

NOUVEL AN SOUS LE SOLEIL DE CADAQUES

4 jours / 3 nuits / 3 jours de marche et visite



Un séjour de randonnées faciles en bord de mer et sur les montagnes qui la dominent, à la découverte des plus belles criques du Cap de Creus...

Cadaquès fut le lieu de villégiature du grand artiste peintre Salvador Dali.

Ce doux village de pêcheurs est à nos yeux, un lieu de séjour idéal pour **découvrir tranquillement les plus belles criques du Cap de Creus**, l'arrière-pays et son patrimoine.

Dans le sillage de Dali, de nombreux artistes furent inspirés par la lumière exceptionnelle des lieux et les paysages de **garrigues ou d'oliveraies**.

Aujourd'hui, les multiples sentiers qui sillonnent les collines du Cap de Creus, les sierras alentours et autres criques sauvages sont autant de prétextes pour se balader dans un cadre radieux. Même au cœur de l'hiver, il fait bon se promener sur cette extrême pointe des Pyrénées, et venir y fêter le passage à la nouvelle année.

PROGRAMME INDICATIF :

JOUR 1 :

Perpignan - Selva de Mar – Cadaquès

Transfert jusqu'à Selva de Mar et montée vers le monastère de San Père de Rodes, qui offre un inoubliable panorama sur le golfe du Lion et la baie de Rosas. Le sauvage Cap de Creus attire irrésistiblement le regard et nous attend pour les jours à venir. Redescente vers Selva de Mar puis transfert jusqu'à Cadaquès.

 **4h de marche ; + 550m / - 550m de dénivelé, 1h30 de transfert.**

JOUR 2 :

Cadaquès - Port Lligat - Cadaquès

Balade dans le vieux Cadaquès. Visite de l'Eglise avec son retable du XVIII. Petite randonnée jusqu'à la plage de Sa Conca et la Cala Nans. L'après-midi, cheminement par d'adorables petites criques jusqu'à Port Lligat et la Casa Dali.

 **3 à 4 h de marche, + 100m / - 100m de dénivelée,**

JOUR 3 :

Cadaquès - Cap de Creus - Cadaquès

Randonnée par Port Lligat en suivant le Cami Anthic pour le phare du Cap de Creus. Quelques criques sublimes et paisibles vous attendent au prix de quelques petits détours. Retour en boucle avec la possibilité de faire un léger crochet par la Cala Culip et le Pla de Tudela. Réveillon dans un petit restaurant réputé de Cadaquès.

 **5h30 de marche, + 400m / - 400m de dénivelée**

JOUR 4 :

Transfert et dispersion.

Des éléments indépendants de notre volonté (météo, niveau du groupe, aléa logistique, divers...) peuvent amener notre équipe à modifier le programme. Nous demeurerons attentifs à votre satisfaction mais votre sécurité sera systématiquement privilégiée.

FICHE PRATIQUE :

NIVEAU : Facile, 5 heures de marche par jour en moyenne sur sentier avec des dénivelés allant de 200 à 500 m.

PORTAGE : Vous ne portez qu'un sac comportant les affaires pour la journée

GROUPE : De 4 à 15 personnes seulement

ENCADREMENT : Accompagnateur en montagne diplômé d'Etat, spécialiste de la région

HEBERGEMENTS : Hôtel. En chambre doubles et triples en hôtel ***

ACCUEIL : 9h en gare historique de Perpignan, place Salvador Dali

DISPERSION : Dispersion à partir de 11h à Perpignan

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

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

DATES ET PRIX :

Du 29/12/2020 au 01/01/2021 : 660 €

Chambre individuelle (sous réserve de disponibilité) 210 €

LE PRIX COMPREND :

- L'encadrement par un accompagnateur en montagne
- L'hébergement en demi-pension (vin et boissons non compris sauf celles prévues au réveillon)
- Les pique-niques le midi
- Les transferts prévus au programme

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 (en dehors de celles prévues pour le soir du réveillon) et dépenses personnelles
- 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

REPAS :

- Dîners dans des restaurants typiques.
- Nous pique-niquerons le midi.
- Et nous irons dans un petit restaurant excellent et réputé pour le soir du Réveillon.

FORMALITÉS :

Carte d'identité ou passeport en cours de validité. N'oubliez pas dans votre sac à dos, le contrat d'assistance-rapatriement. Au minimum 15 jours avant votre départ, demandez à la sécurité sociale une carte européenne ou une attestation européenne valable 3 mois afin d'éviter l'avance obligatoire de frais médicaux.

Si vous vous déplacez en véhicule en Espagne, sont obligatoires sous peine d'amende : gilet fluorescent + 2 triangles de signalisation.



MOYEN D'ACCES :



EN 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.

COVOITURAGE Pour limiter vos frais de déplacements et d'émission de carbone, pensez au covoiturage en tant que chauffeur ou passager. Faites appel à [Blablacar](#). C'est simple et pratique.

Nous vous conseillons enfin de comparer le coût et les horaires de différents modes d'accès au point de départ du circuit grâce au site [Comparabus](#). Contrairement à ce que son nom laisse penser, ce site, pour un même trajet, vous proposera diverses possibilités telles que avion, train, bus, ou covoiturage.

PARKING : 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).

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



EN 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.voyages-sncf.com/>

EN 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.aeroport-perpignan.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.



EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

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

- un sous-pull à manches longues en matière respirante (fibre creuse).
- 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 être suffisant. Par temps de pluie ou vent, on peut rajouter la veste imperméable. Par temps froids ou lors des pauses, la veste polaire est un complément agréable.

Prévoir des vêtements qui sèchent rapidement et donc proscrire le coton. Préférez la laine, la soie et 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 vêtu d'une veste polaire.

Eviter les anoraks et proscrire les équipements trop chauds et encombrants.

La liste idéale

(à adapter suivant la randonnée et la saison)

- 1 chapeau de soleil ou casquette.
- 1 foulard.
- 1 bonnet.
- T-shirts manches courtes en matière respirante de préférence (1 pour 2 à 3 jours de marche).
- 1 sous-pull à manches longues en matière respirante ou une chemise.
- 1 veste en fourrure polaire.
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex avec capuche.
- 1 cape de pluie ou un sursac si vous possédez la veste ci-dessus.
- 1 pantalon de trekking ample.

Matériel de randonnée

- 1 sac à dos de 35/40 litres à armature souple, muni d'une ceinture ventrale
- Un grand sac plastique permettant de protéger l'intérieur du sac à dos.
- 1 paire de lunettes de soleil .
- 1 thermos ou une gourde de préférence isotherme (1,5 litre minimum).
- 1 couteau de poche type Opinel.
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre son argent, carte d'identité, carte vitale et contrat d'assistance.
- Nécessaire de toilette (privilégiez l'indispensable, les petites contenances, les échantillons et les kits de voyages).
- 1 serviette de toilette qui sèche rapidement.
- Boules Quiès ou tampon Ear (facultatif).
- Papier toilette + 1 briquet pour faire brûler le papier lors des pauses «nature» selon les périodes...
- Crème solaire
- Boite plastique hermétique pour y mettre le pique-nique de midi (contenance 0,5 l minimum) + gobelet + couverts.
- 1 frontale ou lampe de poche.
- 1 couverture de survie.
- Appareil photo, jumelles (facultatif).

La Catalogne

La Catalogne (en catalan Catalunya, en espagnol Cataluña, en occitan Catalonha) est une communauté autonome d'Espagne avec un statut de « communauté historique » et reconnue comme « réalité nationale », depuis le 19 juin 2006, au sein de l'Espagne. Elle est située au nord-est de la péninsule Ibérique et a pour capitale Barcelone.

Historiquement l'appellation Catalogne ou Principauté de Catalogne concerne un territoire plus étendu, formé par le territoire actuel et le département français des Pyrénées-Orientales hormis la région des Fenouillèdes (France). Elle comprend quatre provinces : Barcelone, Gérone, Lérida et Tarragone.

La Constitution espagnole de 1978 déclare que l'Espagne est une nation indissoluble qui reconnaît et garantit le droit à l'autonomie des régions qui la constituent.

On reconnaît à la Catalogne, comme au Pays basque et à la Galice, un statut particulier de « communauté historique ».

Compte tenu de la capacité d'accéder à l'autonomie, cela a entraîné en 1979 le statut d'autonomie de la Catalogne. Dans un processus initié par l'Andalousie et achevé en 1985, les quatorze autres communautés autonomes ont obtenu leurs propres statuts d'autonomie. Le statut d'autonomie de 1979 et l'actuel, approuvé en 2006, déclarent que la Catalogne, en tant que « nationalité » d'Espagne, exerce son auto gouvernance comme une communauté autonome, conformément à la Constitution et au statut d'autonomie de la Catalogne, qui est un droit institutionnel de base.

La maison De Salvador Dali à Portlligat

L'actuelle Maison-musée de Portlligat a été la seule résidence stable de Salvador Dalí; l'endroit où il a vécu et travaillé régulièrement jusqu'à la mort de Gala, en 1982, date à laquelle il s'est installé au Château de Púbol. En 1930, séduit par le paysage, la lumière et l'isolement des lieux, Salvador Dalí s'était installé dans une petite maisonnette de pêcheurs de Portlligat. À partir de cette construction initiale, il créa peu à peu, quarante années durant, une maison, la sienne, qu'il définissait «comme une véritable structure biologique, [...]. À chaque nouvel élan de notre vie correspond une nouvelle cellule, une nouvelle pièce».

Les modifications et agrandissements successifs ont donné forme à une structure labyrinthique qui, à partir d'un point d'origine, le Vestibule de l'Ours, se disperse et ondule au gré d'une succession de petits espaces reliés par d'étroits corridors, de petits dénivelés et des voies sans issue. La décoration, ainsi que les multiples objets et souvenirs ayant appartenu aux Dalí, rendent ces espaces particulièrement chaleureux: tapis, plâtre, fleurs séchées, tapisseries de velours, meubles anciens, etc. Tous possèdent des ouvertures, aux formes et proportions différentes, encadrant le même paysage omniprésent dans l'œuvre de Dalí, la baie de Portlligat.

Le Cap De Creus.

Entre terre et mer, le Parc naturel du Cap de Creus se trouve du côté le plus oriental de la péninsule ibérique. Il offre une diversité de paysages, dolmens, châteaux, falaises et vignes qui côtoient une mer d'îlots et de récifs aux formes capricieuses renfermant elle-même de spectaculaires fonds coralligènes et de nombreuses espèces sous-marines.

La richesse de cet écosystème se mesure à la présence de nombreuses espèces végétales et animales. La partie terrestre du Cap de Creus est un lieu idéal pour l'observation de l'aigle de Bonelli, du faucon pèlerin, du cormoran huppé ou du fou de bassan. Le vent, présent continuellement façonne les murs de pierres sèches et les roches affleurantes.

Dans cet environnement certaines espèces s'adaptent et arrivent à occuper l'espace. On y retrouve le pin d'Alep, le chêne liège, mais surtout un maquis de broussailles composé de bruyère et de ciste. Une végétation particulière se développe en bordure de littoral avec des espèces uniques : l'Armérie du Roussillon, le Statice de Trémols et la Seseli farreny (saxifrage), véritable joyau botanique qu'on ne retrouve nulle part ailleurs au monde.

La péninsule du Cap de Creus est constituée d'une roche métamorphique pliée sous l'effet de la formation de la chaîne des Pyrénées. Le processus de cisaillement et de retournement a fait apparaître une roche rare et reconnaissable par sa couleur blanc-orangée mélangée aux

schistes gris sombres : la pegmatite. Le Cap de Creus est aussi le berceau d'une activité humaine largement orientée vers la mer, dans des villages qui ont su maintenir leur charme et la tranquillité de la Catalogne.

Ce séjour est organisé avec notre partenaire LA BALAGUERIE



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.