



35, Rue Jean Jaurès
31390 CARBONNE
TEL/FAX : 05 61 97 66 04
www.surleshauteurs.com
info@surleshauteurs.com

Association Loi 1901 bénéficiaire de l'agrément ministériel tourisme Apriam
AG.073.980001



LA SIERRA DE CADI

Randonnées accompagnées, en itinérance

Séjour 7 jours 6 nuits

En Refuge



Un massif extraordinaire, un peu isolé dans la **Cerdagne espagnole**, mais qui mérite le détour, jugez plutôt : de grandes parois calcaires se détachant dans un **ciel bleu azur**, avec de nombreuses **forêts tapissant ces massifs**, de superbes **crêtes élancées**, déchirées, des vallées grandes et profondes et ses **villages posés sur ces promontoires isolés**.

C'est un mélange subtil de couleurs, alternant **pelouse d'altitude** avec quelques éboulis, un itinéraire pour les **amoureux des grands espaces sauvages**.

DATE :

Du 12/09/2010 Au 18/09/2010

Du 05/09/2010 Au 11/09/2010

Du 29/08/2010 Au 04/09/2010
Du 22/08/2010 Au 28/08/2010
Du 15/08/2010 Au 21/08/2010
Du 08/08/2010 Au 14/08/2010
Du 01/08/2010 Au 07/08/2010
Du 25/07/2010 Au 31/07/2010
Du 18/07/2010 Au 24/07/2010
Du 11/07/2010 Au 17/07/2010
Du 04/07/2010 Au 10/07/2010

TARIF : 589 € par personne au départ de La Tour de Carol.

LE TARIF COMPREND:

- l'hébergement
- la nourriture pendant le trek (repas matin et soir au restaurant) à midi repas froid préparé par l'accompagnateur,
- l'encadrement par un accompagnateur en montagne.

LE TARIF NE COMPREND PAS :

- les boissons,
- les assurances,

RÈGLEMENT :

À l'inscription : Acompte de 30 % du prix du séjour

Un mois avant le départ : Le solde sans appel de notre part

Chèques vacances acceptés et paiement par carte bancaire possible

L'Assurance Annulation, non obligatoire mais fortement conseillée, elle permet le remboursement du prix du voyage moins les frais de dossier en cas d'annulation pour raisons graves à moins de 45 jours du départ. Elle coûte 2,5 % du prix du voyage. Nous vous proposons également une assurance Rapatriement à 1 %.

Pour les étrangers : possibilité de paiement par mandat postal international ou par virement sur notre compte.

Points forts :

- une découverte du Parc National de Cadi et Moxeiro
- un espace protégé avec une flore et une faune exceptionnelle
- quelques refuges flambant neuf et d'autres très authentiques encore dans le style pyrénéen
- une boucle au cœur d'un massif extraordinaire, offrant de superbes points de vue
- un massif peu connu des randonneurs, circuit empruntant des variantes permettant une meilleure découverte de cet espace



Déroulement du trek



Jour 1 :

Accueil en gare SNCF de LA TOUR DE CAROL et transfert sur la Sierra de Cadi.

Pause repas en cours de randonnée. Nous allons suivre une belle piste forestière et monter sur le refuge d'Aguillo situé à 2037 m.

Première impression en arrivant au refuge, nous sommes au pied de cette majestueuse paroi rocheuse...

5h30 de marche et environ 800 m de dénivelée positive

Jour 2 :

Très belle étape consacrée à la montée jusqu'au col de Gossolans et ensuite nous irons flâner sur la cime du Pic de Comabona (2547 m).

Descente en passant par un autre col, pour trouver un superbe point de vue, pour la pause déjeuner. Descente sur la vallée de la Sierra de Cadi vers notre hôtel sur le petit village de Gosol.

5h30 de marche et environ 600 m de dénivelée positive et 750 en négative

Jour 3 :

Journée consacrée à l'ascension de la Pedra Forca, la célèbre roche fourchue, sommet emblématique de ce massif...

Descente en forêt et nuit en chambre sur le village de Saldes.

5h de marche et environ 950 m de dénivelée positive et 850 en négative

Jour 4 :

Belle montée en forêt en sous bois, sur une piste forestière jusqu'au refuge de Gresoulet à 1280 m. Paysage grandiose de la Pedraforca en face, immense face rocailleuse sur fond de ciel.

5h30 de marche et environ 450 m de dénivelée positive

Jour 5 :

Montée à la fraîche en sous-bois du col de Balma jusqu'au col de la Bena.

Ensuite fabuleuse descente en forêt ombragée pour faire une pause casse-croûte au bord d'un torrent. L'après-midi, très belle montée dans les gorges de l'Empedrats, pour arriver au refuge de Sant Jordi à 2050 m.

6h30 de marche et 1000 m de dénivelée positive, confort très sommaire.

Jour 6 :

Du refuge, montée en crête en passant par quelques sommets jusqu'à la Tossa.

Dans l'après-midi, descente en sous bois et transfert dans la vallée.

5h30 de marche et 650 m de dénivelée positive et 650 m en négative

Jour 7 :

Transfert à la gare SNCF de La Tour de Carroll après le petit déjeuner vers 10h.



Info trek



NIVEAU : pour marcheurs pratiquant déjà la randonnée, étapes de 5 h à 6h sur sentier en montagne avec quelques passages sur éboulis, mais en règle générale aucune technique ni difficulté sur le circuit.
1000 mètres le Jour 3, dans les superbes gorges d'Empedrats.

PORTAGE : Portage de vos affaires de la journée.

Votre sac de voyage sera acheminé le soir au refuge par un 4X4, sauf le Jour 3 et le Jour 5.

GROUPE : De 7 personnes minimum et 12 personnes maximum.

ENCADREMENT : Par un accompagnateur en montagne connaissant le massif

HEBERGEMENT : en refuge de haute montagne, en formule dortoir classique et en formule petit dortoir de 4 à 6 personnes.

Possibilité de prendre une douche le Jour 1, Jour 3, Jour 4 et le Jour 7.

REPAS : pension complète pendant toute la durée du trek avec repas du midi à base de salade composée préparée par votre dévoué accompagnateur.

Petit-déjeuner et repas du soir pris au restaurant.

Les repas à Funchal sont à votre charge.

ARRIVEE LA VEILLE OU PROLONGER VOTRE SEJOUR :

Si vous souhaitez arriver la veille de votre séjour où tout simplement prolonger de quelques jours vos vacances, vous avez la possibilité d'être hébergés à l'hôtel :

- **Auberge Catalane de à Latour de Carol** Tel : 04 68 51 52 53

REPAS : Pension Complète pendant toute la durée du trek, petit-déjeuner et dîner pris au refuge. Les repas du midi seront préparés par le refuge et pris avant le départ.

RENDEZ-VOUS : le dimanche à 9h en gare de LA TOUR de CAROL

DISPERSION : le samedi vers 10h à La Tour de Carol.

SANTE : aucun certificat de vaccination n'est exigé pour les voyageurs.

Penser à apporter votre **Carte Européenne d'Assurance Maladie**, qui est valable 1 an et qu'il faudra demander à votre Caisse d'Assurance Maladie 15 jours avant votre départ.

Etre à jour des ses vaccinations.

Cependant les rappels du tétanos et de la typhoïde sont néanmoins conseillés.

DEPLACEMENT : En minibus et ou en voiture personnelle* pour le transfert France –Sierra de Cadi.

Pas de problème pour le stationnement des véhicules au village de Nas.

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

*Afin de rester fidèle à notre engagement de protection de l'environnement, nous nous efforçons de mettre en place un covoiturage, lorsque les effectifs du groupe, dépassent la capacité d'accueil de notre minibus. Ainsi, nous **proposons** aux participants **l'éventualité** de prendre leur véhicule afin d'organiser un covoiturage, bien entendu, nous proposons un remboursement des frais en fonction du code des impôts **à la personne volontaire**.

SAVOIR VIVRE ET RESPECT DE L'ENVIRONNEMENT :

Respecter les coutumes locales dans un pays accueillant, c'est faire preuve d'une grande courtoisie envers ce magnifique pays.

Quelques règles de bonne conduite à connaître :

- Ne laisser aucun déchet errer dans la montagne, emportez toujours vos poubelles jusqu'au refuge.
- Respecter les fleurs sauvages, ne pas les cueillir. Préférer les photographier ou les dessiner.



Nécessaire et Indispensable



LISTE DU MATERIEL :

- un sac à dos de 55 à 65 litres pour les affaires de la semaine
- une bonne paire de chaussure à tige haute (pour un bon maintien des chevilles)
- un drap house ou sac à viande pour les nuits en refuge.
- des chaussettes
- une paire de guêtre (facultatif)
- des tee-shirts
- pantalon en toile
- fourrure ou un gros pull
- une veste de type Gore-Tex (imperméable et respirante)
- chaussure légères de détente pour le soir au refuge
- protection contre le soleil (crème solaire, stick pour lèvres)
- un short
- sous vêtements de rechange
- paire de chaussure légère pour le soir au refuge
- couteau, gobelet
- une gourde (au minimum 1,5 litre)
- une lampe frontale
- une paire de lacet de rechange

- **une petite pharmacie personnelle :** élastoplast, double peau, pansements divers, anti-diarrhéique (Immodium ou autre), antalgique (Doliprane ou autre), antibiotique à large spectre, médicament pour la gorge (lysopaine par exemple), pince à épiler, une paire de ciseaux, une boîte de Micropur ou Hydroclonazone afin de traiter l'eau prise dans les sources et les fontaines...
- votre appareil photo
- vos papiers
- **et un sac de voyage qui va suivre par taxi 4X4.**

Petits conseils et astuces : vos affaires de rechange, classez-les et ranger-les dans des poches plastiques afin de mieux les protéger de la poussière ou autre durant votre séjour.



En vous souhaitant un agréable séjour ...

Si nous n'avons pas entièrement répondu à toutes vos questions sur ce voyage :

- appeler nous au : 05 61 97 66 04
- envoyer nous un fax au : 05 61 97 66 04
- un e-mail à : info@surleshauteurs.com
- ou bien un courrier à :



35, Rue Jean Jaurès
31390 CARBONNE
TEL/FAX : 05 61 97 66 04
www.surleshauteurs.com
info@surleshauteurs.com

Association Loi 1901 bénéficiaire de l'agrément ministériel tourisme Apriam AG.073.980001 210 Rue de Guise 73000 Chambéry Garant : COVEA CAUTION SA Contrat N° 18386 pour un montant de 85 000 € R.C.P : MMA IARD Cabinet Jean François Bellet 35, Boulevard Emile Zola BP 27 69600 Oullins Contrat N° : 103.056.234 Code APE 633 Z SIRET : 479.869.166.000.13. TVA intracommunautaire : FR52479869166