



Vous avez choisi de marcher avec l'équipe de Randonades, et nous vous en remercions. Nous espérons vivement que vous passerez un agréable séjour en notre compagnie et que nous saurons vous faire apprécier pleinement notre pays.

Bonne randonnée !

PEDRAFORCA et SERRA DE CADI

Parc Naturel de Moixero : les "Rocheuses catalanes"

7 jours - 6 nuits - 6 jours de marche
Randonnée accompagnée itinérante

La harde d'isard, alertée par une ombre planante, traverse les crêtes aériennes, dévale les douces combes herbeuses, franchit les hautes parois verticales des versants nord. Le Parc de Cadi-Moixero, son massif refuge, s'allonge d'est en ouest au sud de l'Andorre comme l'échine d'une créature légendaire endormie.

Cette vaste palissade de roches océaniques ne quitte pas des yeux la silhouette si singulière de la Pedraforca ou fourche de pierre. Montagne au profil improbable et élancé qui, sous un soleil ardent juste masqué par les bancs de vautours fauves, arbore fièrement ses faces blanches aveuglantes découpées dans le bleu profond des cieus.

PROGRAMME

Jour 1 : petit transfert sur le versant nord des barres calcaires de la Serra de Cadi. Belle traversée au pied des "canales", couloirs quasi verticaux clairsemés de pinèdes. Nuit au refuge de Prat d'Aguilo.

5 heures de marche, + 700 m ; - 200 m de dénivelé.

Jour 2 : passage en haut de la montagne tabulaire de Cadi. Parcours facile de crête puis descente dans des vallons cachés sur les flancs sud. Nuit en hôtel à Gosol.

5 heures de marche, + 500 m ; - 1100 m de dénivelé.

Jour 3 : ascension sous les vols protecteurs des vautours de la "roche fourchue" mythique Pedraforca. Parmi quelques isards surpris de nous voir là, descente et nuit en chambre au village de Saldes...

6 heures de marche, + 1000 ou 1100 m ; - 1100 ou 1200 m de dénivelé.

Jour 4 : par un balcon puis une vallée secrète passant au pied de l'impressionnante face nord "Punta Calderer", beau contraste dans une forêt ombragée. Nuit en gîte au sanctuaire de Gresolet.

5 heures de marche, + 500 m ; - 500 m de dénivelé.

Jour 5 : traversée très boisée jusqu'aux gorges et "baignoires" naturelles des Empedrats. Montée dans la surprenante hêtraie de Galigans. Nuit sans les sacs au refuge de Sant Jordi.

6 heures de marche, + 1000 m ; - 700 m de dénivelé.

Jour 6 : par le col de Dental, passage au pic ayant donné son nom au parc naturel : "Penyes Altes de Moixero", derniers panoramas par un superbe parcours de crête. Notre itinéraire ondulera ensuite jusqu'à la croupe sommitale de la Tosa d'Alp : point de vue époustouflant ! Nuit en hôtel à Angoustrine.

6 heures de marche, + 1100 m ; - 800 m de dénivelé.

Jour 7 : petit transfert après le petit déjeuner

Nota : nous pouvons être amenés à modifier quelque peu l'itinéraire indiqué en cas de force majeure en fonction de la météo, de la date, du nombre et/ou du niveau des participants. Dans tous les cas, ayez confiance car ces éventuelles modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et/ou votre confort...

NIVEAU 4

600 à 800 m de dénivelé positif et 5 à 6 heures de marche effectives.

ENCADREMENT

Par un accompagnateur en montagne du pays et diplômé (brevet d'Etat).

HEBERGEMENT

Nous dormirons en hôtel (3 nuits), en gîte d'étape (1 nuit) et en refuge gardé (2 nuits).

Les pique-niques du midi seront préparés par nos hôtes du jour.

RENDEZ-VOUS

Le dimanche à 9H en gare SNCF de Latour-de-Carol.

Si problème ou retard, appelez le 04 68 96 16 03.

DISPERSION

Le samedi vers 10H en gare SNCF de Latour-de-Carol.

POUR ARRIVER SUR PLACE

En train : gare d'accueil Latour-de-Carol (66). Pour de plus amples renseignements concernant les horaires et tarifs : Tel 36 35

En voiture : > Depuis Toulouse, suivre direction Foix, Tarascon, Ax et le Puymorens (par le col ou le tunnel). La gare SNCF de Latour-de-Carol est à 15 Km de la sortie sud du tunnel.

> Depuis Narbonne, suivre Perpignan, ensuite direction Andorre via Prades, Mont-Louis, Bourg-Madame (par la RN116). La gare SNCF de Latour-de-Carol est à 7 Km de Bourg Madame vers Foix (par la RN20). Vous pourrez laisser votre véhicule sur le parking non gardé de la gare. Pour récupérer votre véhicule, nous vous ramènerons à votre lieu de stationnement en fin de séjour.

L'avantage Randonades : vous arrivez au rendez-vous au lieu et heures prévues ; vous suivez alors le minibus 7 Km environ. Nous vous proposons alors le stationnement gratuit et en toute sécurité de votre véhicule à l'hôtel le relais du Belloch (hébergement du jour 6), Tél : 04 68 30 07 24 à Angoustrine.

VOUS ARRIVEZ LA VEILLE

Il est impératif de réserver à l'avance votre hébergement.

à Angoustrine, Relais du Belloch, Tél : 04 68 30 07 24

LE PORTAGE ET LES DEPLACEMENTS

Uniquement les affaires personnelles de la journée et le pique-nique, sauf pour la nuit du jour 5 passée en refuge gardé (duvet non nécessaire).

LE GROUPE

5 à 12 personnes

POUR PREPARER VOTRE RANDO

La vie de groupe demande parfois de la tolérance et patience, un peu de discipline et beaucoup d'humour. Pensez-y avant de partir en vacances, cela vous aidera à "lâcher prise" et à profiter au mieux de tous les instants.

Il arrive aussi que la météo soit capricieuse : heureusement, on ne peut pas garantir le beau temps. Ne vous laissez pas démoraliser par quelques gouttes de pluie. Elles peuvent avoir un certain charme au cours de votre randonnée !

QUEL EQUIPEMENT PREVOIR ?

- Sac à dos (50 litres ou plus) pour les affaires de la journée et 1 nuit en refuge
- Sac de voyage souple (maxi 10 kg) pour les affaires qui suivent entre les hébergements
- Drap cousu type "sac à viande"
- Chaussures de marche montantes et étanches déjà rodées mais en bon état
- Short, pantalon ample (toile ou jogging), pull en laine ou fourrure polaire
- Veste coupe-vent imperméable (type goretex) ou cape de pluie, anorak (avant saison)
- Gants légers et bonnet
- Maillot de bain
- Plusieurs paires de chaussettes et sous-vêtements
- Lunettes de soleil (indice 3 ou 4), chapeau, crème solaire et stick lèvres haute protection
- Guêtres ou "stop-tout"
- Lampe de poche
- Tenue de rechange pour le soir : sandales (ou tennis légères), vêtements amples
- Nécessaire de toilette, petite serviette
- Gourde (1,5 litre), quart ou gobelet, boîte plastique hermétique, couverts
- Pharmacie personnelle (gaze, élastoplast, biafine, antalgique, "compeed", boules Quiès...), une pharmacie de première urgence est transportée par l'accompagnateur,
- Facultatif : bâtons de marche qui favorisent la stabilité et soulagent les articulations.

PRATIQUE

> Pensez à vous munir de la **carte européenne d'assurance maladie** (auprès de sécurité sociale) nécessaire pour les voyages en Europe.

> Pour être contacté pendant votre randonnée, **seulement en cas d'urgence**, faites appeler le 04.68.96.16.03, nous transmettrons les coordonnées pour vous joindre ou contacterons votre accompagnateur.

> Si vous habitez une région à la gastronomie réputée (ou non), pourquoi ne pas apporter un échantillon de votre terroir à déguster ensemble !

> **Avant le départ**, veuillez nous signaler tout renseignement important pour le bon déroulement de votre séjour (régime alimentaire spécifique, allergies...).

Le prix comprend : l'encadrement, l'hébergement en pension complète, tous les transferts de personnes et/ou de sacs en minibus ou taxi tels qu'indiqués au programme.

Le prix ne comprend pas : les assurances éventuelles, les boissons en dehors et au cours des repas, les dépenses personnelles et les éventuelles visites non prévues au programme.

*Si nous n'avons pas répondu à toutes vos questions **n'hésitez pas à nous contacter** :*
RANDONADES - 30 allée Arago – F-66500 Prades -Tél : +33 (0)4 68 96 16 03
www.randonades.com / randonades@wanadoo.fr