GR 10 : MÉRENS – VERNET-LES-BAINS

7e partie, de l'Ariège au Pays catalan

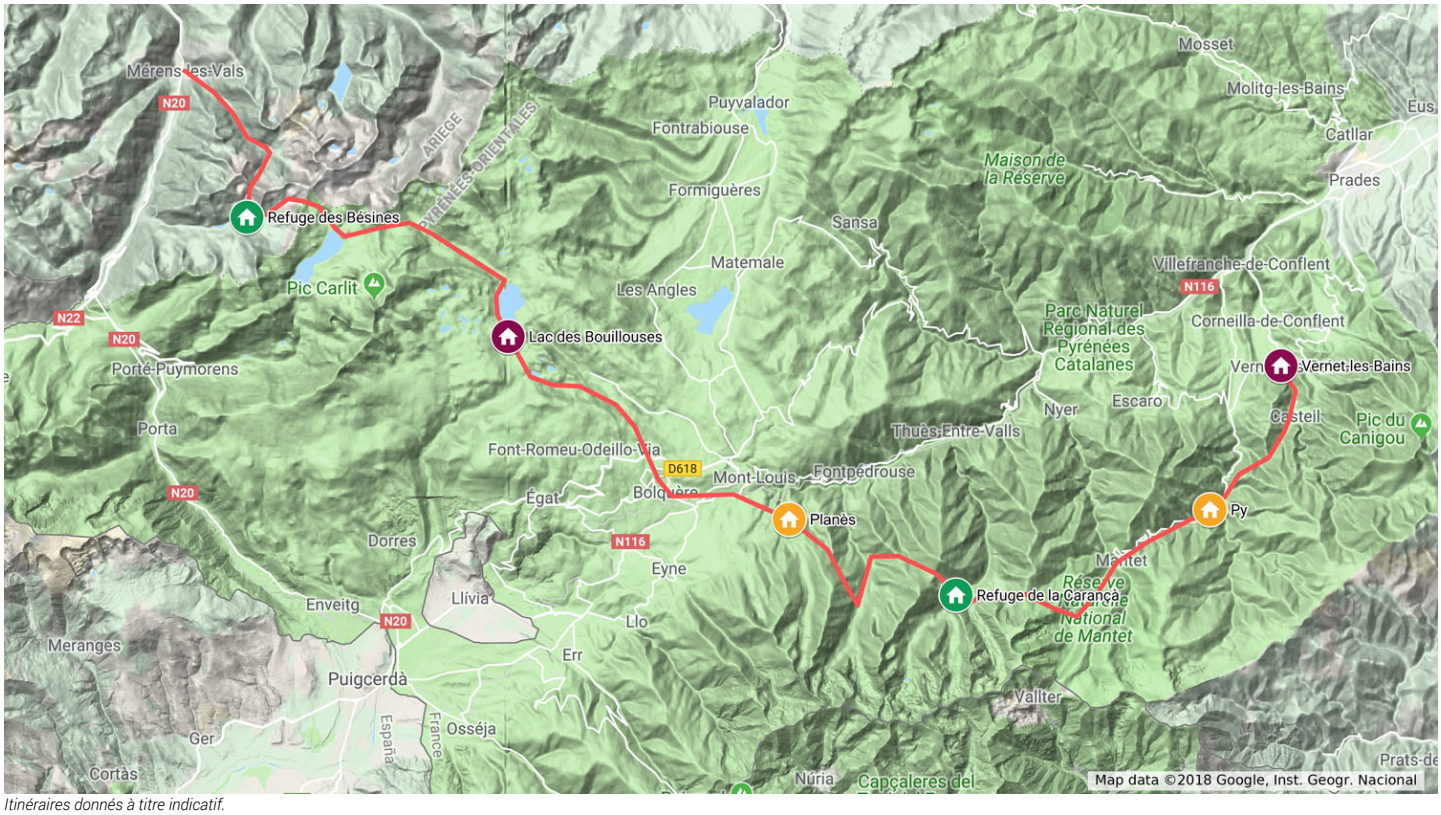
FICHE TECHNIQUE I randonnée itinérante liberté I 7 jours, 6 nuits, 6 jours de marche

Au départ de Mérens-les-Vals, joli village historique blotti au cœur de la haute vallée de l'Ariège et célèbre pour ses petits chevaux noirs, nous monterons à l'assaut du lac et refuge de Bésines, dernière étape en climat "océanique". Déjà, la traversée lumineuse de la Cerdagne, haut plateau ensoleillé et aux innombrables lacs nous ravira, avant d'aborder les senteurs méditerranéennes par le haut Conflent, avant de plonger au pied du mythique Canigó, dans le pays du non moins renommé Pau Casals.
De hauts lieux historiques (Planès et son église romane au fameux plan tréflé, le village inoubliable de Mantêt tout de pierres bâti, la tour à signaux de Goa du XIIIe siècle, Vernet et sa station thermale), des hébergements typiques en des lieux prestigieux (site des Bouillouses, vallée de la Carença et son refuge à l'accueil privilégié) agrémenteront nos pas pour cette septième partie de la grande traversée des Pyrénées au fil du GR 10.

Séjour recommandé par le Parc Naturel Régional des Pyrénées Catalanes

Pour cette partie, nous avons essayé de vous proposer de marcher TOUS les kilomètres du GR 10. En vrais « PURISTES » du GR 10 !

Les hébergements aux "bons endroits" pouvant quelquefois faire défaut, il reste tout à fait possible d'adapter certaines étapes jugées trop longues et/ou difficiles grâce à un transfert routier (sous réserve d'accessibilité). Contactez nous pour adapter votre programme sur-mesure.



Itinéraires donnés à titre indicatif.

DATES

Départ possible tous les jours du 15 juin au 30 septembre

COMPRIS DANS LE SÉJOUR

- Frais d'inscription et d'organisation
- Hébergement en demi-pension
- Le transport des bagages (non compris dans la formule "baroudeur")
- Transferts prévus au programme
- 1 dossier de voyage avec 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

PROGRAMME JOUR PAR JOUR

Jour 1 : Rendez-vous à 9 h en gare de Mérens avec un transporteur pour le dépôt des bagages.
Remontée de la vallée du Nabre, pour passer la porteille des Bésines. Courte descente jusqu'au lac et refuge des Bésines. Nuit en refuge gardé.
5 heures de marche, 10 km, + 1 280 m ; - 230 m.

Jour 2 : Bésines – lac des Bouillouses.
Au fil du ruisseau de la Coume d'Agnel, découverte du plus grand lac d'altitude des Pyrénées : l'étang du Lanoux. Montée (facile) à la porteille de la Grave, et voici "l'altiplano" catalan de la Cerdagne, jolie descente au fil du ruisseau de la Grave puis les sources de la Têt se déversant dans l'immense lac des Bouillouses. Nuit en hôtel au bord du lac.
5 heures 30 de marche, 17 km, + 720 m ; - 800 m.

Jour 3 : Bouillouse - Planès.
Journée plus douce et très boisée le long de la vallée de la Têt. Les villages d'altitude de la haute Cerdagne se succèdent, avec leur clocher remarquable... Nuit à la limite du Conflent et tout près de la remarquable église romane de Planès, en gite (ou en chambre).
5 heures 30 de marche, 19 km, + 220 m ; - 700 m.

Jour 4 : Planès - Carença.
Le haut Conflent : courte ascension du col boisé de Cédeilles, suivi d'un joli balcon sur la vallée de la Riberole. Après le site pastoral d'Aumet, montée au col esthétique et arrondi de Mitjà, pour basculer sur la fameuse vallée de la Carença, aux nombreux lacs sur sa partie haute et aux gorges ludiques en aval... Nuit en refuge gardé avec l'accueil privilégié d'Alexandre.
6 heures 15 de marche, 17 km, + 1 120 m ; - 830 m.

Jour 5 : Carença - Py.
Traversée d'abord boisée vers la Coume de Bassibès, puis montée au col del Pal et son vaste panorama. Descente en vallée de l'Alemany, au cœur de la réserve naturelle, pour remonter au village de Mantêt, avec ses belles bâtisses en pierres. Passage au col de Mantêt, à la large vue sur le Canigó, puis descente boisée et pastorale dans le bassin de la Rotja. Nuit à Py (ou Mantêt) en gite (ou en chambre).
6 heures 15 de marche, 18 km, + 750 m ; - 1560 m.

Jour 6 : Py - Vernet les Bains.
En balcon sur la vallée de la Rotja, passage au col de Jou. Après le point de vue à 360° de la tour de Goa, descente forestière sur Vernet les Bains. Nuit en hôtel (accès possible à l'espace bien-être au tarif préférentiel de Randonades, nous consulter).
3 heures 30 de marche, 10 km, + 350 m ; - 750 m.

Jour 7 : fin du séjour après le petit-déjeuner et un court transfert à Villefranche de Conflent.

▷ Nota bene

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

▷ Enchaînement avec la 8e partie Vernet – Banyuls, dans ce cas, pas de passage à Vernet-les-Bains de prévu sauf demande expresse

Jour 6 : Py – Mariailles. Dénivelé : + 800 m, - 100 m / Distance : 10 km / Durée : 4 heures de marche.
Jour 7 : départ à pied de Mariailles vers le refuge des Cortalets

ACCÈS

Début du séjour : le jour 1 à 9 h en gare SNCF de Mérens-les-Vals (09), ou départ directement à pied de votre hébergement de la veille à Mérens (ou d'un village proche) si vous nous en avez prévenu, aussi pour le transport des bagages.
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 et un court transfert à Villefranche-de-Conflent (66)

Retour possible de Villefranche à Mérens : en bus (lignes régulières du département des Pyrénées-Orientales) ou en train local dit « le petit train jaune » de Villefranche à Latour de Carol puis en train TER ou intercités de Latour-de-Carol à Mérens.

Arriver sur place :
> en train : gare d'accueil Mérens (09), pour le retour : Villefranche de Conflent (66)
Il est fortement conseillé de vous rendre en train sur votre séjour pour éviter les retours au point de départ pour récupérer votre véhicule, car les trajets peuvent s'avérer très longs et mal desservis ou bien coûteux si vous choisissez de revenir en taxi.

> en voiture depuis Toulouse, suivre la RN 20 ou l'autoroute A 61 puis A66 jusqu'à Foix puis Tarascon et Ax les Thermes, puis continuer 10 km la RN 20 direction Andorre jusqu'à Mérens.

Arriver la veille :
Réservation à l'avance par vos soins.
> en voiture : à Mérens-les-Vals. ***Prévenez nous avant le départ*** *pour profiter d'un rendez-vous spécial.*

> en train : à Ax les Thermes, plusieurs hôtels à proximité de la gare. Reprendre le train le lendemain matin jusqu'à Mérens (14 min de trajet).

Si vous choisissez de venir en voiture, nous vous conseillons de stationner votre véhicule au point d'arrivée du séjour et de rejoindre le point de départ la veille du début du séjour. Vous aurez ainsi le temps de faire le trajet et vous ne serez pas fatigués par votre semaine de randonnée.

HÉBERGEMENT & REPAS

En hôtel en chambre (de 1, 2 ou 3 personnes) en hôtel ** ou équivalent (2 nuits), en dortoir en gite d'étape (2 nuits) et en refuge gardé (duvet non nécessaire, deux nuits non suivies).

VERSION CONFORT (avec supplément, à réserver à l'inscription, dans la limite des places disponibles)
2 nuits en dortoir commun en refuge gardé de montagne les jours 1 et 4. Prévoir un drap de sac (couvertures fournies).
2 nuits en chambre en gite les jours 3 et 5
2 nuits en chambre en hôtel 2** ou équivalent les jours 2 et 6

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 : 750 m de dénivelé positif et 5 heures 30 de marche effectives. Terrain : bons sentiers.

Dénivelé positif maximum : + 1 280 m
Dénivelé total en montée : + 4 440 m
Dénivelé total en descente : - 4 870 m
Altitude mini / maxi de passage : 650 m / 2 470 m

	Jour 1	Jour 2	Jour 3	Jour 4	Jour 5	Jour 6	Jour 7
Dénivelé positif	+1280 m	+ 720 m	+ 220 m	+ 1120 m	+ 750 m	+ 350 m	-
Dénivelé négatif	- 230 m	- 800 m	- 700 m	- 830 m	- 1 560 m	- 750 m	-
Distance	10 km	17 km	19 km	17 km	18 km	10 km	-

Durée de marche	5 h	5 h 30	5 h 30	6 h 15	6 h 15	3 h 30	-

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 uniquement de vos affaires personnelles pour la journée de marche (sauf pour les nuits des jours 1 et 4 en refuge gardé, duvet non nécessaire). Les bagages sont transportés par véhicule entre les étapes. Prévoir un bagage suiveur facilement maniable de 10 kg maximum (cf. nos conseils sur l'équipement).

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).

REDUCTION BAROUDEURS portage par vos soins.
Nous vous proposons une réduction séjour sans portage des bagages par notre agence, de ce fait vous porterez vos bagages vous-même d'étapes en étapes, pas de transport en taxi sauf pour les transferts. La réduction n'est valable que dans le cas où tous les participants de la réservation en ont fait la demande.

TRANSFERTS

AUCUN TRANSFERT pendant la randonnée

- Jour 7 de Vernet-les-Bains à Villefranche-de-Conflent (5 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 bagage suiveur
Pour les affaires qui suivent entre les hébergements, prévoir un seul bagage suiveur (sac souple de 10 kg maximum) par personne en évitant les valises rigides autant que possible.

Le couchage en dortoir
- Drap de sac ou drap cousu type “sac à viande“ (couvertures fournies)
- Nécessaire de toilette, serviette
- Bouchons d'oreille
- Lampe de poche ou frontale

Le sac à dos
Pour les affaires de la journée et une ou plusieurs nuits en autonomie en refuge ou gîte (40-50 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 hébergement, 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, biafine, arnica (crème ou granules), une couverture de survie…

Et pourquoi pas :
- Bâtons de marche télescopiques qui favorisent la stabilité et soulagent les articulations
- Guêtres ou “stop-tout“ très efficaces par temps de pluie ou simplement dans l’herbe humide

CONSEILS DE LECTURE

- *Dictionnaire des Pyrénées* de André Levy
- *Les Pyrénées* de Claude Dendaletche
- *La grande flore illustrée des Pyrénées* de Marcel Saule
- *La Cerdagne et ses frontières* de François Mancebo
- *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.

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.

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 qui résultent de l'imprudence d'un participant.

Séjour recommandé par
le Parc Naturel Régional des Pyrénées Catalanes

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