

FICHE TECHNIQUE | randonnée itinérante accompagnée | 7 jours, 6 nuits, 6 jours de marche

Le massif du Canigou est une montagne magique : elle permet de découvrir tous les paysages, toutes les végétations que l'on peut espérer sentir, voir, toucher...

Nous alternerons nos sensations des sauvages forêts du Tres Estelles aux profondes gorges du Mantet et du Cady. Des douceurs arrondies du Pla Guillem, des lacs du Cadi et Cortalet, les hardes d'isards nous mèneront fièrement jusqu'à la cime élancée de notre "dent de chien", pic Canigou emblème et berceau historique de tout un peuple. Les cactus au pied du massif ne viendront jamais chatouiller les douces gentianes proches des neiges éternelles. Le velours vert sombre des pins à crochets, montant toujours plus haut sur des pentes au climat clémente, contrastera avec la variété des couleurs de la flore méditerranéenne aux senteurs si réputées. L'homme a toujours su s'immiscer au sein de cette montagne préservée, pastorale : tels les "légendaires" gardiens de refuge, tels nos hôtes de Mantet qui excellent autant dans l'art de la table que dans celui des anecdotes locales.

Canigou : montagne adorée, vénérée par les hommes et élevée au rang de "montagne regalade", montagne qui offre tout, jusqu'à ses eaux thermales propices à notre remise en forme.



Itinéraires donnés à titre indicatif.

DATES

De juin à septembre

COMPRIS DANS LE SÉJOUR

- Frais d'inscription et d'organisation
- Hébergement en pension complète
- Transport des bagages (sauf pour la nuit au refuge des Cortalets)
- Transferts prévus au programme
- Encadrement par un accompagnateur (B.E.)
- Une séance de remise en forme dans le centre thermal de Vernet-les-Bains

NON COMPRIS DANS LE SÉJOUR

- Acheminement jusqu'aux lieux de rendez-vous et de séparation
- Boissons pendant et en dehors des repas
- Douches payantes dans les refuges
- Assurances
- Tout ce qui n'est pas mentionné dans "le prix comprend"

PROGRAMME JOUR PAR JOUR

Jour 1 : au cœur d'une nature préservée, départ d'un village célèbre pour ses mines de fer. Découverte, entre forêts et balcons, des surprenantes gorges de Nyer (réserve naturelle). Arrivée surprise, par d'ancestrales prairies de fauche savamment organisées, au village du bout du monde de Mantet. Nuit en gîte à Mantet.

6 heures de marche, + 750 m ; - 100 m de dénivelé.

Jour 2 : boucle dans la sauvage réserve naturelle de Mantet, à la découverte des isards si gracieux dans leurs pierriers. Tantôt proche du torrent tumultueux de l'Aleman, tantôt à travers estives et pinèdes d'altitude. Remontée de la vallée de l'Aleman en direction du pic de la Dona aux courbes si féminines. Nuit en gîte à Mantet.

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

Jour 3 : vers les prairies de fauche du village, quand la rivière de Mantet ne fait plus qu'une. Découverte du sauvage et préservé vallon de Caret, avec ses épaisses forêts, non loin de l'aérien pic de Ribes Blanques ou tout près du verdoyant col de l'Orri. Le souvenir d'illustres chevriers locaux et de leurs bêtes racées plane encore en ces vallons tenus secrets... Nuit en gîte à Mantet.

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

Jour 4 : une extraordinaire traversée, sur de vastes et hauts plateaux hercyniens et le long des aiguilles de quartz des Esquerdas de Rotja (un pied dans la réserve naturelle de Py et un pied dans celle de Prats-de-Mollo). Une tranquille descente nous mène aux abords du pic symbole. Nuit au refuge de Mariailles.

7 heures de marche, + 1100 m ; - 750 m de dénivelé.

Jour 5 : montée progressive par la vallée du Cadi. La forêt épaisse de sapins et d'épicéas cède la place, plus haut, aux estives ouvertes où l'on côtoie quelques hardes d'isards. Ascension tant attendue du Pic du Canigó (2 784 m), avec vue à 360° sur les Pyrénées, l'Espagne et jusqu'à la Méditerranée ! Nuit au refuge des Cortalets.

6 heures de marche, + 1100 m ; - 750 m de dénivelé.

Jour 6 : le balcon du Canigou, et son panorama sur la plaine du Roussillon et les collines du Conflent. Descente boisée vers le piémont. Remise en forme et nuit en hôtel à Vernet-les-Bains.

5 heures de marche, + 200 m ; - 1600 m de dénivelé.

Jour 7 : court transfert après le petit-déjeuner.

► Nota bene

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

L'accompagnateur peut décider de modifier les parcours décrits plus haut (cas de force majeure, conditions météo, nombre et/ou niveau des participants, etc.). Dans tous les cas, ayez confiance car ces éventuelles modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité ou votre confort.

BALNÉO

Le programme prévoit une entrée à l'Espace Forme du centre thermal (jacuzzi, sauna, hammam) à Vernet-les-Bains le vendredi en fin d'après-midi.

ACCÈS

Rendez-vous : le dimanche à 9 h 30 en gare de Villefranche-de-Conflent (66). En cas de problème ou retard, appelez le numéro d'urgence fourni dans les documents de voyage.

Fin du séjour : le samedi vers 10 h en gare SNCF de Villefranche-de-Conflent.

Arriver sur place :

- En train : gare d'accueil Villefranche-de-Conflent ; dénomination SNCF : Villefranche – Vernet-les-Bains (66) Contacter la SNCF au 36.35, appel direct ou www.ter-sncf.com pour confirmation des horaires.
- Par la route : de Narbonne, suivre la RN 9 ou l'autoroute jusqu'à la sortie Perpignan Sud (sortie 42 Andorre- Prades), puis la RN 116 direction Andorre jusqu'à Villefranche de Conflent.

► Covoiturage

Le cas échéant veuillez nous indiquer (à l'inscription ou le plus tôt possible avant le départ) votre souhait de covoiturer ou d'être covoituré pour rejoindre le lieu de rendez-vous. Nous vous mettrons en contact avec les autres participants intéressés.

Parkings :

- Parking à la gare de Villefranche.

† Le PLUS Randonades

Nous vous proposons le stationnement gratuit sur le parking de l'hôtel Les Sources à Vernet-les-Bains : prévenir avant le départ pour profiter d'un rendez-vous spécial. L'hôtel et Randonades déclinent toute responsabilité en cas de sinistre.

Arriver la veille :

Réservation à l'avance par vos soins.

Si vous arrivez en train : à Villefranche-de-Conflent, Auberge du Cèdre (à 300 mètres de la gare), Tél. 07 50 43 90 87

Si vous arrivez en voiture : à Vernet-les-Bains, Hôtel Les Sources**, Tél : 04 68 05 52 84

HÉBERGEMENT & REPAS

En dortoir, en refuge gardé (2 nuits) et en gîte d'étape (3 nuits) ; en chambre de 2 ou 3 personnes en hôtel** (1 nuit) avec centre thermal de remise en forme.

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.

Séjour en pension complète (dîner + petit-déjeuner + pique-nique). Les boissons ne sont pas comprises.

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

NIVEAU 3/5

En moyenne chaque jour : 800 m de dénivelé positif et 6 heures de marche effectives. Terrain : bons sentiers (rarement escarpés, parfois caillouteux).

Dénivelé positif maximum : + 1 100 m

Dénivelé total en montée : + 4 750 m

Dénivelé total en descente : - 4 800 m

Altitude mini / maxi de passage : 600 m / 2 785 m

PORTAGE & TRANSPORT DES BAGAGES

Portage des affaires personnelles pour la journée de marche sauf pour la nuit au refuge des Cortalets (jour 5). 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).

TRANSFERTS

- Jour 1 de Villefranche-de-Conflent à Vernet-les-Bains (5 min)
- Jour 1 de Vernet-les-Bains à Escaro (15 min)
- 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.

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.

GROUPE

4 à 12 personnes.

Dans un souci de convivialité et de sécurité, nous limitons les groupes à 12 participants. Toutefois, le groupe peut exceptionnellement monter à 13 personnes dans le cas où la dernière inscription serait le fait de 2 personnes. Les prestations, les conditions et le prix du séjour resteront dans tous les cas identiques.

La vie de groupe demande parfois de la tolérance, de la 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. Si vous habitez une région à la gastronomie réputée (ou non), pourquoi ne pas apporter un échantillon de votre terroir à déguster ensemble !

ENCADREMENT

Par un accompagnateur en montagne diplômé (brevet d'Etat) spécialiste de la culture locale.

Tous nos accompagnateurs sont des professionnels passionnés, natifs ou résidant depuis longtemps dans les Pyrénées. Ils sauront vous faire partager ou rencontrer une culture, une histoire, un berger ou un vigneron... un pays. Au détour d'un chemin (ou parfois hors sentier), ils vous feront découvrir l'isard ou le vautour, l'oursin, le cèpe ou la girolle à déguster, la grotte cachée à visiter...

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 nuit en refuge (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.)

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
- 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
- *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

Les renseignements indiqués sur nos fiches techniques sont donnés à titre indicatif et ne peuvent engager notre responsabilité. Chaque participant doit se conformer aux règles de prudence et de sécurité données par l'accompagnateur. Randonades se réserve le droit d'exclure à tout moment une personne dont le comportement compromet la sécurité ou le bien-être du groupe ainsi que de modifier, si les circonstances l'exigent, les itinéraires ou certaines prestations du programme, directement ou par l'intermédiaire de l'accompagnateur qui reste seul juge sur le terrain. Aucune indemnité ne saurait être due.

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