

NOUVEL AN – CERDAGNE

Réveillon au pied du Carlit

4 jours / 3 nuits / 3,5 jours de marche



Un séjour raquette spécial réveillon au cœur de l'Altiplano, relief idéal pour la raquette. Vous partirez non seulement contempler les paysages remarquables du Parc Naturel Régional des Pyrénées Catalanes, mais découvrirez également les spectaculaires faces nord de la Sierra de Cadi. Un florilège de panoramas splendides ! Les bains d'eaux chaudes participent à la magie de ce séjour, sans oublier l'excellent déjeuner grillades catalanes dans un refuge perdu dans les bois et l'exceptionnelle cuisine de nos hôtes Yumi et Xavier.

PROGRAMME INDICATIF

JOUR 1 : Perpignan-Eyne

Accueil et transfert vers le charmant village de Eyne. Un bel itinéraire nous conduit dans la réserve naturelle d'Eyne, terrain de jeu parfait pour se familiariser à la randonnée en raquette et découvrir les premiers paysages sauvages de Cerdagne. Au retour de la randonnée, installation dans notre hébergement pour les 3 nuits et premier délicieux dîner qui donnera le ton pour les jours à venir.

▲ **3 à 4h de marche, +300m /-300m de dénivelée, 1h30mn de transfert.**

JOUR 2 : Refuge du Col de Torn - Bains de Llo

Belle randonnée forestière sur les hauteurs de Matemale au milieu des senteurs de résine. Possibilité de monter au Pica Bastard et savourer la beauté de ces montagnes et le calme de cette nature. En sortant de la forêt, le panorama s'ouvre sur le Pic Peric et le Carlit au loin. C'est dans ce havre de paix que Dominique, la gardienne du refuge, nous accueille pour un savoureux déjeuner grillades aux doux parfums catalans. Découverte des Bains de Llo au retour de la randonnée pour un moment de détente bien mérité.

▲ **3 à 4h de marche, +400m/-400m de dénivelée, 1h de transfert**

JOUR 3 : Sierra de Cadi - Soirée du Réveillon

Transfert à Estana en Espagne. La journée est consacrée à la découverte de la ô combien grandiose Sierra de Cadi. L'itinéraire chemine dans le parc naturel de Cadi-Moixero d'une riche biodiversité avant d'atteindre le merveilleux Prat de Cadi. La vue s'ouvre alors sur l'imposante face nord de la Sierra de Cadi, féérique muraille de roches et de couloirs gorgés de neige. Soirée de fête autour d'un délicieux dîner aux milles saveurs qui nous transportera vers la nouvelle année.

▲ **3 à 4h de marche, +400m/-400m de dénivelée, 1h30 de transfert**

JOUR 4 : Eyne – Perpignan

Transfert à Perpignan après le petit-déjeuner et fin du séjour.

N.B : Ce programme est donné à titre indicatif. L'itinéraire pourra être légèrement modifié en fonction des conditions climatiques ou d'aléas indépendants de notre volonté.

En cas de changement de catégorie d'hôtels, du fait de la défaillance de l'un de nos prestataires, vous en serez prévenus à l'avance. Ces changements ne donneront droit à aucune compensation financière.

FICHE PRATIQUE :

NIVEAU : 4 à 6 heures de marche par jour sur sentier, avec des dénivelés montants de 350 à 500 m.

PORTAGE : uniquement les affaires de la journée

ENCADREMENT : accompagnateur en montagne diplômé

GROUPE : de 5 à 15 personnes

HÉBERGEMENT : À 2005 mètres d'altitude, le refuge gardé et chauffé des Bouillouses sera notre pied-à-terre dans un décor inoubliable.

RENDEZ-VOUS : Le jour 1 à 9h30 en gare de Perpignan, place Salvador Dali. Soyez habillés en tenue de randonnée, avec les chaussures de randonnée à portée de main et la gourde pleine.

DISPERSION : Le jour 4 à partir de 11h en gare Perpignan.

DATES ET PRIX :

Veillez consulter notre site internet actualisé pour les tarifs ainsi que les dates actualisées.

<http://www.cheminsdusud.com/>

LE PRIX COMPREND :

- L'encadrement par un accompagnateur en montagne
- L'hébergement en demi-pension (vin et boissons non compris)
- Les pique-niques le midi
- Les transferts prévus au programme
- Le prêt des raquettes, des bâtons, ainsi que le matériel de sécurité DVA, pelles, sondes

Précisez-nous lors de votre inscription, votre poids et votre taille afin de vous fournir autant que possible, une taille de raquettes adaptée à votre morphologie

LE PRIX NE COMPREND PAS :

- L'assurance assistance et/ou annulation
- Votre transport aller/retour jusqu'au lieu de rendez-vous et de dispersion
- Les boissons et dépenses personnelles
- Les bains de LLo
- Les frais d'inscription éventuels

Frais d'inscription :

Les frais d'inscription sont des frais administratifs. Ils sont applicables à chaque personne inscrite.

- pour toute inscription à plus de 90 jours du départ : pas de frais de dossier
- pour toute inscription de 89 à 30 jours du départ : 15 € par personne
- pour toute inscription à 29 jours ou moins du départ : 25 € par personne

AUTRES PRÉCISIONS



ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ :

(À adapter selon les saisons)

Vêtements :

Pour le haut du corps, le **principe des 3 couches** permet de gérer quasiment toutes les situations:

- Un sous-pull à manches longues (ou courtes en fonction de la saison) en matière respirante
- Une veste en fourrure polaire chaude.
- Une veste coupe-vent imperméable et respirante type gore tex.

En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par temps de pluie, neige ou vent, il suffit de rajouter la veste imperméable. Par grands froids ou lors des pauses, la veste polaire est un complément indispensable.

Prévoir des **vêtements qui sèchent rapidement**, proscrire le coton, préférez la laine, la soie et les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud. Pensez à **vous découvrir avant d'avoir trop chaud** ; la sueur est l'ennemi du randonneur, elle humidifie les vêtements et donne froid lors des pauses.

- 1 chapeau ou casquette et/ou foulard.
- 1 paire de gants fins
- 1 bonnet
- T-shirts manches courtes (et/ou en fonction de la saison, sous pulls à manches longues) en matière respirante.
- 1 veste en fourrure polaire.
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type gore tex avec capuche.
- 1 pantalon de montagne (trekking) déperlant.
- Chaussettes de marche (1 paire pour 2 à 3 jours de marche) Privilégier la laine ou les chaussettes spécifiques randonnées. Évitez le coton (ampoules).
- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables à semelle type Vibram. Pensez à « tester » auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps.
- Des sous-vêtements.
- 1 pantalon confortable pour le soir.
- 1 paire de chaussures de détente très légères pour le soir.

L'Équipement :

- 1 bagage (voir remarque précédemment)
- 1 sac à dos de 35/40 litres à armature souple.
- 1 grand sac plastique à glisser dans votre sac à dos pour en protéger le contenu.
- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité avec protection latérale.
- 1 paire de bâtons (facultatif)
- 1 gourde (1,5 litre minimum).
- 1 thermos si vous emportez thé, café...
- 1 boîte plastique hermétique (volume 0,5 à 0,75 litre environ) pour le pique-nique.
- 1 couteau de poche type Opinel.
- Couverts + gobelet
- 1 petite pochette étanche pour mettre argent, carte d'identité, carte vitale et contrat d'assistance.
- Nécessaire de toilette.
- 1 maillot de bain et une serviette qui sèche rapidement (inutile séjour en hôtel sauf si baignade envisageable).
- Boules Quiès ou tampon Ear (si votre voisin ronfle !)
- Papier toilette + 1 briquet.
- Crème solaire + écran labial.
- 1 frontale ou lampe de poche.

- 1 couverture de survie
- Appareil Photo, jumelles (facultatif).

Votre Pharmacie

- Vos médicaments habituels.
- Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence.
- Antidiarrhéiques
- Pastilles contre le mal de gorge.
- Bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8 cm de large.
- Steri-Strip
- Pince à épiler
- Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes.
- Double peau (type Compeed ou SOS ampoules).
- Stérilium gel (utile pour se laver/désinfecter les mains)

Si vous participez à un séjour où vos bagages sont transportés en véhicule par nos soins sur tout ou partie du séjour, vous n'aurez à porter sur votre dos qu'un sac comportant vos affaires de la journée et le pique-nique de midi.

Durant la semaine, nous vous demandons d'avoir **un bagage par personne** le moins volumineux possible, dont le **poids ne dépasse pas 10 kg**. Nous nous déchargeons de toute responsabilité en cas de détérioration de tout objet fragile.

Avec un peu d'habitude, votre bagage ne devraient pas dépasser 8-10 kg :

- Les journées sont bien remplies, donc côté lecture n'amenez pas une bibliothèque !
- Les vêtements mouillés peuvent quasiment sécher tous les soirs à l'hébergement...
- Votre trousse de pharmacie doit être réduite au strict nécessaire (voir liste).

Votre accompagnateur est équipé d'une trousse de pharmacie avec ce qui est véritablement utile.

- Trousse de toilette réduite ; pensez petites contenances, échantillons et kits de voyages.

MOYENS D'ACCÈS :



TRAIN :

Train de nuit direct pour Perpignan, depuis Paris. Sinon TGV ou trains inter-cités depuis Paris, Lyon ou Bordeaux. Tél SNCF : 36 35. <http://www.voyagessnfc.com/>.

Attention : en cas d'insuffisance de participants, nous pouvons être amenés à annuler un séjour jusqu'à 3 semaines avant le départ.

Si vous vous rendez en train au départ de la randonnée, évitez certains tarifs non modifiables / non remboursables type Prem's tant que le départ n'est pas assuré.



AVION :

L'aéroport le plus proche est celui de Perpignan-Rivesaltes. De l'aéroport, navette toutes les 30 min. pour la place de Catalogne. De là, prendre la correspondance n°2 pour la gare SNCF de Perpignan. <http://www.aeroportperpignan.com/>



VOITURE :

Perpignan est accessible par les autoroutes venant de Marseille, Lyon, Clermont-Ferrand, et Toulouse. Prendre l'A9 jusqu'à la sortie n°41 puis suivre les indications centre ville et gare.

PARKING

Parking près de la gare (couvert/fermé la nuit) : Parking Accès, 9 rue Valette. Tél. : 04 68 34 04 44/06 71 25 38 42.

Si vous réservez préalablement, le tarif semaine (du samedi soir ou du dimanche matin au samedi suivant) sera d'environ 40€ (contre environ 56€ en tarif normal).

Éventuellement possible aux hôtels indiqués pour une arrivée la veille (à convenir avec l'hôtelier et uniquement si vous y dormez).

SI VOUS DESIREZ ARRIVER LA VEILLE OU RESTER APRES LE SEJOUR :

Adresse d'hébergement à proximité du point de rendez-vous :

- Hôtel** Paris-Barcelone (<http://www.hotel-paris-bcn.fr/>),

1 av. du Général de Gaulle, à Perpignan.

Simple mais très pratique, situé juste en face de la gare SNCF (sortie place Salvador Dali). Tél : 04 68 34 42 60. Mail : contact@hotel-paris-bcn.fr

- Appart'City Perpignan (appart-hôtel*** avec service de petit-déjeuner),

12 boulevard Saint-Assisclé à Perpignan.

Confortable et très pratique, situé juste en face de la gare SNCF (sortie gare TGV). Dispose d'un parking couvert où il est possible de laisser la voiture durant votre séjour (selon disponibilités) au tarif 6 à 7€/jour environ.

Tél : 04 57 38 16 53. Mail : perpignan-centre@appartcity.com

Adresse d'hébergement plus éloigné :

- Hôtel**-restaurant Kennedy (<http://www.hotelkennedy.fr/>),

9 av. Pierre Cambres, à Perpignan (sortie 41, direction Perpignan centre puis direction Argeles/Mer).

Possibilité de laisser la voiture gratuitement sur le parking privé de l'hôtel pendant le séjour, ou moyennant 6 € /jour pour le garage fermé en sous-sol.

Tél : 04 68 50 60 02. Mail : contact@hotalkennedy.fr

Si vous souhaitez être pris en charge à cet hôtel, prévenez-nous au plus tard 2 semaines avant le départ afin que le groupe ne vous attende pas inutilement au point de rendez-vous.

Tenez vous prêts à partir de 9h15 devant l'hôtel. Le transporteur passera entre 9h20 et 10h00.

Adresse d'hébergement à l'étape du premier soir :

Si vous désirez vous y rendre directement, prévenez-nous au plus tard 1 semaine avant le départ afin que le groupe ne vous attende pas inutilement au point de rendez-vous.

- Gîte Cal Paï (www.gite-calpai.com), 1 carrer del ventador à Eyne. Tél : 06 08 82 00 99

Attention, il se peut que pour votre séjour nous ayons dû choisir un autre hébergement que celui mentionné ci-dessus ; renseignez-vous auprès de nos bureaux quelques jours avant le départ.

INFOS REGION

La Catalogne, histoire de vous faire une idée :

En Pays Catalan, ces hautes terres ensoleillées et dominées par la masse imposante du Canigou font s'unir le Capcir, la Cerdagne et le Haut Conflent.

De cette région émane une subtile harmonie entre l'homme et son environnement.

Qu'il s'agisse de religion, de défense ou de savoir-faire, le patrimoine présente de nombreux particularismes. Au Moyen- Age, le royaume de France et le royaume d'Aragon se sont disputé le Roussillon et la Cerdagne. Puis les pays catalans furent séparés entre les royaumes d'Aragon et de Majorque. Ce fut enfin la lutte entre la France et l'Espagne, conclue par le traité des Pyrénées en 1659. À travers le temps, ce territoire a vu se construire maintes fortifications pour protéger ses habitants. Il nous reste de ces diverses luttes de nombreux vestiges comme les châteaux moyenâgeux d'Evol, de la Bastide d'Olette, de Puyvalador, de Nyer, de Prats-Balaguer, les restes de fortifications de villages à Jujols, à Llar, mais aussi les fortifications médiévales de Villefranche-de-Conflent. Au XVIIe siècle, l'illustre Vauban marqua de ses ouvrages le pays par un système défensif exemplaire : la citadelle de Mont-Louis.

Les villages de pierres et d'ardoises s'intègrent au paysage comme à Evol, Planès, Rieutort. Les églises romanes abritent des trésors d'art baroque. Citons Formiguères, Réal, Jujols, Llar, Serdinya, Prats-Balaguer, Sauto, La Llagonne et bien-sûr Planès. Planès, la toute petite, la magnifique, la curieuse.

Construite au début du XX ème siècle pour désenclaver les hauts plateaux catalans, la ligne ferroviaire du Train Jaune est la fierté et le symbole d'un territoire dont il porte les couleurs. Sans oublier le four solaire d'Odeillo, construit dès 1949 et qui est le premier four solaire du monde.

Ici, la nature est souveraine et contrastée : ombres et lumières, gorges et plateaux, forêts et landes dans une symphonie de couleurs et d'odeurs ou dans le silence et la blancheur hivernale. Elle dicte sa loi à l'Homme et les produits de leur vie commune sont visibles partout : terrasses sculptées dans la montagne, orris de bergers ou cortals abandonnés, nombreux cami ramader ou chemins de transhumance. Le patrimoine culinaire n'est pas en reste : une bonne « ollada » (prononcez ouillade), vous connaissez ?

Et toutes les joies de l'eau sont à l'honneur, de la pêche dans les lacs et rivières aux sources d'eaux chaudes de St Thomas-Les-Bains.

LES PARCS NATURELS EN FRANCE ET ESPAGNE

Parc National, Parc Naturel Régional, Espace Naturel Sensible, Reserva Natural ...

Vous êtes sur le point de fouler l'un des espaces naturels protégés des Pyrénées.

Mais savez-vous ce que cela signifie ?

De la prise de conscience de la perte alarmante du patrimoine naturel et de la biodiversité sont nées des résolutions au niveau des gouvernements visant à permettre à certains espaces naturels d'être préservés. C'est ainsi que sont apparus, partout dans le monde des Espaces Naturels Protégés.

L'UICN (Union Internationale pour la Conservation de la Nature) définit un espace naturel protégé comme « un espace géographique clairement défini, reconnu, consacré et géré, par tout moyen efficace, juridique ou autre, afin d'assurer à long terme la conservation de la nature ainsi que les services écosystémiques et les valeurs culturelles qui lui sont associées. »

En France comme en Espagne, on dénombre plusieurs déclinaisons d'espaces naturels protégés, mais leur raison d'être fondamentale correspond toujours à la préservation des caractéristiques écologiques du site.

Au sein de la chaîne pyrénéenne, on dénombre pas moins de 18 parcs d'importances régionales et nationales, qui s'ajoutent aux autres types d'espaces protégés, de taille plus réduite (Réserve de Biosphère, Arrêté de Biotope, ...). Leur statut, lié aux enjeux écologiques dont ils sont le théâtre, fait de ces espaces des lieux de prédilection pour des séjours de découverte du milieu naturel.

Il apparaît donc qu'un comportement adapté au milieu sensible se doit d'être observé afin de préserver le site. Ainsi, aux recommandations de respect valables en tout type de milieu s'ajoute une attention accrue concernant celui des formes de vie rencontrées et des cours d'eau :

- Un comportement calme est à observer afin de limiter le dérangement envers la faune présente. Une attitude menaçante envers tout animal est bien entendu à proscrire, et il en est de même concernant la cueillette de toute espèce végétale.

Nombre d'entre elles sont par ailleurs protégées internationalement du fait de leur rareté ou de leur statut d'espèce menacée. Respectons-les !

- Les cours d'eau sont également d'une grande fragilité : de leur qualité dépend la vie qui les entoure. Pensez à utiliser des produits (anti-moustique, cosmétiques, savons, ...) respectueux de l'environnement : après usage, leur vie se termine toujours dans les cours d'eau.

En résumé, dans un espace protégé, comme partout ailleurs : « seule l'empreinte de nos pas doit rester derrière nous ».

Pour en savoir plus sur les Espaces Naturels Protégés de France, leurs déclinaisons, et le règlement propre à chacun d'eux, consultez le site de l'INPN, l'Inventaire National du Patrimoine Naturel : <https://inpn.mnhn.fr>

Plus d'informations sur les Espaces Naturels Protégés d'Espagne : <http://www.spain.info/>



En cas de problème de dernière minute, appelez :

en priorité au 04 90 09 06 06.

Si vous n'avez pas réussi à nous joindre à ce numéro, vous pouvez ensuite nous contacter au 07 77 08 14 68