

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 XIII^e 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.

► Repères

Début du séjour : le jour 1 à 9 h à Mérens-les-Vals (09)

Fin du séjour : le jour 7 vers 10 h à Villefranche-de-Conflent (66)

Hébergement : en refuge gardé (2 nuits), en gîte d'étape (2 nuits) et en hôtel (2 nuits)

Niveau 4 : en moyenne chaque jour, 700 m de dénivelé positif et 5 heures 30 de marche

Portage : affaires personnelles pour 2 nuits (non suivies) en refuge

Dossier de voyage : topo-guide, cartographie précise, traces GPS

Prix 575 €

Supplément chambre pour 2 nuits (4 nuits au total) : 45 € / pers.

Dates : départ possible tous les jours du 20/06 au 30/09

Le programme jour par jour

Jour 1 : Rendez-vous à 9H 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 en gardé.

5 heures de marche, +1 250 m ; -250 m de dénivelé.

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.

6 heures de marche, +650 m ; -750 m de dénivelé.

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 en gîte, à la limite du Conflent et tout près de la remarquable église romane de Planès.

5 heures 30 de marche, +200 m ; -700 m de dénivelé.

Jour 4 : Planès - Carença.

Le haut Conflent : courte ascension du col boisé de Cèdeilles, 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 de Camille.

6 heures 30 de marche, +1 100 m ; -800 m de dénivelé.

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'Aleman, 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 en gîte à Py.

6 heures 30 de marche, + 750 m ; - 1 550 m de dénivelé.

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).

4 heures de marche, + 350 m ; - 750 m de dénivelé.

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 8^e partie Vernet - Banyuls

Jour 6 : Py – Mariailles

4 heures de marche, + 850 m ; - 150 m de dénivelé.

Jour 7 (ou jour 1 de la 8^e partie) : départ à pied de Mariailles vers le refuge des Cortalets

Accès

Début du séjour : le jour 1 à 9H en gare SNCF de Mérens-les-Vals (09). 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 par train SNCF.

Arriver sur place :

> en train : gare d'accueil Mérens (09), pour le retour : Villefranche de Conflent (66)

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

> 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 aux chambres d'hôtes du Nabre au 05 61 01 89 36. **Prévenez nous avant le départ pour profiter d'un rendez-vous spécial.**

> en train : à Ax les Thermes, hôtel Le P'tit Montagnard tél. 05 61 64 22 01, au calme en centre-ville. Reprendre le train le lendemain matin jusqu'à Mérens (14' de trajet).

Hébergement & repas

2 nuits (non suivies) en refuge gardé (duvet non nécessaire), 2 nuits en gîte et 2 nuits en hôtel. Possibilité de dormir en chambre 4 nuits au total (avec supplément et sous réserve de disponibilité, cf. paragraphe "dates & prix").

Hôtels, auberges et chambres d'hôtes

En chambres privatives, ici c'est le confort qui prime. Le plus souvent, vous profiterez d'une douche et de sanitaires individuels présents dans votre chambre. Ces hébergements indépendants et familiaux sont gérés par des personnes accueillantes et passionnées par leur métier. Le linge de toilette est fourni.

Gîtes d'étapes

C'est dans de petits dortoirs que vous dormirez, équipés de matelas, couvertures et oreillers. Ce que le gîte perd en confort, il le gagne en chaleur, en ambiance familiale et en convivialité. Soirées animées en perspective... Le linge de toilette n'est pas fourni.

Refuges de montagne

Ils sont placés dans des sites insolites et sauvages, dans une nature vierge de toute pollution et urbanisation. Randonnées fait son maximum pour vous loger dans des refuges équipés de douches et de sanitaires. Le linge de toilette n'est pas fourni. Les dortoirs sont équipés de matelas, couvertures et oreillers.

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 4

En moyenne chaque jour : 700 m de dénivelé positif et 5 heures 30 de marche effectives. Terrain : bons sentiers.

Dénivelé positif maximum : + 1 250 m

Dénivelé total en montée : + 4 300 m

Dénivelé total en descente : - 4 800 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	+1250 m	+ 650 m	+ 200 m	+ 1100 m	+ 750 m	+ 350 m	-
Dénivelé négatif	- 250 m	- 750 m	- 700 m	- 800 m	- 1 550 m	- 750 m	-
Distance	9 km	16 km	19 km	14 km	16 km	9 km	-
Durée de marche	5 h	6 h	5 h 30	6 h 30	6 h 30	4 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 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). Prévoir un bagage suiveur facilement transportable (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).

FORMULE 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

- 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.

Dossier de voyage

Trois semaines avant le départ (et après réception du solde de votre séjour), nous vous fournirons le dossier de voyage (pour 2 à 4 personnes) 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).

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.

Dates et prix

Départ possible tous les jours du 20 juin au 30 septembre.

Prix : 575 € / pers.

- Minimum 2 personnes
- Supplément chambre pour 2 nuits (4 nuits au total) : 45 €/pers.

- Réduction "baroudeur" avec portage de vos affaires personnelle pour 6 nuits : -100 € par pers. (maximum 400 €)

- Réduction "mini-groupe", nous consulter.

Le cas échéant, veuillez nous préciser à l'inscription si plusieurs dates de départ sont possibles ; ceci au cas où un ou plusieurs hébergements seraient complets aux dates retenues. Afin d'organiser au mieux votre séjour, nous vous conseillons de vous inscrire le plus tôt possible ; certains hébergements peuvent être complets parfois plusieurs mois à l'avance.

Le prix comprend :

- Frais d'organisation
- Hébergement en demi-pension
- Transport des bagages (sauf pour 2 nuits en refuge)
- Transferts prévus au programme
- Dossier de voyage pour 2 à 4 personnes avec cartes, topoguide, traces GPS (dossier supplémentaire 25€).

Le prix ne comprend pas :

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

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 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, 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

Modifications de réservation

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

Conditions d'annulation

En cas d'annulation de votre part à plus de 30 jours du départ, Randonades rembourse l'intégralité du prix du séjour sous déduction de frais de dossier forfaitaires de 50 € par personne.

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. 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 pourra vous être facturé.

Assurances

Vous pouvez souscrire, **à l'inscription**, à une ou plusieurs assurances (assistance / rapatriement, annulation, interruption de séjour, bagages) qui s'ajoutent au prix du séjour ; conditions générales des contrats sur demande ou consultables sur notre site internet : <http://www.randonades.com/sejour-randonnee/comment-sinscrire>. Ces assurances ne peuvent 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 interruption de séjour

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

L'assurance assistance / rapatriement

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

L'assurance bagages

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 – 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

