surtout N'oubliez pas à faire 1/2 tour et à renoncer**
(problèmes physiques, météo, retard, secour sur l'itinéraire,...)

Pendant l'activité... La bonne attitude



- Restez courtois**
avec les autres usagers

- Restez sur les sentiers**
Refermez les clôtures après votre passage



- Respectez la nature**
et les propriétés privées

- Récupérez vos déchets**

En cas d'accident... Les bons gestes

- Protégez la victime d'un danger imminent**
(hors de route,...)

- Connaitre les signaux de détresse**



- Alertez les secours** avec votre portable
(si possible) ou les faire prévenir

- Transmettez le maximum de renseignements**
nom et numéro d'appel, nature de l'accident et nombre de victimes, la gravité (morceaux, blessures apparentes,...)

les soins ou gestes de secourisme particuliers, le lieu précis de l'accident (marques, altitude,...) les conditions météo locales (vent, brouillard,...)





LA STATION DE SKI DE FORMIGUÈRES

Retrouvez toutes les informations
relatives à la station de ski de
Formiguères, sur le site de Trio
Pyrénées.





POINT D'INFORMATIONS TOURISTIQUES DE FORMIGUÈRES

**Organisez votre séjour, découvrez les
animations de la semaine et toutes les bonnes
adresses à ne pas manquer !**

MÉDIATHÈQUE

**Ouverte 6/7 jours, vous trouverez à votre
disposition une bibliothèque, des DVD, un
accès wifi, un open space et un ordinateur en
libre service.**

**1 Place de l'église - 66210 Formiguères
tél : 04 68 04 47 35
tourisme@mairiedeformigueres.fr**

