

## **Pyrénées : Massif du Canigou, balcon des Pyrénées**

### ***La Montagne Sacrée des Catalans***

*Randonnée Guidée*

*7 jours, 6 nuits*

*6 jours de marche*

Le massif du Canigou est une montagne magique : elle permet de découvrir tous les paysages, toutes les végétations que l'on peut espérer sentir, voir, toucher...

Vous alternerez vos sensations des forêts sauvages du Coronat aux profondes gorges du Mantêt et du Cady. Des douceurs arrondies du Pla Guillem, des lacs du Cady et Cortalet, les hardes d'isards vous mèneront fièrement jusqu'à la cime élancée de la "dent de chien", pic Canigou emblème et berceau historique de tout un peuple.

L'homme a toujours su s'immiscer au sein de cette montagne préservée, pastorale : tels les "légendaires" gardiens de refuge, tels vos hôtes de Mantêt qui excellent autant dans l'art de la table que dans celui des anecdotes locales.

Canigou : montagne adorée, vénérée par les hommes et élevée au rang de "montagne regalade", montagne qui offre tout, jusqu'à ses eaux thermales propices à votre remise en forme.

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : [info@tour-aventure.com](mailto:info@tour-aventure.com) - Web site : [www.tour-aventure.com](http://www.tour-aventure.com)

Corse - Sardaigne : 1 rue du Général Fiorella 20 000 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 15 rue Charles de Gaulle 09100 Pamiers Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 68 37 64 - Fax : +33 (0)5 61 68 25 83

## Programme

### Jour 1 : Début de séjour TOUR DU CANIGOU

Au départ de Villefranche-de-Conflent, petit transfert. À travers d'épaisses pinèdes où abondent les grands cervidés, vous traverserez les réserves naturelles de Conat et Jujols, pour un superbe belvédère sur le massif du Canigou. Nuit en hôtel à Olette.

5 à 6 heures de marche, +600m et -800m de dénivelés.

### Jour 2 : Forêts et balcons des gorges de Nyer

Découverte, entre forêts et balcons, des surprenantes gorges de Nyer (réserve naturelle). Arrivée surprise, par d'ancestrales prairies de fauche savamment organisées, au village du bout du monde de Mantet. Nuit en gîte à Mantet. 6 heures de marche, +900m et -50m de dénivelés.

### Jour 3 : Réserve Naturelle de Mantet

Boucle dans la sauvage réserve naturelle de Mantet, à la découverte des isards si gracieux dans leurs pierriers. Nuit en gîte à Mantet.

6 heures de marche, +800m et -800m de dénivelés.

### Jour 4 : Aiguilles des Esquerdes de Rotja (réserve naturelle de Py) - Pla Guillemune

Extraordinaire traversée, soit au milieu de vastes et hauts plateaux hercyniens, soit sur le fil d'une crête, le long des aiguilles des Esquerdes de Rotja (un pied dans la réserve naturelle de Py et un pied dans celle de Prats-de-Mollo). Une tranquille descente vous mène aux abords du pic symbole. Nuit au refuge de Mariailles.

6 à 7 heures de marche, +900m et -750m de dénivelés.

### Jour 5 : Vallée et lacs de Cadi - Pic du CANIGOU

Montée progressive vers la vallée et les lacs de Cadi. Ascension tant attendue du Pic du Canigou (2784 m), avec vue sur la Mer ! Nuit au refuge des Cortalets.

5 heures de marche, +1100m et -750m de dénivelés.

### Jour 6 : Gorge et cascade du St Vincent

Le balcon du Canigou, et son panorama sur la plaine du Roussillon et les collines du Conflent. Descente sauvage et boisée vers les gorges et la cascade du Saint Vincent. Remise en forme et nuit en hôtel à Vernet-les-Bains.

5 heures de marche, +200m et -1600m de dénivelés.

### Jour 7 : Fin de séjour

Petit transfert après le petit-déjeuner.

### **Infos programme :**

Votre accompagnateur peut être amené à modifier quelque peu l'itinéraire indiqué en cas de force majeure en fonction de la météo, de l'état du manteau neigeux, du nombre et/ou du niveau des participants. Dans tous les cas, ayez confiance car ces éventuelles modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et/ou votre confort...

### Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : 1 rue du Général Fiorella 20 000 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 15 rue Charles de Gaulle 09100 Pamiers Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 68 37 64 - Fax : +33 (0)5 61 68 25 83

## Quelques précisions

### Niveau

600 à 800m de dénivelé positif (1 journée à 1100m) et 6h de marche effective (1 journée de 7h).

### Prix

- Du 01/01/2008 au 31/12/2008 : Prix / personne 530 €

### **Le prix comprend :**

- L'encadrement
- L'hébergement en pension complète
- Les transferts et le transport de bagages, comme prévu au programme
- Une séance de remise en forme dans le centre thermal de Vernet

### **Le prix ne comprend pas :**

- Les boissons et dépenses personnelles
- Les assurances
- Les éventuelles visites non prévues au programme

### Encadrement

Accompagnateur en montagne diplômé d'Etat.

### Portage

Uniquement les affaires de la journée et le pique-nique. Le reste des bagages sera acheminé par des transporteurs qui effectueront également les navettes prévues.

### Hébergement/nourriture

#### **Hébergement :**

2 nuits en gîte confortable, 2 nuits en refuge gardé et 2 nuits en hôtel (dont 1 nuit en hôtel\*\* avec centre thermal de remise en forme).

Prévoir un drap de sac pour les nuits en gîte et refuge.

#### **Nourriture :**

Petit-déjeuners et dîners sont pris dans les hébergements.

Les pique-niques du midi du midi seront préparés par vos hôtes du jour et pris sur le terrain.

### Début/fin

Début : Le dimanche à 8h30, en gare SNCF de Villefranche-de-Conflent (66).

Fin : Le samedi vers 10h00, en gare SNCF de Villefranche-de-Conflent (66).

### Organisation

Nous nous chargeons de toute l'organisation en partenariat avec une structure locale : réservations de vos hébergements sur le séjour, de vos transferts comme marqué sur votre programme ainsi que de l'encadrement des randonnées par un accompagnateur diplômé.

### Dates

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : 1 rue du Général Fiorella 20 000 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 15 rue Charles de Gaulle 09100 Pamiers Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 68 37 64 - Fax : +33 (0)5 61 68 25 83

Du 01/06/2008 au 07/06/2008  
Du 15/06/2008 au 21/06/2008  
Du 06/07/2008 au 12/07/2008  
Du 13/07/2008 au 19/07/2008  
Du 20/07/2008 au 26/07/2008  
Du 03/08/2008 au 09/08/2008  
Du 10/08/2008 au 16/08/2008  
Du 17/08/2008 au 23/08/2008  
Du 24/08/2008 au 30/08/2008  
Du 07/09/2008 au 13/09/2008  
Du 14/09/2008 au 20/09/2008

### **Nombre de participants**

A partir de 5 jusqu'à 12 personnes

### **Accès**

Gare SNCF Villefranche-de-Conflent (66).

### **Bibliographie**

- L'histoire des catalans, de M.Bouille&Colomer. Ed Milan
- Le canigou, montagne sacrée, de Joseph Ribas
- Pyrénées Magazine, n° 4. Ed. Milan Presse

### **Cartographie :**

Carte 1/50000ème. IGN 10 Canigou. Rando Editions

### **Infos pratiques**

#### **ACCES :**

- En train : Gare SNCF de Villefranche-de-Conflent (66).

Pour de plus amples renseignements concernant les horaires et tarifs : [www.voyages-sncf.com](http://www.voyages-sncf.com) ou 36 35 par téléphone.

- En voiture :

Depuis Narbonne, suivre la RN 9 ou l'autoroute A9 jusqu'à Perpignan (sortie Perpignan Nord), puis prendre la RN 116 direction Prades/Andorre.

Nous vous conseillons de garer votre véhicule à l'hôtel Les Sources à Vernet-les-Bains (dernier hébergement du séjour) - nous prévenir avant le départ.

#### **VOUS ARRIVEZ LA VEILLE :**

Il est impératif de réserver à l'avance votre hébergement.

- A Prades : Hôtel Hexagone\*\* Tel : 04 68 05 31 31
- A Vernet les Bains : Hôtel Les Sources\*\* Tel : 04 68 05 52 84

### **A emporter dans vos bagages**

#### **Liste non exhaustive :**

- 1 sac à dos pour les affaires de la journée (pull, vêtement de pluie, le pique-nique et une gourde d'eau, appareil

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : [info@tour-aventure.com](mailto:info@tour-aventure.com) - Web site : [www.tour-aventure.com](http://www.tour-aventure.com)

Corse - Sardaigne : 1 rue du Général Fiorella 20 000 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 15 rue Charles de Gaulle 09100 Pamiers Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 68 37 64 - Fax : +33 (0)5 61 68 25 83

photo...) 30 l minimum (mais un sac de 50 l peu rempli est toujours plus anatomique)

- 1 drap cousu ou "sac à viande"
  - 1 paire de chaussures de marche montantes, type randonnée déjà rodées
  - 1 short, un maillot et une serviette de bain
  - 1 anorak (période d'avant saison) ou veste coupe-vent (type goretex) + fourrure polaire, poncho ou ciré
  - 1 pantalon ample (toile ou jogging), un pull de laine ou fourrure polaire
  - plusieurs paires de chaussettes et sous-vêtements
  - des lunettes de soleil, crème solaire, chapeau, crème labiale
  - 1 paire de tennis, un survêtement ou vêtement ample pour le soir
  - 1 gourde d'un litre minimum, une boîte hermétique type Tupperware, quart (gobelet plastique) et des couverts
  - 1 pharmacie personnelle (gaze, élastoplast, antalgique...), une pharmacie de première urgence est transportée par l'accompagnateur
  - 1 sac de voyage pour les affaires qui vous suivent au cours de la semaine (10 kg maximum)
- Et pourquoi pas un bon roman, votre appareil photo ou jumelles si vous avez...

#### **PRATIQUE :**

Si vous habitez une région à la gastronomie réputée (ou non), pourquoi ne pas apporter un échantillon de votre terroir à déguster ensemble !

Avant le départ, veuillez nous signaler tout renseignement important pour le bon déroulement de votre séjour (régime alimentaire spécifique, allergies...).

#### **A votre service**

Toute l'équipe de Tour Aventure est à votre disposition pour la bonne réalisation de votre voyage, alors n'hésitez pas à nous contacter : nous ferons tout pour que votre séjour soit une réussite.

#### Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : 1 rue du Général Fiorella 20 000 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 15 rue Charles de Gaulle 09100 Pamiers Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 68 37 64 - Fax : +33 (0)5 61 68 25 83