



# Raquettes et balnéo à Andorre, en hôtel 4\*

## FRANCE - PYRÉNÉES



Situé à l'est des Pyrénées, les reliefs d'Andorre offrent un décor grandiose pour la randonnée en raquettes à neige. Nature sauvage et traditions séculaires se côtoient dans les hautes montagnes de ce magnifique petit pays, où l'on parle aussi bien français qu'espagnol, malgré une tradition catalane omniprésente. Ceux qui le souhaitent pourront se ressourcer en fin d'après-midi dans l'un des plus grands centre thermo-ludique d'Europe. Ce séjour allie donc les plaisirs de la raquette et de la balnéo. Confortablement installés dans notre camp de base situé au cœur d'une belle vallée, nous pourrons à partir de là, en découvrir bien d'autres, le sac à dos toujours léger.



6 jours / 5 nuits  
5 jours de raquettes



4 à 8 personnes



En étoile



★★★



Hôtel



Code : 1424

### LES POINTS FORTS :

- Un des plus grands centres thermo ludiques d'Europe
- Un itinéraire progressif à travers les nombreuses réserves naturelles
- L'hébergement dans un superbe hôtel 4\* très confortable avec une restauration et des services de qualité



## PROGRAMME JOUR PAR JOUR

### JOUR 1 : LE CIRQUE DES PESSONS

Accueil en gare d'Ax les Thermes pour 10h00 puis transfert en Andorre. Soyez en tenue de randonnée pour cette première journée. Beau parcours en raquettes dans le cirque granitique des Pessons, avec ses innombrables lacs glacés. Nous déambulerons dans ce paysage saupoudré de blanc avec quelques pinèdes éparses. Option remise en forme à l'hôtel de 17h30 à 19h30.

▲ 4h de raquettes, -/+450m de dénivelé

### JOUR 2 : LA RÉSERVE NATURELLE DE SORTENY

Aujourd'hui encore une superbe randonnée sur un autre massif magnifique, le Parc Naturel de Sorteny. Venez parcourir ces vallons sauvages et enneigés, traverser des torrents gelés, découvrir les mille et un secrets de cette nature sous l'œil averti et connaisseur de votre accompagnateur.

▲ 5h de raquettes, -/+480m de dénivelé

### JOUR 3 : LE VAL D'INCLES

Nous serons aujourd'hui dans une belle et large vallée, celle du Vall d'Inclès. Une escapade tout d'abord parmi les petits hameaux de ce vallon puis changement de décor en montant vers le refuge de Siscaro, ses hauts plateaux et ses sommets déchirés.

Option "Remise en forme" à Caldéa de 17h30 à 19h30

▲ 5h de raquettes, -/+520m de dénivelé

### JOUR 4 : LA VALLÉE DE RIALB

Découverte d'une jolie vallée, celle de Rialb avec son immense forêt de pins et de sapins et ses nombreux ruisseaux. Nous nous baladerons dans ces paysages sauvages vers la cabane de Rialb en longeant le torrent parfois gelé.

▲ 5h de raquettes, -/+480m de dénivelé

### JOUR 5 : LE COL D'ORDINO

Belle randonnée au départ du petit col d'Ordino afin de faire cette dernière journée vers le sommet arrondi de Bony de les Neres. Nous ferons une belle boucle en passant peut-être par la crête afin d'avoir un point de vue superbe sur toute la vallée.

Option remise en forme à l'hôtel de 17h30 à 19h30.

▲ 4h30 de raquettes, -/+350m de dénivelé

### JOUR 6 : AX LES THERMES

Transfert à la gare SNCF d'Ax les Thermes après notre petit déjeuner, arrivée vers 11h00.



### **IMPORTANT ITINÉRAIRE :**

- Les durées de nos randonnées sont données à titre indicatif. Elles peuvent varier en fonction de plusieurs éléments lors du déroulé de notre séjour (niveau des participants, météo, état du terrain, etc...). Les durées de transfert peuvent aussi fluctuer en fonction des conditions climatiques et de l'état des routes.
- Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction et peut être sujet à des modifications dans un souci de qualité. De plus, des situations indépendantes de notre volonté peuvent modifier le déroulement de votre séjour (météo, routes coupées, vols annulés ou retardés, grèves, fêtes locales...). Nos guides feront de leur mieux pour s'adapter à ces aléas, avec leur expérience et leur professionnalisme. Votre satisfaction et votre sécurité sont les éléments qui prédominent dans ces décisions de modification.
- En cas de nombre insuffisant de participants, nous pouvons être amenés à annuler un séjour jusqu'à 3 semaines avant le départ. Nous anticipons au maximum cette prise de décision, parfois à 5-6 semaines de votre départ, afin de vous permettre de vous organiser au mieux. Si vous vous rendez au point de RV du séjour en transport en commun, nous vous recommandons d'éviter les tarifs non modifiables - non remboursables tant que le départ n'est pas confirmé, ou de prévoir une assurance annulation auprès des compagnies de transport.

### **NUITS SUPPLÉMENTAIRES :**

- Si vous souhaitez arriver la veille de votre séjour où tout simplement prolonger de quelques jours vos vacances, voici les hôtels que nous pouvons vous conseiller à Ax les Thermes :  
Hôtel 2\* Le P'tit Montagnard. Tel : 05.61.64.22.01  
Hôtel Le Terminus Tel : 05.61.64.20.55
- Tarifs nuit supplémentaire à l'hôtel à Andorre (en demi-pension) :  
En chambre de 2 : 65 ou 75€ par personne selon la période  
En chambre individuelle : 95 ou 110€ par personne selon la période

### **PERSONNALISER SON VOYAGE :**

D'autres séjours existent dans cette même région : [Rando Balnéo en Andorre](#) et [Les vallées secrètes d'Andorre en liberté](#)



## **FICHE PRATIQUE**

### **NIVEAU PHYSIQUE :**

➤ **Marcheur Régulier**

Pour marcheur motivé, en forme, pratiquant une activité physique variée et régulière.  
Entre 4 et 5h de raquettes par jour, entre -/+350m et -/+520m de dénivelé.

### **NIVEAU TECHNIQUE :**

Aucune difficulté particulière hormis les conditions de neige qui évoluent en permanence : dure ou molle, profonde ou stable, qui rendent la progression différente d'une semaine à l'autre.

### **ENCADREMENT :**

Par un accompagnateur en montagne diplômé connaissant bien le pays, le massif et les parcours.

### **HÉBERGEMENT :**

Lors de notre séjour, nous sommes logés dans un hôtel 4\* très confortable.

Cet hôtel nous propose un espace SPA (accès en option) avec bassin d'eau chaude, hammam, sauna, et des massages à réserver et à payer directement sur place.

### **RESTAURATION :**

La pension complète est comprise pendant toute la durée du séjour. Les petit déjeuners et dîners sont pris au restaurant à l'hôtel.

- Le petit déjeuner est proposé sous forme d'un buffet continental.
- Les pique-niques sont préparés par votre accompagnateur sous forme de salades composées à base de produits locaux. Équilibrées et variées, elles sont complétées par du fromage, un fruit et une gourmandise chocolatée.
- Le repas du soir est composé d'un choix d'entrées, de plats et de desserts.

### **TRANSPORT DES BAGAGES :**

Nous portons uniquement nos affaires de la journée.

### **TRANSFERTS :**

Les transferts s'effectueront en minibus : France/Andorre.

Court transfert tous les jours afin de se rendre sur les sites de randonnées.

### **GROUPE :**

De 4 à 8 participants.

### **RENDEZ-VOUS :**

Le dimanche en gare d'Ax les Thermes à 10h.



### **DISPERSION :**

Le vendredi suivant en gare d'Ax les Thermes aux alentours de 11h.

### **INFORMATIONS DIVERSES :**

Aujourd'hui, le pourboire est généralement facultatif et est laissé à votre libre appréciation, selon votre satisfaction à la fin de votre voyage. C'est un geste symbolique qui récompense une prestation de qualité par rapport à la prestation reçue.

### **MOYENS D'ACCÈS :**



#### **EN VOITURE**

- Depuis Toulouse : suivre la direction Foix, par la RN20 puis Tarascon sur Ariège et Ax les Thermes



#### **EN TRAIN**

En gare d'Ax les Thermes.

Se renseigner avec les horaires auprès de la SNCF en téléphonant au 3635 ou sur [www.sncf-connect.com](http://www.sncf-connect.com).

## DATES ET PRIX

### INFORMATIONS DATES ET PRIX :

#### **Privilèges Chemins du Sud**

Pour plus de détails concernant vos remises, et pour les villes et dates des Salons, vous pouvez consulter notre page : [www.cheminsdusud.com/remises-privileges](http://www.cheminsdusud.com/remises-privileges)

#### **Remise fidélité -5%**

Afin de vous remercier de votre fidélité, nous vous accordons une remise de 5%, appliquée dès votre 3ème séjour (les inscriptions faites via une autre agence comptent aussi!).

Cette remise vous sera attribuée systématiquement pour tous les séjours suivants, et sans durée de validité imposée. Elle est appliquée rétroactivement si elle a été oubliée sur un séjour réservé !

#### **Remise FFRandonnée – remise -5%**

Afin d'encourager le développement de la randonnée sur notre territoire et la protection de l'environnement, Chemins du Sud offre une remise de 5% sur tous nos séjours, à tous les adhérents licenciés de la Fédération Française de la Randonnée.

#### **Remise Salons – remise -5%**

Chemins du Sud a un stand sur plusieurs salons du Tourisme en France et en Belgique. Réduction de 5% accordée sur tous nos séjours, pour toute personne nous rendant visite à notre stand. Utilisation de cette remise une fois par Salon, sans obligation d'achat sur place : pas de durée limitée pour l'utiliser.

#### **Remise Groupes constitués – remise -8% à -18%**

La réduction varie selon le nombre de participants. Que ce soit en formule Liberté ou avec un de nos accompagnateurs, partez entre amis ou avec votre club de randonnée, en groupe privatisé, à la date de votre choix.

### NOTRE PRIX COMPREND :

- L'encadrement par un accompagnateur en montagne
- Le prêt de matériel : raquettes TSL, bâtons, kit sécurité
- L'hébergement en pension complète du midi du jour 1 au jour 6 le matin
- Les transferts aller/retour de la gare d'Ax les Thermes avec notre minibus de 8 personnes
- La taxe de séjour

### NOTRE PRIX NE COMPREND PAS :

- L'entrée au spa
- L'assurance annulation et/ou assistance
- Votre transport aller/retour jusqu'au lieu de rendez-vous et de dispersion
- Les boissons et dépenses personnelles
- Les frais d'inscription éventuels
- Le supplément chambre individuelle
- D'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans "Le prix comprend"

### 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 d'inscription.
- Pour toute inscription à partir de 90 jours du départ : 15€/personne.

### EN OPTION :

➤ Supplément chambre individuelle : 200 ou 240€ (sous réserve de disponibilité au moment de votre inscription)

➤ Supplément remise en forme : 170€

L'option remise en forme comprend :

- 2 entrées de 1h30 (Jour 1 et Jour 5) au SPA de l'hôtel + 2 massages (30 minutes chacun)

- et 1 entrée de 2h00 (Jour 3) au Centre thermo ludique de Caldéa

### DÉTAILS DE LA REMISE EN FORME A L'HÔTEL :

Le SPA de notre hôtel se compose d'un bassin avec sièges à eau, cols de cygne et lits à bulles qui permettent des massages sur différentes parties du corps, idéal pour se détendre.

Vous trouverez également :

- Un bain turc (hammam) qui purifie les pores de la peau et améliore la capacité respiratoire

- Des averses de sensations, à différentes pressions et températures

- Un sauna finlandais

- La cabine murale dans laquelle une atmosphère de sel, d'origine minérale est utilisée et qui contribue à améliorer la santé respiratoire, favorise le grain de peau et stimule l'esprit

- Un bac d'eau froide pour s'immerger jusqu'à la taille et provoquer un contraste thermique stimulant tout le système circulatoire.

Massages : 1 massage du dos (30 minutes) et 1 massage des jambes (30 minutes).

### DÉTAILS DE LA REMISE EN FORME À CALDÉA :

Ce centre est composé :

- d'un espace Fitness avec saunas, hammams, brumisation, espace d'aqua massage, d'un passage Sirocco (air chaud relaxant)

- d'un espace « Bains » : avec de grandes lagunes extérieures avec jacuzzi, des lits à bulles, une rivière à courant, une grande lagune intérieure, avec une eau thermale à 32°C, toujours des jacuzzis, des sites pour la brumisation faciale, des vasques d'hydro massage et des bains indo romains (des vasques avec de l'eau chaude à 36° et froide à 14°).

**Note : L'option remise en forme est prévue les jours 1, 3 et 5, de 17h30 à 19h30. Cependant, selon la demande et la disponibilité au SPA de l'hôtel, les jours et horaires sont susceptibles d'être modifiés. Les séances seront dans tous les cas en fin de journée, entre la fin de la randonnée et le début du dîner.**

## ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ

### BAGAGES :

✓ 1 sac de voyage par personne (ou valise à roulettes). Un bagage trop volumineux est à proscrire car poserait des soucis d'encombrement du bus ou d'organisation logistique.

✓ 1 sac à dos de 35-40 litres environ à armatures souples avec ceinture ventrale et un dos bien aéré pour votre confort (pour porter vos affaires personnelles de la journée : appareil photo, pique-nique du déjeuner, gourde, vivres de course, veste coupe-vent, pull, vêtement de pluie...). Ce bagage est placé généralement en cabine lors de vos transports aériens éventuels (10kg maximum par personne, habituellement).



## VÊTEMENTS :

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

- ✓ une couche légère et respirante
- ✓ une couche chaude
- ✓ une couche imperméable et respirante.

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

Prévoir des vêtements qui sèchent rapidement et donc éviter le coton. Préférez les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible.

Pensez à vous couvrir avant d'avoir froid, mais surtout à vous découvrir avant d'avoir trop chaud. La sueur est l'ennemi du randonneur, car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés lors des pauses. Ainsi, il est très rare d'effectuer une ascension vêtue d'une veste polaire.

La liste complète et idéale : (à adapter néanmoins suivant la randonnée et la saison, et en fonction de vos habitudes)

- ✓ 1 chapeau de soleil ou casquette, ou foulard
- ✓ 1 bonnet ou bandeau en polaire et/ou un tour de cou
- ✓ 1 paire de gants légers
- ✓ Tee-shirts manches courtes en matière respirante de préférence (1 pour 2 jours de marche).
- ✓ 1 sous-pull à manches longues en matière respirante ou une chemise (parfois, les sommets sont ventés et une petite épaisseur est la bienvenue pendant la pause déjeuner),
- ✓ 1 veste chaude type polaire (voire déperlante) ou type chaude et compressible
- ✓ 1 veste coupe-vent imperméable et respirante avec capuche
- ✓ 1 cape de pluie éventuelle et/ou sursac
- ✓ 1 pantalon de randonnée solide, ample, confortable, déperlant
- ✓ 1 surpantalon imperméable et respirant
- ✓ 1 short ou pantacourt, confortable et solide
- ✓ Chaussettes de marche (1 paire pour 2 jours de marche). Privilégier la laine ou les chaussettes spécifiques randonnée type bouclette" qui vous éviteront l'échauffement prématuré des pieds
- ✓ 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, avec semelle qui accroche bien au relief et résistante à l'abrasion. Pensez à tester auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps.
- ✓ ou si vous êtes habitués, une paire de chaussures basses type trail, notamment pour les séjours été.
- ✓ 1 paire de guêtres (facultatif)
- ✓ 1 maillot de bain et 1 serviette qui sèche rapidement (facultatif en vue d'éventuelles baignades)
- ✓ 1 pantalon confortable pour le soir
- ✓ 1 paire de chaussures de détente légères pour le soir, type baskets, permettant aussi d'être utilisées pour les visites ou balades en ville.



## **MATÉRIEL :**

### **POUR LE PIQUE-NIQUE**

- ✓ Couverts
- ✓ 1 boîte de conservation en plastique de 0,5 litre minimum (impératif même s'il peut arriver qu'elle ne serve pas)
- ✓ 1 gobelet plastique ou aluminium avec anse isolée pour éviter les brûlures avec les boissons chaudes
- ✓ 1 couteau de poche pliant (facultatif)
- ✓ 1 gourde isotherme ou aluminium de 1,5 litres minimum ou gourde souple (déconseillée en hiver) ou une gourde filtrante éventuellement. Surtout utile en hiver, si vous souhaitez, prendre une bouteille isotherme pour emporter thé, café... pendant la randonnée)

### **AUTRES**

- ✓ 1 grand sac plastique à glisser dans votre sac à dos afin de protéger vos affaires des intempéries et/ou 1 sur-sac
- ✓ 1 pochette étanche avec : votre contrat d'assistance, vos papiers d'identité, carte vitale et tout autre document mentionné dans la rubrique formalités
- ✓ 1 parapluie solide et léger (facultatif mais très utile en cas de pluie, ou même de canicule)
- ✓ 1 paire de bâtons de marche télescopiques (facultatif, selon vos habitudes ou le niveau technique des randonnées, se référer au paragraphe « Niveau Technique » de la fiche technique du séjour)
- ✓ 1 paire de lunettes de soleil de bonne qualité (protection niveau 3 ou 4) couvrant bien les côtés
- ✓ Crème solaire avec un bon indice de protection (30 minimum) et écran labial (le tout systématiquement dans le sac à dos)
- ✓ Trousse de toilette (brosse à dents, déodorant, etc...)
- ✓ Protections auditives en cire ou en mousse (contre les ronflements de voisinage ou autres nuisances sonores)
- ✓ Mouchoirs
- ✓ Papier toilette
- ✓ 1 frontale ou lampe de poche + couverture de survie : à mettre systématiquement dans le sac à dos, un retard imprévu suite à un incident peut subvenir même au cours d'une randonnée facile
- ✓ Des lunettes de rechange (si vous portez des lunettes de vue)
- ✓ Appareil photo, jumelles (facultatif)

## **PHARMACIE :**

Prévenez le guide de toute maladie, traitement ou autre allergie qui pourraient compliquer une prise en charge médicale en cas d'incident, ou tout malaise éventuel qui pourrait vous arriver en cours de randonnée.

- ✓ Vos médicaments habituels
- ✓ Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- ✓ Médicaments contre les troubles digestifs (facultatif)
- ✓ Antistaminiques contre les piqûres d'insectes par exemple (facultatif)
- ✓ Pastilles contre le mal de gorge (facultatif)
- ✓ Bande adhésive élastique en 5 ou 8 cm de large x 2,5 m (facultatif)
- ✓ Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- ✓ Collyre (en cas de poussières ou irritation/sécheresse oculaire)
- ✓ Double peau pour protéger les ampoules aux pieds (facultatif)
- ✓ Pince à épiler (facultatif)
- ✓ Petits ciseaux (facultatif)
- ✓ Vitamine C (facultatif)
- ✓ Pince à écharde (facultatif)
- ✓ Gel hydroalcoolique antibactérien utile pour se laver/désinfecter les mains.



## **FORMALITÉS**

### **FORMALITÉS :**

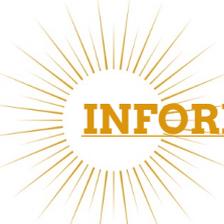
➤ Durant le séjour, vous devez être en possession de votre carte d'identité en cours de validité ou passeport, de votre carte vitale, du numéro de contrat et numéro de téléphone de votre assurance personnelle (en cas de non souscription à notre assurance), et pour les séjours en Europe, de votre carte européenne d'assurance maladie. Très pratique en cas de souci pour l'avance de frais pour les soins dans les pays européens, cette carte est à demander au moins 15 jours à l'avance à votre centre de sécurité sociale.

### **ASSURANCES :**

A l'inscription, vous pouvez souscrire une assurance assistance rapatriement et/ou annulation qui s'ajoute au prix du séjour.

- Assurance annulation : 3% du montant du dossier (elle comprend le remboursement des sommes retenues en cas d'annulation avant votre départ).
- Assurance assistance rapatriement : 2% du montant du dossier.
- Assurance annulation - rapatriement : 4% du montant du dossier.

Textes complets des assurances envoyés systématiquement avec nos emails de paiement d'acompte, et consultables lors de votre réservation en ligne (Document d'Information sur le Produit d'Assurance).



## **INFORMATIONS DESTINATION**

### **CLIMAT :**

L'Andorre bénéficie d'un climat méditerranéen influencé par la haute montagne ; Des hivers aux froids secs et très enneigés et des étés tempérés avec peu de jours de pluie si ce n'est des précipitations associées à de violents orages.



## GÉOGRAPHIE :

Capitale : Andorre la Vieille  
 Superficie : 468km<sup>2</sup>  
 Population : 76 500 hab.  
 Langue officielle : Catalan  
 Monnaie : Euro  
 Forme de l'état : Co-monarchie parlementaire / régime parlementaire  
 Coprince épiscopal : L'évêque de la Seu d'Urgell (Espagne)  
 Coprince français : Le Président de la République Française  
 Création : 780  
 Premier paréage : 8 septembre 1278  
 Constitution du pays : 14 mars 1993

Enclavée entre la France et l'Espagne, la petite principauté d'Andorre offre un paysage de vallées étroites et de hautes montagnes au climat rude. Sa localisation à l'Est des Pyrénées en fait un des pays les plus élevés d'Europe avec une hauteur moyenne à 1800m.

Une route traverse le pays à peu près en diagonale, du nord-est au sud-ouest et c'est aussi près de cet axe principal que la plupart de la population a choisi de s'installer. Beaucoup des habitations qui longent cet axe forment des hameaux ou des villages, les églises sont de pur style Roman et les maisons sont construites dans le style architectural local ; d'autres, situées plus loin de la route principale sont encore plus authentiques et donne un paysage singulier.

Andorre est un des plus vieux pays d'Europe, il doit sa naissance à Charlemagne qui à l'origine voulait l'utiliser en tant qu'état-tampon pour faire barrage aux musulmans de la péninsule Ibérique. En raison des Paréages de 1278 et 1288, le contrôle du pays fut partagé entre l'archevêque espagnol d'Urgell et un haut responsable désigné par le roi de France (à l'origine le Comte de Foix).

Par conséquent, le pays était une co-principauté dirigée par un représentant de l'état et un représentant de l'église partageant en même temps le pouvoir. L'habilité des deux parties à faire des concessions a permis à ce concept unique de rester inchangé jusqu'à la fin du 20ème siècle. Bien que les habitants n'aient pas été consultés, ils étaient prêts à accepter un accord qui leur garantissait sécurité et intégrité nationale. Depuis, Andorre a conservé son indépendance, la Constitution actuelle, qui a vu le jour en 1993, lui confère le statut de principauté.

Aujourd'hui, le tourisme est le pivot de l'économie bien devant l'élevage et la culture du tabac, il compte pour 80% du PNB de la principauté.

Les touristes visitant Andorre chaque année sont estimés à 10 millions, ils sont attirés par les sports d'hiver, le climat agréable estival ainsi que ses produits détaxés. Le secteur des banques bénéficie aussi du statut de paradis fiscal.



## NOUS CONTACTER



Notre agence est ouverte du Lundi au Vendredi de 9h à 18h30, et le Samedi de 9h à 17h  
En cas de problème de dernière minute, appelez :  
au **04 90 09 06 06** ou sur notre téléphone d'urgence au **07 77 08 14 68 (7j/7 24h/24)**



[infos@cheminsdusud.com](mailto:infos@cheminsdusud.com)



57 rue François Gernelle BP 155  
84 120 PERTUIS

Notre agence est ouverte du Lundi au Vendredi de 9h à 18h30, et le Samedi de 9h à 17h



[http://](http://www.cheminsdusud.com)

[www.cheminsdusud.com](http://www.cheminsdusud.com)

Dernière mise à jour : 19/09/2024