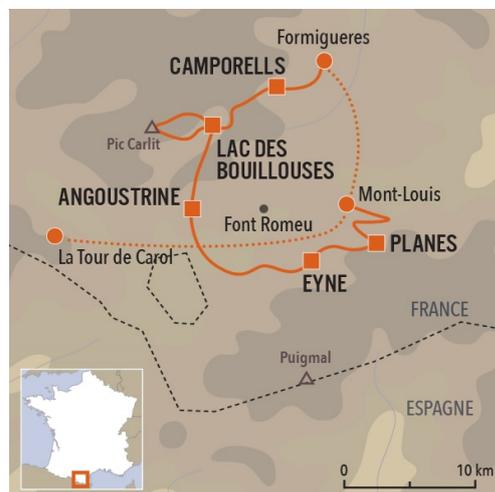


Soleil de Cerdagne-Capcir

7 jours / 6 nuits - Niveau Modéré



VOTRE VOYAGE EN LIBERTÉ

Une randonnée délicieuse menant progressivement des doux villages catalans de la Cerdagne aux lacs d'altitude du Capcir : Carlit, Bouillouses et en apothéose... Camporells !

Une itinérance confortable ponctuée de bains d'eaux chaudes en plein air, permettant de découvrir le patrimoine reconnu de la Cerdagne puis les paysages somptueux du Capcir et de ses lacs ; telle est l'alliance réussie de cette randonnée douce qu'apprécieront aussi les randonneurs assidus, car chaque jour des variantes plus longues sont possibles, offrant même l'opportunité de gravir quelques célèbres sommets !

Pour une harmonie parfaite, une nuit dans le cadre idyllique du refuge des Camporells, où " l'accueil " des gardiens n'est pas un vain mot !

Le Train Jaune de Cerdagne, aussi appelé " canari ", en référence à sa couleur, émane d'une volonté de la part des Cerdans, d'hommes politiques et de l'inspecteur général des Ponts et Chaussées et directeur du Contrôle des Chemins de Fer du Midi. La ligne Villefranche / Mont-Louis est inaugurée le 18 juillet 1910, l'année 1927 verra l'achèvement des travaux sur la section allant de Bourg-Madame à Latour-de-Carol.

À cette date, la gare de Latour-de-Carol-Enveitg est déjà une gare internationale puisque la jonction de la ligne française (Toulouse / Latour-de-Carol) et espagnole (Ripoll / Puigcerda / Latour-de-Carol) est effective depuis 1925. Mais, avec l'arrivée du Train Jaune, elle devient la seule gare à combiner trois écartements de voies. La gare de Bolquère-Eyne, sur le tracé de la ligne du Train Jaune est encore aujourd'hui la gare la plus haute de France perchée à 1 592 m d'altitude.

Vous apprécierez

- Les bains naturels d'eaux chaudes
- Le Train Jaune, pour voyager dans le temps
- Magnifique montagne et lacs d'altitude
- Qualité de l'accueil et gastronomie
- Réalisable avec un enfant à partir de 8

Programme

JOUR 1 : Arrivée et boucle au départ de Planes

Rendez-vous à l'hébergement à Planes pour laisser les bagages.

Départ de votre hébergement de Planès (ou de la gare, si vous avez demandé cette option), en suivant d'abord le GR10 en direction de Mont-Louis, puis en descendant dans la forêt très diversifiée et à travers les fabuleux ouvrages du petit train jaune, dont le fameux Pont Gisclard suspendu au-dessus de la vallée. Après un petit passage aux bains de plein air de St Thomas (non

compris, environ 7€/pers) montée au village de Planès et son église -légendaire -. Ceux qui le souhaitent pourront profiter de la gare toute proche des bains de St Thomas pour remonter avec le Train Jaune près du village de Planès. Nuit en dortoir en éco-gîte à Planès.

Heure d'activité : 4 h environ - Dénivelé positif : 500 m - Dénivelé négatif : 500 m

JOUR 2 : DE PLANES A EYNE

Mise en jambe entre sous-bois de résineux et murets séculaires en pierre ; le parcours évolue sous les flancs du Cambre d'Aze - dont le sommet en option offre un panorama superbe sur l'ensemble du plateau Cerdan - puis pénètre dans la réserve naturelle d'Eyne, belle vallée fleurie égayée par la vivacité d'un petit torrent rafraîchissant. Descente et nuit au village paisible d'Eyne en chambres d'hôtes sympathiques.

Heure d'activité : 4 h environ - Dénivelé positif : 500 m - Dénivelé négatif : 500 m

JOUR 3 : DE EYNE A DORRES

Journée segmentée en 2 demi-étapes : traversée de la campagne cerdane en direction de Llo - bains possibles le matin (non compris, environ 13,5 € / pers) - puis continuation jusqu'au petit hameau de Verdrinyans et Saillagouse. De là, voyage à bord du train jaune à travers le plateau jusqu'à Latour de Carol avant de randonner dans une magnifique montagne rurale puis de monter à la Chapelle de Belloch pour profiter de son panorama à 360° sur l'Altiplano noyé de soleil. Nuit en chambre, dans un gîte d'étape à Dorres, situé à 500 mètres des eaux chaudes des Bains Romains de Dorres (non compris, environ 5 € / pers).

Heure d'activité : de 4 à 5 h - Dénivelé positif : 580 m - Dénivelé négatif : 750 m

JOUR 4 : DE DORRES AUX BOUILLOUSES

On quitte les villages de Cerdagne pour les montagnes du Capcir ; remontée de la longue vallée glaciaire d'Angoustrine, avec ses bosquets et landes fleuries. À l'approche des Bouillouses, petit crochet par le joli lac de la Pradelle perdu dans la forêt de pins, qui laisse présager des paysages sublimes pour les jours à venir. Arrivée aux Bouillouses pour 2 nuits en chambre au bord du lac.

Heure d'activité : de 4 à 4.5 h - Dénivelé positif : 650 m - Dénivelé négatif : 100 m

JOUR 5 : SOUS LE CARLIT

Après quelques courts ressauts à travers pins, les premiers lacs font leur apparition. À mesure que l'on gagne de l'altitude, les arbres se font plus rares, cédant la place aux rhododendrons et autres genévriers nains qui se disputent les rives lacustres aux pelouses fleuries. Lacs et laquets sont innombrables, multiformes, multicolores... et dominés par le fier sommet du Carlit (2921 m). Les plus motivés tenteront son ascension. Retour en boucle aux Bouillouses.

Heure d'activité : de 3 à 4 h - Dénivelé positif : 350 m - Dénivelé négatif : 350 m

JOUR 6 : DES BOUILLOUSES A COMPORELLS

Randonnée le long du lac des Bouillouses, puis à travers les méandres de la Têt. Les estives de la Balmeta nous font évoluer sur d'immenses prairies d'altitude, dominées par les sommets frères de Péric : le Petit Péric à 2690 m, dont l'ascension vous sera proposée ; et le Grand Péric juché à 2810 m. Arrivée majestueuse aux lacs et refuge gardé de Camporells pour 1 nuit. Un cadre idyllique de petits lacs disséminés dans des micros-reliefs couverts de pelouses et de bosquets de pins enchanteurs.

Heure d'activité : de 3.5 à 4 h - Dénivelé positif : 350 m

JOUR 7 : DE CAMPORELLS A FORMIGUERES

Après une très courte montée, descente dans le vallon aussi secret que superbe de la vallée du Galbe. Le début de la descente est soutenue, dans un vallon suspendu de landes d'altitude et de quelques jolis sorbiers. Puis il évolue en balcon au-dessus de la vallée et à travers la forêt, jusqu'à Formiguères. Transfert à Planès ou Mont-Louis et fin du séjour.

Déjeuner et douche possibles à la fin de la randonnée (en option avec supplément).

Heure d'activité : de 3 à 4 h - Dénivelé positif : 80 m - Dénivelé négatif : 800 m

Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction ; des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement.

Départs

du 15 juin au 30 septembre

Niveau

Niveau modéré.

Randonnées de 3 à 5 h (avec des variantes plus longues) sur de bons sentiers (sauf option ascension Carlit, quelques passages plus difficiles), dénivelé moyen de 400 m (jusqu'à 1 000 m pour les variantes).

Hébergement - repas

Hébergement :

4 nuits en chambre double (1 nuits en chambres d'hôtes esprit "maison de campagne", 1 nuit dans un hôtel transformé avec goût en gîte, 2 nuits en auberge de montagne très agréables), 1 nuit en dortoir dans un éco-gîte remarquable et 1 nuit en refuge gardé

dans un site somptueux.

Repas :

Accueil chaleureux, gastronomie locale savoureuse, avec souvent des produits " bio " Dans le cas de régimes spéciaux, (végétarien, sans gluten...) certains hébergements appliquent un supplément qu'il vous faudra régler sur place (environ 4euros). Les repas de midi ne sont pas compris dans le tarif. Vous pouvez vous-même confectionner vos pique-niques ou bien les commander la veille pour le lendemain auprès des hébergeurs (à régler sur place).

Attention : certains hébergements ont une capacité limitée, nous vous recommandons de réserver votre séjour bien en avance.

Extension de séjour

Si vous désirez arriver la veille ou rester après le séjour, adresse d'hébergement à proximité du point de rendez-vous :
Gîte - Auberge Orri des Planès (www.orrಿದೆplanes.com) à Planès, Tel : 04 68 04 29 47, Mail : contact@orrಿದೆplanes.com
Hôtel Le Clos Cerdan (www.lecloscerdan.com) à Mont-Louis, Tel : 04 68 04 23 29, Mail : info@lecloscerdan.com

Documentation fournie

- 1 descriptif des randonnées

Balisage

Le circuit que nous vous proposons emprunte le plus souvent trois types de sentiers balisés :

- les sentiers de Grande Randonnée GR ou variantes de GR (balisage rouge et blanc)
- les GR de pays ou leurs variantes (balisage jaune et rouge)
- les sentiers de Petite Randonnée PR (balisage jaune).

Pour cette randonnée, il est indispensable de savoir bien lire la carte et de savoir utiliser la boussole.

Le prix comprend

- La demi-pension du dîner du J1 au petit déjeuner du J7
- Le transport des bagages selon formule choisie (sauf jour 6)
- Le transfert du dernier jour de Formiguères à Planès ou Mont-Louis
- Le Carnet de Route, 1 exemplaire par dossier d'inscription

Le prix ne comprend pas

- Les déjeuners
- Les boissons et dépenses personnelles
- Les entrées aux sources d'eau chaude
- Le train jaune du jour 3 (environ 5 ou 6 euros / pers)
- L'option " déjeuner-douche " du jour 7
- Le transport des bagages le jour 6 (formule sac transporté)
- Le transfert de la gare de Mont-Louis ou Planès le jour 1 si arrivée en train (20 euros / personne)
- Les frais d'inscription
- L'assurance

L'option " déjeuner-douche " du dernier jour inclut :

- 1 assiette composée
- 1 boisson au choix
- 1 douche
- Accès piscine

Accès

La plupart de nos séjours sont spécialement conçus de gare à gare, une incitation à utiliser le moyen de transport le moins polluant. Pour les destinations joignables par voie aérienne, nous incluons le coût de l'absorption carbone induite par les vols que nous vous réservons.

Si vous réservez vos trajets (avion, train ou voiture) de votre côté, notre label Agir pour un Tourisme Responsable est partenaire de la fondation Goodplanet qui peut vous permettre de compenser en ligne grâce à son calculateur : <https://www.goodplanet.org/fr/calculateurs-carbone/>

Pour vos préacheminements en véhicule personnel, pensez également au covoiturage avec www.blablacar.fr par exemple.

EN VOITURE : réseau autoroutier européen par l'autoroute A9, sortie Perpignan Sud.

- depuis Bordeaux/Toulouse : R.N. 20 par le Tunnel de Puymorens.
- depuis Narbonne : RN 9.

Pour plus de renseignements, consultez votre itinéraire sur le site internet : www.viamichelin.fr ou www.mappy.fr

PARKING : Vous pouvez laisser votre voiture à côté de l'hébergement du premier jour, ou au parking de la gare.

SI VOUS ARRIVEZ EN TRAIN :

- la gare de Mont-Louis La Cabanasse (66) est accessible en train jaune depuis la Gare de Latour de Carol ou de Villefranche de Conflent
- à partir de Paris : trains directs Paris Austerlitz/Latour-de-Carol.
- à partir de l'Ouest de la France : trains directs Quimper / Nantes / Toulouse / Latour de Carol.
- à partir du Nord et l'Est de la France : trains directs de Lille et Strasbourg vers Perpignan, puis correspondances trains et/ou taxis.

- à partir de Barcelone : trains directs Barcelona - Sants / Latour-de-Carol.

Service plus : Chamina-Voyages réserve vos billets de train SNCF. Vous bénéficiez d'un tarif et d'une place garantis, vous pouvez alors vous inscrire en toute sérénité.

Pour recevoir une proposition de chez vous à la gare de départ de la randonnée, contactez-nous : transport@chamina-voyages.com .

Environnement

Les randonnées se déroulent le plus souvent dans des espaces naturels sensibles et à ce titre toute activité se doit d'en respecter l'environnement : respect du patrimoine naturel, respect du patrimoine culturel et des habitants, respect des ressources naturelles (eau, sols, habitats, faune, flore, climat) et lutte contre les pollutions et tous les impacts sur l'environnement : on ne dérange pas les animaux qui sont chez eux et on n'arrache pas les fleurs car elles ne repoussent pas !

Une partie de l'itinéraire se déroule dans la réserve naturelle d'Eyne d'une surface de 1177 ha. La réserve naturelle commence à 1 700 m d'altitude pour culminer, à l'est, à la Tour d'Eyne (2 850 m) et à l'ouest au pic de Finestreilles (2 827 m).

On trouve sur la réserve gneiss, micaschistes, quartz, marbres... De plus, la vallée d'Eyne est connue des botanistes depuis le XVII^{ème} siècle. La partie basse de la vallée est couverte d'une forêt de pins à crochets, qui peuvent survivre au delà de 2 500 m d'altitude. Au dessus, les landes occupent une grande surface et présentent un fort contraste selon les versants : genêt purgatif en soulane, rhodoraie en ombree. Près de nombreuses sources, on trouve en abondance la Saxifrage aquatique, endémique, la Saxifrage faux aizoon, la Grasette vulgaire...

A signaler un passage migratoire exceptionnel au dessus d'Eyne, où plus de 11000 rapaces ont été comptés certaines années (O.C.L.). Chez les mammifères, notons la présence du Cerf, du Chevreuil, du Renard, de la Martre... et en altitude, de l'Isard, du Mouflon et de la Marmotte.

Climat

Par sa position et l'influence du climat méditerranéen, la Cerdagne jouit d'un climat d'exception : très peu venteux, tempéré en été, froid et sec en hiver, avec une moyenne de 2800 h d'ensoleillement annuel et un air particulièrement pur.

ÉTHIQUE ET TOURISME RESPONSABLE



Tourisme responsable et durable

AGIR POUR UN TOURISME RESPONSABLE

Chamina Voyages est labellisé Agir pour un Tourisme Responsable par Ecocert, une reconnaissance de notre engagement pour le respect de la planète et des hommes. La labellisation ATR repose sur les critères de transparence, de partenariat et de cohérence, elle nous permet d'améliorer sans cesse nos bonnes pratiques.

Plus d'informations concernant ATR sur www.tourisme-responsable.org

LA CHARTE EUROPÉENNE DU TOURISME DURABLE DANS LES ESPACES PROTÉGÉS

En 2014, Chamina Voyages a obtenu une nouvelle distinction pour ses engagements : l'agrément au volet III de la Charte Européenne du Tourisme Durable dans les espaces protégés. Créée et développée par la Fédération Europarc, la CETD a pour vocation de développer et d'affirmer sur des espaces protégés un tourisme de qualité, durable et responsable, dans le respect de l'homme et de son environnement. Le volet III de la CETD permet de nouer une véritable collaboration entre l'espace protégé et le voyageur afin de tendre vers plus d'excellence, cet agrément atteste que Chamina Voyages est engagée dans le développement d'un tourisme responsable, sur les plans économique, social et environnemental. <http://www.europarc-fr.org/index.php/fr/>

Chamina Voyages a été particulièrement soutenue par IPAMAC, <http://www.parcs-massif-central.com/>, association qui fédère tous les Parcs Naturels du Massif Central, et sa candidature a été portée par le Parc National des Cévennes.

Recommandations pour un séjour responsable

Chamina Voyages a pris un certain nombre d'engagements que vous pouvez consulter sur notre site Internet : <http://www.chamina-voyages.com/nos-engagements.html>.

Nous recommandons à tous nos clients d'adopter durant leur séjour une attitude fidèle aux engagements d'ATR. Ces recommandations sont déclinées à travers la charte éthique du voyageur que vous pouvez consulter ici : <http://www.tourisme-responsable.org/voyager-responsable/charte-ethique-voyageur>. Nous pouvons également vous l'envoyer, sur simple demande de votre part.

SE PRÉPARER POUR LE DÉPART

Vêtements

Pour la randonnée :

- pour un maximum de confort, privilégier un système de vêtements " multi couches " : sous-vêtements chauds (collant + maillot) type " carline " ou " capilène " (fibres creuses évacuant la transpiration) + sweat ou veste polaire + veste de montagne et surpantalons avec membrane imperméable et respirante (type " gore tex " ou équivalent) pour le mauvais temps.

De façon générale et en dehors des climats et pays chauds, éviter le coton qui retient l'humidité près du corps (et sèche difficilement) au profit de matières synthétiques adaptées.

- pantalon de toile - shorts - T-shirts

- 6 à 7 paires de chaussettes de randonnée

- 1 cape de pluie couvrant le randonneur et le sac à dos. Si vous avez des survêtements très techniques (voir ci-dessus), il est possible de ne recouvrir que le sac à dos avec un protège sac contre la pluie. Le parapluie quant à lui est moins pratique, surtout en cas de vent ou d'orage...

- 1 chapeau de soleil, l'idéal étant une casquette type saharienne avec visière et protection de la nuque

- 1 foulard pour se protéger du soleil et / ou du vent

- 1 bonnet et 1 paire de gants, selon la saison et l'altitude : toujours les avoir au fond du sac.

Pour l'étape :

- tenues de rechange et chaussures confortables

- boules " Quies " ou bouchons d'oreilles " Ear "

- affaires de toilette minimum + serviette + maillot de bain

Globalement, vos vêtements doivent être adaptés en fonction de la saison et de la région choisie.

Matériel divers

Pour la randonnée :

- 1 paire de chaussures de randonnée (avec membrane imperméable et respirante, type " gore tex " ou équivalent) dans lesquelles vous êtes bien ! Il faut " casser " les chaussures neuves avant de partir en randonnée en les portant quelques semaines auparavant afin d'éviter les désagréments des ampoules et échauffements...

- 1 (voire 2) paire de lunettes de soleil avec verres d'indice 3 minimum

- 1 grand sac plastique solide pour envelopper les vêtements et affaires dans le sac à dos (en cas de forte pluie)

- 1 gourde de préférence isotherme de 1 L minimum. Boire est indispensable en randonnée, 2 gourdes de 1 à 1,5 L ne seront pas du luxe en période estivale et / ou dans des régions sèches et chaudes

- 1 couteau pliant type couteau suisse + couverts + gobelet

- 1 bol type tupperware avec couvercle pour les pique-niques

- papier hygiénique, mouchoirs en papier

- 1 paire de bâtons télescopiques, facultatif, mais ils servent à s'équilibrer et alléger le poids du corps en descente, et aident durant la montée en rythmant la marche et en complément de poussée.

- 1 boussole (recommandée)

- 1 pochette pour contenir vos papiers et valeurs : passeport ou carte d'identité, contrat d'assurance, carte vitale, certificat de vaccinations, billets d'avion, de train, carte de crédit, argent...)

- 1 petite pharmacie personnelle (Attention liste non exhaustive à adapter en fonction de vos propres besoins médicaux) : pansements stériles prédécoupés, antiseptique local à usage externe (plaies), Elastoplaste et/ou double peau (ampoules), Antalgique type paracétamol, Antidiarrhéique et antiseptique intestinal, Antispasmodique, Antihistaminique (allergies), sérum physiologique ou collyre oculaire, somnifère léger, crème solaire haute protection pour la peau et les lèvres, crème hydratante type Biaffine (coups de soleil et brûlures), crème ou spray antimoustique, Arnica Montana en granules 9 CH (courbatures)...

Pour l'étape :

- 1 paire de sandales légères

Pour randonnées avec hébergements en gîtes d'étape et / ou refuges :

- 1 lampe de poche ou lampe frontale
- 1 sac de couchage (garnissage en fibre creuses, léger et compressible) ou drap sac en coton, soie ou fibre polaire (couverture fournie dans les gîtes et les refuges)

Bagages

- 1 sac à dos de 35 à 40 L aéré, réglable et muni d'une ceinture ventrale, pouvant contenir les vivres de la journée, la gourde, un vêtement de protection, l'appareil photo...
- 1 sac de voyage souple (valises rigides exclues) pour contenir les affaires de rechange pour la semaine à confier aux transporteurs. Attention ! Un seul sac par personne ne dépassant pas 10 kg. Tout surplus pourra être refusé.

Assurance

Le contrat d'assurance voyage que nous proposons est spécialement adapté à notre contrat de voyage défini par nos conditions particulières de vente.

Il comprend des garanties d'assistance que vous ne trouvez pas dans les autres contrats :

Garanties spécifiques d'assistance - rapatriement :

- remboursement des frais médicaux jusqu'à 200 000 euros
- vos bagages sont assurés pour un transport public et privé (location de voiture, transport par un prestataire)

Garanties spécifiques d'annulation :

- annulation « tout sauf » : si un événement aléatoire, indépendant de votre volonté et justifiable, vous empêche de partir, vous êtes couvert
- remboursement des frais d'annulation jusqu'à 25 000 euros par personne
- voyage de compensation en cas de rapatriement
- garantie départ et retour impossible en cas de conditions climatiques hors norme (tempête de neige, éruption volcanique, cyclone etc.)

Attention : pour toute prise en charge d'assistance, un appel préalable à l'assureur est nécessaire, sous peine de ne pas bénéficier de vos garanties.

Bibliographie

- Les Cols de l'Espoir : Le passage des évadés de France par la haute Ariège, la Cerdagne et l'Andorre de Francis Aguila
- Cerdagne du XVIIème au XIXème siècle : la famille, Vigo : Casa, frontieres, pouvoir de Balent

**POUR VOUS INSCRIRE RENDEZ-VOUS SUR NOTRE SITE INTERNET :
WWW.CHAMINA-VOYAGES.COM OU CONTACTEZ-NOUS AU 04 66 69 00 44**

CHAMINA VOYAGES

S.A.S Chamina Sylva au capital de 270 000 euros - Siège social et administration : 43 place de Jaude 63000 CLERMONT-FERRAND - tél : 04 73 900 500 - RCS B 389 249 426 - Code APE 7911Z - IM063100042 - Assurance Responsabilité Civile et Professionnelle : MMA ? 14, boulevard Marie et Alexandre Oyon 72030 Le Mans Cedex 9 - Contrat n°146 161 560 - Garantie financière : ATRADIUS CREDIT INSURANCE NV. (RCS Nanterre 417 498 755) 44 Avenue Georges Pompidou - 92596 Levallois-Perret Cedex - Agrément IATA numéro 20253671.

Dernière mise à jour le 31/01/2020.