

ANDORRE

Chemins et lacs d'Andorre

7 jours / 6 nuits / 6 jours de randonnée



Pays montagneux, s'insérant sur la frontière franco-espagnole au cœur des Pyrénées, l'Andorre recèle d'une multitude de lacs, de forêts, de réserves naturelles, de chapelles et de ponts romans enjambant des torrents limpides. Dans ce massif, principalement composé de fiers sommets et d'élégantes aiguilles granitiques, nous partirons à la découverte de ces recoins secrets et merveilleux et tâcherons d'en apprendre un plus sur son histoire. Confortablement installé dans un hôtel*** très agréable, face au soleil et à la vallée d'Ordino, nous prendrons le temps au retour de la randonnée, de se détendre aux bords de la piscine ou dans le parc de l'hôtel. Puis, le soir venu, c'est à la table de son excellent restaurant que nous partagerons les savoureux plats préparés avec soins par le chef.

Nos points forts :

- Les paysages incontournables
- L'hôtel*** tout confort avec piscine
- La table typique et savoureuse

PROGRAMME INDICATIF :

JOUR 1 : Accueil, transfert en Andorre et installation à l'hôtel. Courte navette légèrement en amont. Randonnée de mise en jambe dans la moyenne montagne andorrane, dans la vallée de Sorteny, qui offre un intérêt tout à fait particulier, d'un point de vue aussi bien scientifique et historique qu'artistique et paysager. Ses paysages grandioses, sa faune et sa flore si rares pour les terres andorranes ainsi que son patrimoine historique si riche ont conduit à la création du Parc Naturel de la Vallée de Sorteny pour protéger la singularité et l'intégrité des valeurs naturelles du site.

▲ **3h30 de marche, +400m/-400m de dénivelée, 1h15 de transfert**

JOUR 2 : Transfert vers Ordino-Arcalis. Montée aux lacs (Estanys) de Tristaina, dominés de beaux sommets frontaliers. Les lacs se succèdent au pied de la frontière française ; passage possible de cette dernière pour découvrir l'étang secret de Gouelle en Ariège.

▲ **2 à 4h de marche, +200m à 500m/-200m à 500m de dénivelée, 1h de transfert**

JOUR 3 : La ravissante vallée d'Inclès : granges en pierre, plateaux couverts de prairies bordées de murets en pierres, église et ponts romans jalonnent le fond de vallée. Par un agréable sentier qui longe le torrent, nous montons vers les lacs de Juclar, nichés dans un vallon suspendu à 2300m d'altitude. Retour par le même itinéraire.

▲ **4h30 de marche, +600m/-600m de dénivelée, 1h de transfert**

JOUR 4 : Randonnée dans la Réserve Naturelle de Madriu, classée par l'Unesco, vers le refuge de Fontverd. La vallée abrite un patrimoine bâti exceptionnel, multiséculaire, ainsi qu'une faune et une flore très riche.

▲ **4h de marche, +550m/-550m de dénivelée, 30 min de transfert**

JOUR 5 : Au départ des Cortals d'Encamps, superbe montée en forêt jusqu'à l'authentique refuge des Ensagents. La forêt laisse ensuite place aux paysages granitiques où se nichent les magnifiques étangs d'Ensagents. Ascension à la Collada d'Estinyola (2695 mètres) sous l'œil de l'Alt del Griu et descente au fil d'une très belle crête pour rejoindre la forêt de Campéa et boucler la randonnée.

▲ **6h de marche, +800m/-800m de dénivelée, 30 min de transfert**

JOUR 6 : Près du Pas de la Case, le Cirque granitique de Pessons offre une multitude de lacs dans un décor idyllique. Dominés de belles crêtes de granit, le cirque est couvert de landes, de bosquets de pins et de pelouses fleuries qui invitent à la flânerie. Montée possible jusqu'aux crêtes de Gargantillar, qui nous permettront de dominer l'Estany de l'Illa.

▲ **4 à 5h de marche, +450 à 700m/-450 à 700m de dénivelée, 1h de transfert**

JOUR 7 : Après le petit-déjeuner, transfert retour en France.

▲ **1h 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 : Randonnée assez facile de 3h à 5h de marche par jour sans difficulté technique.

PORTAGE : uniquement les affaires de la journée

ENCADREMENT : Accompagnateur diplômé, spécialiste de la région

GROUPE : de 5 à 15 personnes

HÉBERGEMENT : En hôtel*** très confortable et doté de chambres agréables toutes exposées au sud-ouest avec vue sublime sur les sommets environnants. Situé au cœur du charmant village de montagne d'Ordino, l'hôtel bénéficie d'un environnement très paisible d'un salon détente chaleureux, d'une piscine et de grands jardins

RENDEZ-VOUS : Le dimanche à 9 heures à Ax-les-Thermes devant l'hôtel La Grande Cordée. Soyez habillés en tenue de randonnée, avec votre sac à dos prêt, de l'eau, et avec les chaussures de randonnée à portée de main.

DISPERSION : Le samedi suivant à 10h30 à Ax-les-Thermes

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 à l'aéroport, évitez certains tarifs non modifiables / non remboursables type Prem's tant que le départ n'est pas assuré.*

DATES ET PRIX :

Consultez les dates et prix et les séjours confirmés sur notre site :

<http://www.cheminsdusud.com>

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

LE PRIX COMPREND :

- Tous les transports nécessaires au déroulement du circuit
- L'hébergement en pension complète
- L'encadrement

LE PRIX NE COMPREND PAS :

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

MOYEN D'ACCES



EN TRAIN : Train de nuit direct pour Ax-Les-Thermes, depuis Paris. Sinon trains inter-cités depuis Paris, Lyon ou Bordeaux. Tél SNCF : 36 35. www.voyagessncf.com



EN AVION : L'aéroport le plus proche est celui de Toulouse-Blagnac. De l'aéroport, navette toutes les 20 min. pour la gare SNCF Toulouse-Matabiau (environ 8 € et 20 à 45 min. de trajet). www.toulouse.aeroport.fr De la gare, prendre un train pour Ax-Les-Thermes.



EN VOITURE :

- De Bordeaux ou Paris : rejoindre Toulouse. De Toulouse prendre autoroute A61 direction Carcassonne
- Montpellier, puis la quitter pour prendre l'A66 en direction d'Andorre ; suivre ensuite la Nationale 20 jusqu'à Ax les Thermes.
- De Lyon et Montpellier : prendre direction Toulouse par l'autoroute A61, puis la quitter pour prendre l'A66 en direction Andorre ; suivre ensuite la N20 jusqu'à Ax les Thermes.

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 qu'avion, train, bus, ou covoiturage.

PARKING

Plusieurs parkings gratuits dans la ville. Votre accompagnateur vous indiquera. Parking possible à l'hôtel en Andorre (environ 50 € la semaine) Eventuellement possible aux hôtels indiqués pour une arrivée la veille (à convenir avec l'hôtelier et uniquement si vous y dormez).



ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ :

(À adapter selon les saisons)

CONSEILS POUR LE CHOIX DE VOTRE ÉQUIPEMENT

Pour le haut du corps : quelle que soit la région ou la saison, le principe des 3 couches respirantes (Tee-shirts - pull ou veste chaude – surveste imperméable/coupe-vent) permet de répondre à la plupart des situations.

Opter pour des vêtements qui séchent rapidement -fibres synthétiques- et proscrire le coton (séchage trop lent => inconfortable). La laine est une fibre naturelle qui possède aussi d'excellentes qualités et qui, grâce aux nouveaux procédés de fabrication, connaît un retour en force dans la confection des vêtements Outdoor. 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 -surtout en hiver- car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés. Proscrire les anoraks, qui peuvent transformer une agréable randonnée en véritable calvaire ! Pour le bas du corps : shorts et pantalons en toile solide, en matière synthétique, permettent aussi un séchage rapide et procurent donc plus de confort. Apportez un soin particulier au choix des chaussettes : prenez des chaussettes de randonnée, renforcées (solidité) et à coutures plates (pour éviter les ampoules). En hiver, choisissez des chaussettes chaudes. Dans ce domaine aussi, proscrire le coton.

LES BAGAGES

Pour votre séjour, prévoyez :

- 1 sac de voyage par personne (ou valise à roulette). Ne prenez pas un bagage trop volumineux afin d'éviter des soucis d'encombrement du bus ou d'organisation logistique.
- Sur les séjours itinérants ou semi-itinérants, limitez également le poids à 10-12 kg, car l'accès malaisé à certains hébergements pourrait compromettre la livraison des bagages.
- Évitez absolument d'y laisser des objets fragiles et/ou de valeur.
- 1 sac à dos de 35-40 litres environ, avec ceinture ventrale et un dos bien aéré pour votre confort

LES VETEMENTS

- 1 chapeau, ou casquette, ou foulard
- 1 bonnet, ou bandeau en polaire et/ou un tour de cou
- 1 paire de gants chauds
- des tee-shirts en matière respirante à manches courtes (1 tous les 2-3 jours) et 1 ou 2 à manches longues
- 1 veste chaude type polaire (voire déperlante type "softshell") ou type "primaloft" (chaud et compressible)
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type "gore-tex" avec capuche
- 1 pantalon de trekking solide et déperlant
- 1 short ou short 3/4, confortable et solide
- des sous-vêtements
- 1 maillot de bain et 1 serviette qui sèche rapidement (facultatif en vue d'éventuelles baignades)
- 1 maillot de bain (slip de bain pour les hommes) et des "tongs" pour les thermes
- des chaussettes de randonnée (au moins 1 paire tous les 2 jours) à bouclettes, en synthétique et/ou en laine
- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, à semelle type "Vibram".
À éprouver impérativement avant votre séjour.
- 1 paire de guêtres (facultatif)
- des vêtements et chaussures confortables pour le soir

LE MATERIEL A EMPORTER

- 1 grand sac plastique à glisser dans votre sac à dos afin de protéger vos affaires des intempéries et/ou 1 sursac
- 1 pochette étanche avec : votre contrat d'assistance, vos papiers d'identité, carte vitale et tout autre document mentionné dans la rubrique formalités
- 1 paire de bâtons (facultatif)
- 1 paire de lunettes de soleil de bonne qualité (protection niveau 3) couvrant bien les côtés + crème solaire avec un bon indice de protection et écran labial (le tout systématiquement dans le sac à dos)
- 1 gourde isotherme ou aluminium de 1,5 litre mini ou gourde souple type Platypus (déconseillée en hiver) ou une simple bouteille en plastique
- 1 petit thermos 50 cl (facultatif et surtout utile en hiver si vous souhaitez amener thé, café...)
- 1 gobelet plastique ou aluminium avec anse isolée
- 1 couteau de poche pliant (type Opinel)
- pour le pique-nique : couverts et 1 boîte plastique de 0,5 litre minimum type Tupperware (impératif même s'il peut arriver qu'elle ne serve pas)
- nécessaire de toilette
- boules Quiès ou tampons Ear (contre les ronflements de voisinage ou autres nuisances sonores)
- 1 drap-sac dit aussi "sac à viande", pour nuit(s) en dortoir (gîte et/ou refuge)
- des mouchoirs
- du papier toilette
- 1 briquet (attention à ne pas provoquer d'incendie ; donc à n'utiliser qu'en cas de nécessité et avec un maximum de précautions)
- 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, matériel de peinture... (facultatif)

LA PHARMACIE

Prévenez le guide de toute maladie, traitement ou autre allergie qui pourrait 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
- pastilles contre le mal de gorge
- bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 5 ou 8 cm de large x 2,5 m.
- pansements type Steri-Strip
- jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- double peau (type Compeed ou SOS ampoules)
- pince à épiler
- petits ciseaux
- vitamine C
- pince à échardes
- gel désinfectant utile pour se laver/désinfecter les mains (type "Stérilium gel")

EN SAVOIR PLUS

L'Andorre

L'Andorre est un pays situé au cœur des Pyrénées, entre la France et l'Espagne. La Principauté se divise en trois vallées en forme de Y, creusées par les rivières Valira, et composée de 7 paroisses. Ces sept paroisses sont : Andorra la Vella, Canillo, Encamp, Escaldes-Engordany, la Massana, Ordino i Sant Julià de Lòria. Les montagnes dessinées par des cultures, des forêts et des estives, sont la plus grande richesse naturelle du pays, conservée durant des siècles. Nous vous ferons découvrir une grande partie de cette richesse à travers les chemins et les sentiers

qui parcourent la géographie andorrane ; une vision presque secrète du pays, loin des zones urbaines et commerciales, qui constituent néanmoins une caractéristique à découvrir...

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 ne 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.

Parcs d'importance Nationale : 6-Ordesa y Monte Perdido. 8-Aigüestortes y Estany de Sant Maurici. 12-L'Albera. 16-Parc des Pyrénées.

Parcs d'importance Régionale : 1-Aiako Harria. 2-Aralar. 3-Urbas Andias. 4- Valles Occidentales. 5-Sierra y Cañones de Guara. 7-Posets-Maladeta. 9-Alt Pireneu. 10-Cadí-Moixeró. 11-Zona Volcanica de Garrotxa. 13-Cap de Creus. 14- Vall de Sorteny. 15-Vall del Madriu-Perafita-Claror. 17-Pyrénées Ariégeoises. 18- Pyrénées Catalanes.

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/>

CARTOGRAPHIE

- Carte au 1/40 000. "Andorra". Editorial Alpina.

BIBLIOGRAPHIE

- L'Andorre du IXe siècle au XIVe siècle : Montagne, féodalité et communautés.
Roland Viader, presses universitaires du Mirail. Toulouse, 2003



En cas de problème de dernière minute, appelez en France :
au (00 33) 7 77 08 14 68