

---

7 jours, 6 nuits en demi-pension en hôtel, 5,5 jours de marche  
Randonnée itinérante en liberté

# Cadaquès - Llafranc

## GR 92 : des Pyrénées à la Costa Brava

---

Des derniers escarpements pyrénéens dominant la mer, jusqu'à la Costa Brava, par les étangs et les échassiers du Parc Naturel des "Aiguamolls" : voici de multiples aspects de la terre catalane.

Si la première partie de cette traversée que l'on peut effectuer à des périodes toujours insolites "de Collioure à Cadaques" vous plaît, alors vous reconnaîtrez la même "patte", la même empreinte locale qui vous portera plus au sud... Un formidable lien entre les "deux" Catalognes, entre deux baies, entre deux caps, Creus et Roig, entre Cadaquès et Llafranc...

---

### Le programme jour par jour

**Jour 1** : arrivée à Llança ou à Cadaquès en fin d'après-midi. Installation à l'hôtel.

Village tout de murs blanchis construit, mondialement connu pour son artiste fétiche, Dali ; Cadaquès a toujours aussi été un fabuleux havre de paix pour les navires faisant escale ici pour se réfugier des grandes tempêtes... Nuit à Cadaquès en hôtel\*\*\* avec piscine.

**Jour 2** : Cadaquès - Roses.

A saute-mouton avec les innombrables calas du désormais parc naturel du Cap de Creus : mention particulière pour le très sauvage site et cap de Norfeu. Arrivée à Roses, ancienne cité grecque et très grande station balnéaire mêlant l'antique et l'ultramoderne. Nuit à Roses, à deux pas de la citadelle et face à la mer.

*6 heures de marche ; 21,5 km ; + 500 m ; - 500 m de dénivelé.*

**Jour 3** : Roses - St Pere Pescador.

Petite incursion à l'intérieur des terres pour découvrir le médiéval Castello d'Empuries, puis traversée plane de l'étonnant parc naturel maritime des Aiguamolls. Succession de marécages heureusement préservés de l'urbanisme, où abondent une profusion exemplaire d'oiseaux. Nuit à St Pere Pescador.

*6 heures 15 de marche ; 24 km ; + 25 m ; - 25 m de dénivelé.*

**Jour 4** : St Pere Pescador - L'Escala.

Journée plus courte permettant de flâner sur les sites de St Marti d'Empuries et surtout du moll (quai) grec d'Empuries : premier comptoir grec de la péninsule ibérique, et où débarquèrent aussi les Romains (intéressant musée). La flamme olympique de "Barcelona 1992" débarqua ici aussi pour ensuite faire le tour de la Catalogne puis de l'Espagne. Nuit à l'Escala, aux ruelles typiques d'un petit port de pêche.

*3 heures 15 de marche ; 12,5 km ; + 25 m ; - 25 m de dénivelé.*

### **Jour 5** : L'Escala - Torroella de Montgri.

Beaux passages en corniche au-dessus de la mer, puis sauvage pinède et garrigue typiquement méditerranéennes avant l'ascension aux vestiges du château des seigneurs de Montgri. Belle descente sur Torroella pour une nuit en hôtel avec piscine.

*5 heures 30 de marche ; 19,7 km ; + 600 m ; - 600 m de dénivelé.*

### **Jour 6** : Torroella de Montgri - Begur.

Traversée bucolique et sauvage de la campagne catalane jusqu'au village remarquable de Pals (ensemble médiéval). Douce montée sur les dunes très boisées de sable formant les "montagnes" de Begur. Arrivée au cossu village de Begur pour une nuit en demeure classée...

*5 heures 40 de marche ; 21 km ; + 300 m ; - 100 m de dénivelé.*

### **Jour 7** : Begur – Llafranc, et transfert.

Belle balade matinale pour un dernier coup d'œil sur la Méditerranée à l'inoubliable phare de Sant Sebastià, dominant verticalement la mer de 160 m. Descente sur la jolie baie de Llafranc pour un retour vers Cadaquès. Fin du séjour vers 15h30 à Cadaquès ou à Girona.

*2 heures 45 de marche ; 10 km ; + 250 m ; - 400 m de dénivelé.*

## Rendez-vous

*Attention : il est très important de nous préciser aussi tôt que possible votre mode de transport pour arriver sur place.*

Accès en voiture : le jour 1 à 18H à l'hôtel à Cadaquès.

Accès en train : le jour 1 à 18H en gare de Llança. Un petit transfert en taxi (30') vous conduit à Cadaquès.

## Fin du séjour

Accès en voiture : le jour 7 à 14H30, transfert de Llafranc (devant l'hôtel Llafranc) à Cadaquès (prévoir 1H15 environ).

Accès en train : le jour 7 à 14H30, transfert de Llafranc à la gare de Girona (prévoir 45' environ).

## Accès

> en train : gare d'accueil Llansa (Esp).

Horaires et tarifs : Tél. 36 35 ou <http://www.voyages-sncf.com/>

*Possibilité de voyager sur la nouvelle ligne TGV via Figueras.*

> en voiture depuis Narbonne, suivre l'autoroute A9 direction Barcelone, sortir à Figueres nord (première sortie), puis prendre direction Roses. A l'entrée de Roses, suivre direction Cadaquès. A l'entrée de Cadaquès, prendre la 1ère route à gauche direction cap de Creus. L'hôtel est plus loin sur votre gauche. Carte Michelin Local 1:150000<sup>e</sup> n°344 & carte 574 Regional Michelin Aragon/Catalunya au 1:400000<sup>e</sup>.

### **Le plus Randonades**

Vous pouvez laisser votre véhicule à Cadaquès pour toute la semaine et en toute sécurité chez notre ami hôtelier. Dans tous les cas, pensez à nous contacter.

## Hébergement

En chambre en hôtel\*\* et \*\*\*. Les repas de midi sont à votre charge ; vous pourrez soit vous ravitailler au cours de la semaine soit, sur demande la veille, vos hôtes pourront vous préparer des pique-niques.

Les repas sont la plupart du temps composés du menu du jour (pas de choix de menu). Les coordonnées des hébergements vous seront fournies avec votre dossier de randonnée.

## Niveau 3

100 à 600 m de dénivelé positif et 4 à 6 heures de marche effectives.

Cet itinéraire s'effectue sans accompagnateur et sous votre propre responsabilité. Nous vous fournissons toutes les indications et la logistique nécessaires au bon déroulement de votre randonnée. Vous devez être capable d'autonomie en jugeant de vos forces et en appréciant des situations inattendues (fatigue, météo, présence d'animaux, modification du terrain, etc...).

Nous déclinons toute responsabilité en cas d'erreur de votre part concernant l'orientation (erreur ou changement d'itinéraire) ou la gestion du temps (départ trop tardif le matin, pause pique-nique trop longue...).

## Le portage et les déplacements

Vous porterez uniquement vos affaires pour la journée et votre pique-nique. Le reste des bagages sera acheminé par un transporteur qui effectuera également les navettes prévues au programme.

Pour organiser au mieux la logistique nous vous prions d'indiquer sur vos bagages (étiquettes fournies) le nom de la personne responsable du groupe (qui a réservé la randonnée).

## Topo-guide et cartes

Trois semaines avant votre départ, nous vous fournirons un topo-guide rédigé par nos soins et une cartographie précise.

## Dates et prix

Départ possible tous les jours du 03/03 au 23/06 et du 02/09 au 28/10.

Il est préférable de réserver le plus tôt possible, cela nous permettra d'organiser au mieux votre circuit en respectant le programme prévu, sans transfert, ni supplément.

Prix : 595 €

Supplément chambre individuelle : 130 €

Réduction à partir de 6 personnes, nous consulter.

## À lire

- L'histoire des Catalans, M.Bouille & Colomer, éd. Milan Presse

- Pyrénées Magazine n° 7, 20, 28, éd. Milan Presse

## Équipement à prévoir

- Sac à dos (30 litres ou plus) pour les affaires de la journée
- Sac de voyage souple (maxi 10 kg) pour les affaires qui suivent entre les hébergements
- Chaussures de marche montantes 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 ou arrière saison)
- Gants légers et bonnet (avant ou arrière saison)
- Maillot de bain
- Sandales légères pour la baignade
- Plusieurs paires de chaussettes et sous-vêtements
- Lunettes de soleil (indice 3 ou 4), chapeau, crème solaire et stick lèvres haute protection
- 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...)
- Facultatif : bâtons de marche qui favorisent la stabilité et soulagent les articulations

## Pratique

> 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.

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

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

## Le prix comprend

- Les frais d'organisation

- L'hébergement en demi-pension (minimum 2 personnes)

- Le transport des bagages

- Les transferts prévus au programme dont les transferts en taxi le jour 1 de Llansa à Cadaquès et le jour 7 de Llafranc à Girona (si accès en train) ou le transfert en taxi de Llafranc à Cadaquès (si accès en voiture) le jour 7.

- Un dossier départ complet pour 5 personnes (cartographie, topo-guide descriptif de la randonnée, liste des hébergements, étiquettes bagages...)

## Le prix ne comprend pas

- Les pique-niques
- Les boissons pendant et en dehors des repas
- Le transport de votre domicile aux lieux de rendez-vous et dispersion
- Les éventuelles visites
- Les assurances
- Tout ce qui n'est pas mentionné dans "le prix comprend"

## Conditions d'annulation

En cas d'annulation de votre part à plus de 30 jours du départ, Randonades rembourse l'intégralité des sommes versées.

À partir de 30 jours avant le départ, des frais d'annulation seront appliqués et calculés selon le barème suivant (par personne) en fonction de la date d'annulation :

- de 30 à 22 jours : 25% du prix du séjour
- de 21 à 15 jours : 50% du prix du séjour
- de 14 à 8 jours : 75% du prix du séjour
- de 7 à 2 jours : 90% du prix du séjour
- moins de 2 jours : 100% du prix du séjour

En cas de souscription à une assurance annulation, les frais d'annulation vous seront remboursés. Les primes d'assurance ne sont pas remboursables.

L'abandon de votre part au cours de la randonnée ne donne droit à aucun remboursement.

## Modifications de réservation

En raison de frais de dossier importants, pour toutes modifications de la réservation demandées par le client (date, nombre de personnes, type de chambre, nombre de nuits supplémentaires...), le client devra s'acquitter d'une somme forfaitaire de 50 € par dossier.

## Assurances

À l'inscription, vous pouvez souscrire à une ou plusieurs assurances (assistance / rapatriement, annulation, interruption de séjour, bagages) qui s'ajoutent au prix du séjour ; conditions générales des contrats consultables sur <http://www.randonades.com/infos-comment-s-inscrire-8.htm>

L'assurance annulation

Comprend le remboursement des sommes retenues en cas d'annulation de voyage justifiée avant le départ.

L'assurance assistance / rapatriement

Comprend l'assistance aux personnes en cas de maladie ou d'accident pendant le séjour.

L'assurance interruption de séjour

Comprend le remboursement des prestations non consommées en cas d'abandon justifié pendant le séjour.

L'assurance bagages (jusqu'à 1525€)

Comprend le remboursement en cas de vol, détérioration ou perte de vos bagages pendant le séjour.

## Responsabilité

Pour les randonnées liberté, Randonades ne saurait être tenu pour responsable d'une mauvaise interprétation du descriptif ou d'une erreur de lecture de carte de l'utilisateur. La randonnée liberté suppose l'acceptation d'un risque, qui peut être dû notamment à une modification des éléments naturels sur le parcours. Randonades ne peut être tenu responsable des accidents ou incidents résultant de l'imprudence d'un participant.

**RANDONADES – 30, allée Arago – F-66500 PRADES – Tél. (33) 04 68 96 16 03 – Fax (33) 04 68 05 29 44**  
**[randonades@wanadoo.fr](mailto:randonades@wanadoo.fr) – [www.randonades.com](http://www.randonades.com)**

n° Siret 450 612 668 00027 – Agence de voyages Licence LI06609001 – IM066100022

Assurance RC : MMA BP27 69921 OULLINS – Garantie financière : Covea caution SA 72013 LE MANS