



NOUVEL AN sur la Costa Brava

ESPAGNE



Un mini séjour pour admirer et découvrir tout en douceur la Costa Brava, avec le passage de la nouvelle année, en bord de mer, dans des sites sublimes pour randonner.

Ici la nature a su, avec délicatesse, marier le vert intense des pinèdes, la douceur du sable doré avec le bleu azur de la mer. Le caractère sauvage de ces chemins côtiers et de ces criques, garantit aux randonneurs, des paysages insoupçonnés ! De magnifiques chemins de ronde, nous accompagnent, où parfois, quelques pins accrochés aux parois, se penchent doucement, pour garantir des coins ombragés !

Une autre façon de fêter le passage de la nouvelle année !



4 jours / 3 nuits
3 jours de marche



4 à 8 personnes



En étoile



★★



Hôtel



Code : 1466

LES POINTS FORTS :

- Un hôtel en bord de mer, avec les spécialités de la région
- Un espace protégé avec une flore et une faune exceptionnelle
- Un circuit découverte avec de beaux sentiers côtiers
- La soirée dansante pour le réveillon



PROGRAMME JOUR PAR JOUR

JOUR 1 : LE CASTELL DE SANTA CATERINA

Accueil à la gare de Perpignan à 9h. Transfert à l'hôtel à l'Estartit. Nous commençons par découvrir, les paysages du Parc Naturel de Montgri : la montanya de Santa Caterina. Ce magnifique belvédère sur toute la Costa Brava, au milieu des dunes et d'une immense pinède, nous offre un superbe panorama à 360°, de toute cette région, de Girona jusqu'aux Pyrénées.

Diner et nuit à l'hôtel à l'Estartit.

▲ 5h de randonnée, +450m/-450m de dénivelé

JOUR 2 : LES CALANQUES DE MONTGRI

Au départ de l'Estartit, direction les calas vierges et secrètes aux reflets turquoise. Les sentiers côtiers du massif de Montgri nous amènent à la découverte, des Iles Medes (classées en réserve naturelle). Les embruns se mêlent aux douces odeurs des pins, qui nous transportent au cœur même de la Costa Brava sauvage.

Diner et nuit à l'hôtel à l'Estartit.

▲ 5h de randonnée, +400m/-400m de dénivelé

JOUR 3 : CALA SA TUNA - BEGUR

Balade en boucle au départ du village médiéval de Bégur, pur descendre en bord de mer. Nous traversons de belles calanques, en longeant des sentiers en balcon sous les pinèdes, avant de remonter vers Bégur en fin d'après-midi.

Pour le soir du Réveillon une soirée dansante est organisée dans le restaurant de l'hôtel avec un repas confectionné spécialement pour l'évènement !

▲ 5h de randonnée, +400m/-400m de dénivelé

JOUR 4 : ESTARTIT - PERPIGNAN

Transfert vers la gare SNCF de Perpignan vers 11h.



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 :

Possibilité de demander des nuits supplémentaires à l'hôtel (tarifs sur demande, nous consulter). Nous vous recommandons donc de nous communiquer au plus tôt vos demandes de nuits supplémentaires.

PERSONNALISER SON VOYAGE :

D'autres séjours existent dans cette même région : [La Costa Brava : de Cadaquès à Calella en Liberté](#)



FICHE PRATIQUE

NIVEAU PHYSIQUE :

➤ Marcheur Régulier

Pour marcheur motivé, en forme, pratiquant une activité physique variée et régulière.

NIVEAU TECHNIQUE :

Etapas sur sentier côtier, le plus souvent, bien tracé et entretenu, avec quelques passages sur éboulis, en dévers, mais en règle générale aucune technique ni difficulté sur le circuit.

ENCADREMENT :

Par un accompagnateur en montagne connaissant bien le massif et son parcours.

HÉBERGEMENT :

En hôtel 3* confortable.

Pension complète pendant toute la durée du mini séjour, petit-déjeuner et dîner pris au restaurant. Les repas du midi seront préparés par nos hôtes et pris le matin avant le départ.

RESTAURATION :

Pension complète pendant toute la durée du séjour, petit-déjeuner et dîner pris au restaurant. Les repas du midi seront préparés par nos hôtes et récupéré le matin avant le départ.

TRANSPORT DES BAGAGES :

Vous portez uniquement vos affaires de la journée.

TRANSFERTS :

En minibus privé, pour tous les transferts du premier et dernier jour de Perpignan à l'Estartit.

GROUPE :

4 à 8 personnes maximum.



RENDEZ-VOUS :

Le jour 1 vers 9h à la gare SNCF de Perpignan.

DISPERSION :

Le jour 4 suivant vers 11h à la gare SNCF de Perpignan.

MOYENS D'ACCÈS :



EN TRAIN

Arrivée en Gare de Perpignan où un transfert aller / retour est organisé pour rejoindre l'hôtel à l'Estartit.

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

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,
- L'hébergement en pension complète du midi du jour 1 au midi du jour 4, avec le repas et la soirée dansante du réveillon,
- Les boissons (eau +vin) sont incluses pendant les 2 repas (29 + 30) et le 31 décembre (eau + vin + cava + café + liqueurs) sont inclus également,
- Le transfert de Perpignan à Estartit (aller/retour).

NOTRE PRIX NE COMPREND PAS :

- Les boissons avant et après les repas du soir,
- Les assurances,
- Le supplément chambre individuelle,
- Les frais d'inscription éventuels,
- 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 (sous réserve de disponibilité) : 135€

ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ

BAGAGES :

- ✓ Un sac ou une valise pour vos affaires des 4 jours
- ✓ Un sac devrait peser environ 6-9 kg maximum.

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 :

- ✓ 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 pantalon de randonnée solide, ample, confortable, déperlant
- ✓ 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 chaussures de détente légères pour le soir, type baskets, permettant aussi d'être utilisées pour les visites ou balades en ville.



MATÉRIEL :

- ✓ Un sac à dos de 30/40 litres avec une ceinture ventrale
- ✓ 1 paire de bâtons de marche
- ✓ Une housse de protection du sac à dos (souvent intégrée dans celui-ci)
- ✓ Une paire de chaussures imperméables avec un bon maintien de la cheville
- ✓ Une pochette étanche pour vos papiers, téléphone etc...
- ✓ Une poche plastifiée pour protéger vos affaires à l'intérieur du sac à dos
- ✓ Protection solaire (crème et stick à lèvres)
- ✓ Lunettes de soleil catégorie 2, 3 ou 4
- ✓ Une boîte avec un couvercle hermétique (type Tupperware) pour le pique-nique
- ✓ Une gourde
- ✓ Couverts, couteau et gobelet
- ✓ Petit tapis de sol (pour vous asseoir pendant la pause déjeuner)
- ✓ Papier toilette avec une petite poche (pour ne pas le laisser dans la nature)
- ✓ Un briquet
- ✓ Couverture de survie
- ✓ Une paire de lacets de rechange.

PHARMACIE :

Le guide est équipé d'une pharmacie de premiers secours (non destinée à subvenir à vos besoins pour de petits aléas). Néanmoins, il n'est pas autorisé à administrer tout médicament à un participant sans prescription médicale ou accord médical des secours.

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).

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).



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



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



www.cheminsdusud.com

Dernière mise à jour : 27/09/2024