

FICHE TECHNIQUE | randonnée liberté en étoile | 7 jours, 6 nuits, 6 jours de marche

Entre promenade et remise en forme, une semaine de "rand'eau" calme et relaxante au cœur de la plus orientale des grandes vallées pyrénéennes : le Conflent, berceau de la Catalogne et terre refuge du célèbre Pablo Casals.

Entre torrents tumultueux et sommets "étoilés", vous découvrirez une terre pyrénéenne empreinte de nature sauvage, de pastoralisme et de patrimoine religieux. Des profondes châtaigneraies et de l'atmosphère rafraîchissante des flancs nord de la montagne, vos errances vous mèneront jusqu'à la "solana" réchauffée par le soleil, ponctuée de cabanes et de murets de pierres sèches au milieu des chênes verts et des plantes aromatiques... là bas, la mer paraît si proche !

De la montagne à sa source : après votre grand bol d'air, vous profiterez d'un programme complet de remise en forme : gym aquatique, jacuzzi, sauna, hammam, massage...



Itinéraires donnés à titre indicatif.

DATES

Départ possible tous les jours d'avril à octobre.

COMPRIS DANS LE SÉJOUR

- Frais d'inscription et d'organisation
- Hébergement en demi-pension
- Transferts prévus au programme
- 4 ou 5 entrées (selon les jours d'ouverture) à l'espace forme du centre thermal
- 1 dossier de voyage avec cartes, topoguide, traces GPS (dossier supplémentaire 25€).

NON COMPRIS DANS LE SÉJOUR

- Acheminement jusqu'aux lieux de rendez-vous et séparation
- Pique-niques
- Boissons pendant et en dehors des repas
- Assurances
- Envoi du dossier de voyage hors France métropolitaine

> Minimum 2 personnes
> Réduction "mini-groupe", nous consulter

PROGRAMME JOUR PAR JOUR

Jour 1 : rendez-vous à 10 h en gare de Villefranche-de-Conflent. Court transfert à Vernet-les-Bains ou rendez-vous directement à l'hôtel à Vernet si vous arrivez en voiture.

Découverte du formidable belvédère de la tour de Goa, tour à signaux médiévale récemment rénovée. Facile parcours de crête avec des vues splendides sur tout le massif du Canigou et les vallées environnantes. Vous aurez la possibilité de découvrir le parc animalier de Casteil.

4 heures de marche ; +650 m, -650 m de dénivelé.

Jour 2 : transfert au col de Mantêt. Vous découvrirez Mantêt "paradis des Pyrénées" et village du bout du monde avec sa réserve naturelle, où abondent isards et grands rapaces. La balade facile vous mènera par ses flancs jusqu'au sommet du pic de Tres Estelles, charmant massif sauvage et peu fréquenté.

4 heures 15 de marche ; +500 m, 700 m de dénivelé.

Jour 3 : partant à pied de l'hôtel, vous traversez le vieux village de Vernet-les-Bains pour rejoindre le haut du bourg. Vous profitez d'une promenade rafraîchissante en début de journée avec les cascades du Saint Vincent et des Anglais. Pour ensuite prendre de l'altitude au cœur d'une végétation foisonnante et variée : genêts, cistes, châtaigniers, chênes, pins... Le circuit sportif vous offrira un point de vue étonnant sur le Conflent.

Option facile : 3 heures 50 de marche ; +450 m, -450 m de dénivelé.

Option sportive : 5 heures de marche ; +800 m, -800 m de dénivelé.

Jour 4 : les fortifications Vauban classées à l'Unesco. Une journée qui se partagera entre courte randonnée et découverte d'un des bijoux historiques du Conflent : Villefranche et ses remparts, son Fort Libéria, son escalier souterrain... Vous arriverez à pied par les hauteurs de Villefranche par des chemins ancestraux chauffés par un soleil méditerranéen, sentiers qui fleurent bon le ciste de Montpellier, le romarin, le thym, la lavande...

3 heures 30 de marche ; +550 m, -600 m de dénivelé et 2 heures de visite de Villefranche-de-Conflent.

Jour 5 : transfert au col de Jou. Sur les contreforts du massif du Canigou, montée bien ombragée au cœur d'une épaisse sapinière typique de l'étage montagnard. Le site de Mariailles (refuge gardé) offre un panorama inoubliable sur le défilé des gorges de Cadi et les hautes crêtes du Canigou. Retour par les forêts peu fréquentées de Marquirol.

4 heures de marche ; + 700 m, - 700 m de dénivelé.

Jour 6 : le sentier du marbre : découverte du marbre rose du Conflent. A la croisée des vallées de la Têt, du Cadi et de la Llitera, randonnée à travers les prestigieux sites d'extraction du fameux marbre rose de Villefranche qui servit à la construction de nombreux monuments locaux et nationaux. Après avoir longé le joli canal de Bohère, vous constaterez de quelle manière le marbre rose fut utilisé, dans l'enceinte de l'abbaye millénaire de Saint Michel de Cuixà.

5 heures de marche ; +550 m, 750 m de dénivelé.

Jour 7 : Fin du séjour après le petit-déjeuner.

► Nota bene

- La durée est donnée à titre indicatif et correspond aux heures effectives de marche (hors pauses).

BALNÉO

Le programme prévoit de 4 à 5 entrées (selon jours d'ouverture) à l'Espace Bien être du centre thermal (jacuzzi, sauna, hammam) et cours avec moniteur : aquagym en piscine d'eau thermale et 2 soins en baignoire individuelle hydro-massante et 1 massage individuel.

Possibilité d'effectuer le séjour sans la balnéo : une réduction est prévue.

ACCÈS

Début du séjour : le jour 1 à 10 h en gare SNCF de Villefranche - Vernet-les-Bains OU directement à l'hôtel à Vernet-les-Bains si vous arrivez en voiture. En cas de problème ou retard, appelez le numéro d'urgence fourni dans les documents de voyage.

Fin du séjour : le jour 7 après le petit-déjeuner en gare SNCF de Villefranche - Vernet-les-Bains OU à l'hôtel à Vernet si vous repartez en voiture.

Arriver sur place :

- En train : gare d'accueil Villefranche - Vernet-les-Bains (66).
- Par la route depuis Narbonne, suivre la RN 9 ou l'autoroute A9 jusqu'à Perpignan (sortie Perpignan Sud - Andorre - Prades), puis prendre la RN 116 direction Prades / Andorre puis Vernet-les-Bains. Carte Michelin Local 1/150 000e n°344.

Parkings :

- À l'hôtel à Vernet-les-Bains.

Arriver la veille (réservation à l'avance par vos soins) :

- en voiture à Vernet-les-Bains : nous consulter (hôtels différents en fonction de la formule choisie).
- en train : à Villefranche-de-Conflent, plusieurs hébergements à proximité de la gare.

HÉBERGEMENT & REPAS

En hôtel** (ou en hôtel*** selon la formule choisie).

Types de chambre : double grand lit, à lits séparés de 2 ou 3 lits, chambre individuelle avec supplément.

Nuit en hôtel

En chambres privatives, ici c'est le confort qui prime. Vous profiterez d'une douche et de sanitaires privatifs. Ces hébergements indépendants et familiaux sont gérés par des personnes accueillantes et passionnées par leur métier. Le linge de toilette est fourni.

Séjour en demi-pension (dîner + petit-déjeuner). Les boissons et les repas de midi ne sont pas compris. Selon les parcours, vous pourrez soit déjeuner le long du chemin, soit vous ravitailler dans la journée ou le soir à l'étape, soit commander des pique-niques auprès de vos hôtes. Les repas du soir sont la plupart du temps composés du menu du jour (pas de choix de menu). Les chiens ne sont pas acceptés.

Les coordonnées des hébergements vous seront fournies avec votre dossier de voyage.

NIVEAU

En moyenne chaque jour : 550 m de dénivelé positif et 4 heures de marche effectives. Possibilité de parcours plus sportif le jour 3. Terrain : alternance de bons sentiers et de pistes et chemins plus larges.

Dénivelé positif maximum : + 700 m

Dénivelé total en montée : + 3 350 m

Dénivelé total en descente : - 3 500 m

Altitude mini / maxi de passage : 430 m / 2 099 m

	Jour 1	Jour 2	Jour 3	Jour 4	Jour 5	Jour 6	Jour 7
Dénivelé positif	+ 650 m	+ 500 m	+ 450 m	+ 550 m	+ 700 m	+ 550 m	-
Dénivelé négatif	- 650 m	- 700 m	- 450 m	- 600 m	- 700m	- 750 m	-
Durée de marche	4 h	4 h 15	3 h 50	3 h 30	4 h	5 h	-

NB : la durée est donnée à titre indicatif et correspond aux heures effectives de marche (hors pauses).

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).

PORTAGE & TRANSPORT DES BAGAGES

Portage des affaires personnelles pour la journée de marche.

TRANSFERTS

- Jour 1 (si arrivée en train) à 10 h de Villefranche-de-Conflent gare SNCF à Vernet-les-Bains (10 min)
- Jour 2 à 9 h de Vernet au col de Mantêt (30 min) et à 16 h de Mantêt à Vernet (35 min)
- Jour 4 à 9 h de Vernet à Conat (20 min) et à 16 h de Villefranche à Vernet (10 min)
- Jour 5 à 9 h de Vernet au col de Jou (15 min) et à 16 h du col de Jou à Vernet
- Jour 6 à 17 h de Saint Michel de Cuixa à Vernet (20 min)
- Jour 7 (si retour en train) à 9 h de Vernet à Villefranche-de-Conflent gare SNCF (10 min)

Les temps de trajet sont donnés à titre indicatif, ils restent dépendants d'événements incontrôlables et imprévisibles (conditions météo, de circulation, etc.). Les transferts routiers sont assurés par des taxis ou des transporteurs privés ; cependant d'autres personnes peuvent également effectuer le même transfert que vous, ainsi nous vous prions d'être ponctuel et de ne pas décaler l'horaire qui a été fixé.

Nous attirons votre attention sur le fait que le port de la ceinture de sécurité est obligatoire à l'avant comme à l'arrière dans tous les véhicules que vous emprunterez au cours du séjour, lorsqu'ils en sont équipés. En vous inscrivant, vous vous engagez à respecter cette obligation. La responsabilité de Randonades ne saurait être retenue en cas de dommage(s) corporel(s) et/ou matériel(s) s'il s'avérait que cette disposition n'était pas respectée de votre fait.

DOSSIER DE VOYAGE

Trois semaines avant le départ (et après réception du solde de votre séjour), nous vous fournirons le dossier de voyage comprenant la liste des hébergements, des étiquettes pour vos bagages, un topo-guide descriptif du parcours, une cartographie précise et, sur demande, les traces GPS du parcours (format .gpx).

- > Pour l'envoi du dossier de voyage hors France métropolitaine, prévoir un supplément (dépendant de la destination).
- > Si vous souhaitez recevoir des dossiers de voyage supplémentaires (+ 25€ par dossier), la demande doit être faite à l'inscription.

Les itinéraires et les topo-guides sont régulièrement vérifiés et mis à jour. Cependant, l'itinéraire traverse des zones où les conséquences de l'activité humaine et/ou d'événements climatiques peuvent modifier significativement son tracé. À votre retour, nous vous serions reconnaissants de nous mentionner les changements ou imprécisions relevés sur le terrain.

ÉQUIPEMENT À PRÉVOIR

Le sac à dos

Pour les affaires de la journée (+/- 30 litres).

- Fond de sac (vêtement de pluie, vêtement chaud, lunettes de soleil, crème solaire, trousse à pharmacie, nécessaire de pique-nique)
- Pique-nique du jour et de l'eau en quantité suffisante
- Affaires personnelles (papiers d'identité, carte européenne d'assurance maladie pour les circuits en Espagne et en Andorre, guide faune et flore, appareil photo, etc.)

- Pour les circuits liberté, dossier de voyage avec cartes, topo-guide, boussole, téléphone portable (batterie chargée), coordonnées des hébergements, numéro d'urgence.

Le pique-nique

- Gobelet ou quart
- Une boîte hermétique en plastique (environ 0,8 l)
- Couverts légers (fourchette, couteau pliant)
- Gourde (1,5 l minimum) ou poche à eau selon votre préférence

Les chaussures

C'est l'un des éléments les plus importants. Elles doivent être avant tout confortables, imperméables et respirantes. Un bon maintien de la cheville est indispensable. Si vous devez acheter une nouvelle paire, nous vous conseillons d'essayer vos chaussures avant de commencer votre séjour. Ne prenez pas une pointure trop petite, car vos pieds auront tendance à gonfler pendant la marche. Prévoir des chaussures à tiges hautes, avec une semelle de type Vibram avec une bonne accroche. Attention à vos chaussures restées trop longtemps dans un placard, au bout d'un certain temps les semelles se décollent et les coutures peuvent se déchirer.

Les vêtements et équipement spécifiques pour la randonnée

- Veste coupe-vent imperméable (type goretex) ou cape de pluie

- Vêtement chaud (veste polaire ou pull)
- Pantalon pour la marche, short, tee-shirt (privilégiez des matières respirantes)
- Protection solaire (lunettes, chapeau ou casquette, crème, stick à lèvres)
- Maillot de bain (baignade sous votre propre responsabilité)
- Bonnet de bain
- Gants fins et bonnet
- Mini-pharmacie : médicaments personnels, compeed pour les ampoules, élastoplaste, gaze, désinfectant, antalgique, biatine, arnica (crème ou granules), une couverture de survie...

Et pourquoi pas :

- Bâtons de marche télescopiques qui favorisent la stabilité et soulagent les articulations

CONSEILS DE LECTURE

- *Dictionnaire des Pyrénées* de André Levy
- *Les Pyrénées* de Claude Dendaletche
- *La grande flore illustrée des Pyrénées* de Marcel Saule

- *L'histoire des Catalans* de Bouille et Colomer
- *Le Canigou, montagne sacrée* de Joseph Ribas

CONDITIONS D'ANNULATION

Si vous êtes dans l'obligation d'annuler votre voyage avant son commencement (date de départ), vous devez en informer dès que possible Randonades et l'assureur (si assuré) par tout moyen écrit permettant d'obtenir un accusé de réception. C'est la date d'émission de l'écrit qui sera retenue comme date d'annulation pour facturer les frais d'annulation. Important : l'assureur appréciera, sur la base des documents que vous lui communiquerez directement, la date du fait générateur à l'origine de l'annulation de votre voyage pour vous rembourser les frais d'annulation.

L'annulation de voyage ne dispense pas du paiement intégral du prix du séjour ; toute procédure de remboursement par l'assurance ne peut être entamée qu'à cette condition.

En cas d'annulation, il sera fait application des dispositions énoncées au présent article et du barème suivant (hors primes d'assurances) :

- à plus de 60 jours du départ : 15 % du prix total du séjour ;
- de 60 à 31 jours du départ : 25 % du prix total du séjour ;
- de 30 à 21 jours : 30 % du prix total du séjour ;
- de 20 à 14 jours : 55 % du prix total du séjour ;
- de 13 à 8 jours : 70 % du prix total du séjour ;
- de 7 à 2 jours du départ : 75 % du prix total du séjour ;
- la veille ou le jour 1 du séjour : 100 % du prix total du séjour.

En cas d'annulation, quelle qu'en soit la raison, les frais extérieurs au séjour souscrit chez Randonades et engagés par le ou les voyageur(s) tels que frais de transport jusqu'au lieu de départ du voyage et retour au domicile, documents de voyages, ne pourront faire l'objet d'un quelconque remboursement.

L'abandon de votre part au cours de la randonnée ne donne droit à aucun remboursement. Lors d'une inscription à plusieurs : en cas d'annulation de la personne avec laquelle vous deviez partager une chambre (et de non remplacement par une autre personne), le supplément chambre individuelle vous sera facturé.

Les primes d'assurances ne sont jamais remboursables.

MODIFICATIONS DE RÉSERVATION

Après l'inscription et avant la date de départ, toute demande de modification de prestations (ajouts ou retraits, prestations supplémentaires, choix d'option, régime alimentaire, changement d'hébergement...), ne peut intervenir qu'avec l'accord préalable de Randonades et le paiement des frais induits avec un minimum de 50€ de frais de dossier.

ASSURANCES

À l'inscription, vous pouvez souscrire à une assurance optionnelle facultative (assistance/rapatriement, annulation, interruption de séjour) qui s'ajoute au prix du séjour ; conditions générales des contrats sur demande ou consultables sur notre site internet www.randonades.com. Cette assurance ne peut prendre effet qu'après le paiement intégral du séjour. La souscription est accessible à tous les résidents européens.

L'assurance annulation

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

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 assistance / rapatriement

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 info@randonades.com www.randonades.com
n° Siret 450 612 668 00027 Agence de voyages Licence LI06609001- IM066100022
Assurance RC : MMA BP27 69921 OULLINS Garantie financière : Groupama caution 92000 NANTERRE