

ESPAGNE

Des sierras aragonaises à la mer

7 jours / 6 nuits / 6 jours de randonnée



Au sud de l'Aragon, les horizons lumineux caressent la verticalité : l'embouchure du Delta de l'Ebre, paradis naturel, reflète des montagnes hérissées d'aiguilles aux formes étranges, creusées de canyons spectaculaires évoquant la Sierra de Guara, où les bouquetins sont à leur aise !

De vraies montagnes si près de la mer, c'est rarissime ! Entre l'Aragon et la Catalogne, le massif des Ports de Beseit est une merveille à explorer... L'eau a creusé des canyons aux vasques d'eau turquoise, entourés de falaises et pitons calcaires aux formes capricieuses où il n'est pas rare d'apercevoir des bouquetins. Ce prodigieux massif escarpé domine les paisibles rizières de l'Ebre qui vient se jeter à la mer : ici les lagunes accueillent les flamands et autres oiseaux qui trouvent leur paradis le long des plages solitaires. Le Parc Naturel du Delta de l'Ebre fait partie des grands espaces naturels espagnols.

PROGRAMME INDICATIF :

JOUR 1 : Transfert à Beceite, l'accompagnateur fera une pause et vous fera découvrir une région (randonnée) selon son inspiration. Arrivée en fin d'après-midi, début de soirée.

▲ **4h30 de transfert**

JOUR 2 : Randonnée en boucle sous les singulières Rocas de Benet, falaises arrondies s'élevant fièrement au-dessus des rios et des forêts. Ascension possible de Rocas de Benet en fonction du niveau du groupe. Retour à Beceite.

▲ **3h30 à 5h de marche, +600m/-600m de dénivelée**

JOUR 3 : L'unique et merveilleux rio Matarraña, le plus emblématique de la région où les vasques se succèdent à l'ombre des pins. Belle boucle et passage en aller-retour fort magnifique du Parrisal : le Rio ne fait ici plus que 5m de large, et il est enserré de falaises d'une centaine de mètres de haut...

▲ **4h de marche, +500m/-500m de dénivelée**

JOUR 4 : Du Coll de la Creu, boucle autour de la Moleta del Mollò à travers forêt puis garrigue. Passage par le Toll del Vidre, belle marmite aux eaux claires.

▲ **4h30 à 5h de marche, +600m/-600m de dénivelée**

JOUR 5 : Transfert vers le Delta de l'Ebre, mais avant d'y parvenir, randonnée en boucle par les crêtes et le Pic Caro, point culminant du massif, pour contempler le Delta de 1450 mètres de haut. Un panorama absolument unique. Transfert et nuit au Delta.

▲ **4h de marche, +500m/-500m de dénivelée**

JOUR 6 : La Sierra de Montsia est une montagne surprenante ; son point culminant, la Foratata, avec son sommet troué en arcade, domine le Parc Naturel du Delta de l'Ebre. L'après-midi, découverte du Delta : lacs, rizières, plages solitaires... baignade. Le marais sauvage de La Tancada et ses flamands roses.

▲ **4h à 4h30 de marche, +450m/-450m de dénivelée**



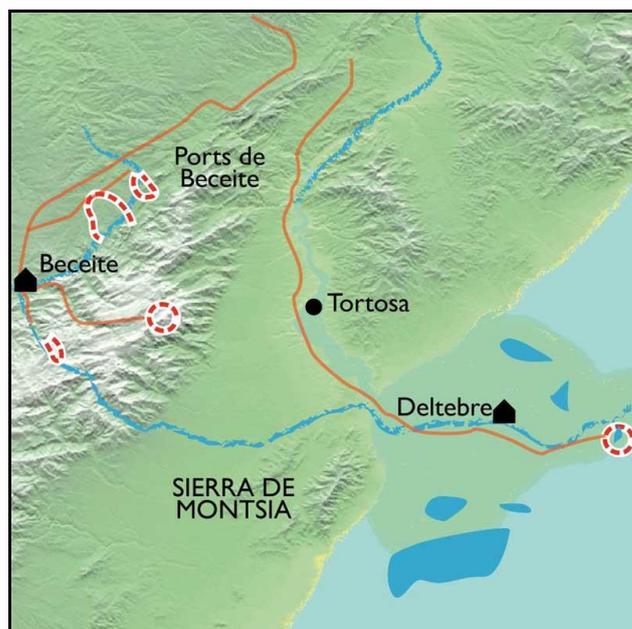
JOUR 7 : Retour en France et dispersion à Perpignan.

▲ **4h de transfert**

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.

ITINÉRAIRE :



FICHE PRATIQUE :

NIVEAU : de 4 et 6 heures de marche avec 400 à 700 mètres de dénivelée, sur des sentiers de garrigue, quelques fois escarpés, mais sans difficulté.

En été, il peut faire chaud sur certaines portions, mais la fraîcheur du Rio n'est jamais très loin. Il faudra parfois traverser les rios (jusqu'à mi mollet au plus profond).

PORTAGE : uniquement les affaires de la journée, vos bagages seront transportés en véhicule par nos soins

ENCADREMENT : accompagnateur en montagne diplômé spécialiste de la région

GROUPE : de 6 à 15 personnes

HÉBERGEMENT : 4 nuits en hôtel familial, confortable et sympathique, dans l'extraordinaire village de Beceite (cuisine maison avec produits du potager), 2 nuits en hôtel*** au Delta de l'Ebre.

RENDEZ VOUS : le dimanche à 9 heures devant la gare de Perpignan, sortie gare historique, plaça Salvador Dali. Soyez habillés en tenue de randonnée, avec les chaussures de randonnée à portée de main et la gourde pleine

DISPERSION : Le samedi à 17 heures à la gare de Perpignan

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 transport des bagages par véhicule

LE PRIX NE COMPREND PAS :

- L'assurance assistance et/ou annulation
- Les boissons et dépenses personnelles
- Les frais d'inscription éventuels
- Le supplément single (125 €)
- D'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans "Le prix comprend"

Supplément single (sous réserve de disponibilité) : 125 €

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 € / personne.
- pour toute inscription à 29 jours ou moins du départ : 25 € / personne

MOYENS D'ACCES :



VOITURE :

Depuis Narbonne, suivre la RN 9 ou l'autoroute A 9 jusqu'à Perpignan, puis prendre direction "gare S.N.C.F." Parking près de la gare (couvert/fermé la nuit) :

Parking Accès, 9 rue Valette. Tél. : 04 68 34 04 44/06 63 08 40 71.

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).

Autre solution de parking si vous arrivez la veille (voir ci-dessous).



TRAIN :

Gare d'accès et de dispersion : gare de Perpignan

Un train couchettes en provenance de Paris arrive tôt le matin.

Horaires de train et tarifs à vérifier auprès de la SNCF Tél. : 36 35 ou www.voyages-sncf.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 se situe à mi-distance entre Perpignan et Rivesaltes. Une navette régulière mène à la gare SNCF.

Si vous désirez arriver la veille ou rester après le séjour :



NUITS SUPPLEMENTAIRES :

Si vous arrivez en train :

- Hôtel** Paris-Barcelone (<http://www.hotel-paris-bcn.fr/>), 1 av. du Général de Gaulle, à Perpignan. 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. 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 B&B Perpignan nord (<http://www.hotel-bb.com/fr/contact-service.htm>), av. du Languedoc Za Polygone nord, à Perpignan. Possibilité de laisser la voiture gratuitement pendant le séjour sur le parking de l'hôtel. Tél : 08 92 78 29 29 / 04 68 63 89 47.

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 8h30 devant l'hôtel. Le transporteur passera entre 8h30 et 9h



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.
- T-shirts manches courtes (et/ou longues - en fonction de la saison) 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 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.
- 1 pantalon confortable pour le soir.
- 1 paire de chaussures de détente très légères pour le soir.

L'Équipement :

- 1 bagage et 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 gourde (1,5 litre minimum) et 1 thermos si vous emportez thé, café...

- 1 boîte plastique hermétique (vol. 0,5 à 0,75 litre environ), couverts et gobelet pour le pique-nique.
- 1 couteau de poche type Opinel.
- 1 petite pochette étanche pour mettre argent, carte d'identité, carte vitale et contrat d'assistance.
- Nécessaire de toilette.
- 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

Votre Pharmacie

- Vos médicaments habituels.
- Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence.
- Anti diarrhéiques
- Pastilles contre le mal de gorge.
- Bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8 cm de large.
- Steristrip
- 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)

PRESENTATION DU PAYS

Le massif de Beceite

Le massif de Beceite (appelé aussi Puertos de Beseit) est situé à l'extrême sud-est de l'Aragon et à l'extrême sud de la Catalogne : à 200 kms de Barcelone, 250 km de Valencia, 150 de Saragosse. Il fait partie de la province de Teruel. Le village qui porte son nom marque la porte d'entrée au massif. Le massif est un système montagneux qui s'insère entre les sierras pré-litorales catalanes et le système montagneux ibérique, formant une incroyable barrière entre les basses terres de l'Ebre et l'intérieur des terres. Le versant côté Méditerranée (est) s'élève brutalement du niveau de la mer à 1400m d'altitude. Le versant ouest, avec



néanmoins un relief extraordinairement accidenté, descend plus progressivement avec des dénivelés moins forts. Le massif s'étend sur une zone de 800km², où alternent canyons, aiguilles calcaires, parois de conglomérats, crêtes et sommets. Le point culminant est le Caro à 1442 m. d'altitude ; de nombreux autres sommets se situent entre 1000 et 1400 m. En 1992 la partie catalane fut classée « Espace d'intérêt naturel », et depuis 2001 ces montagnes sont classées « Parc Naturel dels Ports ». Géologiquement, le relief est constitué de calcaires du Mézozoïques, et de conglomérats de roches issus de la dégradation des précédents. Grottes, dolines, résurgences prolifèrent dans la partie calcaire ; vastes dômes rocheux et à pic de plusieurs centaines de mètres de haut caractérisent la partie des conglomérats. La faune y est riche, et les bouquetins (*Capra pyreneica hispanica*) en sont devenus le symbole ; en en dénombre plus de 5000, et il n'est pas rare au cours des excursions, avec un peu de discrétion, d'en apercevoir. Le relief très accidenté, avec ses nombreuses falaises, vires... est idéal pour cet animal. Les mâles, avec de longues cornes, peuvent peser jusqu'à 100kg, tandis que les femelles, aux cornes beaucoup plus petites, ne pèsent qu'une quarantaine de kg. La végétation du massif est diversifiée, avec de la garrigue, mais aussi des forêts de pins (pin noir, pin d'Alep, pin sylvestre) ; certaines zones reculées cachent quelques hêtres, qui en font la zone la plus méridionale où se rencontre cette espèce. L'altitude du massif, la proximité de la mer et de son climat, la nature de la roche... offrent une flore très riche.

Le Delta de l'Ebre

Le Delta de l'Ebre s'étale sur une zone de 320 km², et rejoint la mer en une presqu'île de 25 kms de long. Il y a 4000, le delta n'existait pas et l'Ebre rejoignait directement la mer. Au fil des millénaires, les alluvions formèrent le delta. Formé de marécages jusqu'au XIX^e siècle, le Delta fut drainé par 2 canaux et rendu habitable. De longues plages de sables, de rizières, des lagunes, des marais où pullulent les oiseaux caractérisent la zone, semblable en quelque sorte à la Camargue 180 000 oiseaux y nichent, dont canards, et flamants roses. La région produit 30% de la production de riz espagnol, soit 100 millions de tonnes.

Plusieurs spécialités culinaires sont directement liées aux produits que l'on rencontre dans le Delta (poissons, crustacés, etc). Les plus représentatifs, mais aussi des plus onéreux, sont les anguilles d'une part, et le Caldero de Marisco d'autre part. Ce dernier est un plat à base de riz du delta, cuit dans une sorte de rouille avec des crustacés dont langouste, crabe tourteau, crevettes, moules, langoustines...



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**