DÉCOUVERTE DE LA COSTA BRAVA, EN ÉTOILE

Randonnées accompagnées en étoile et en hôtel 3*

Séjour 6 jours, 5 nuits, 5 jours de marche

Un superbe séjour pour admirer et découvrir tout en douceur la belle et douce Costa Brava.
Ici la nature a su avec délicatesse, marier le vert intense des pinèdes et la douceur du sable doré avec le bleu azur de la mer.
Le caractère sauvage de ces chemins côtiers et de ces criques discrètes garantira aux randonneurs, des paysages insoupçonnés !
Sur ces magnifiques chemins de ronde, quelques pins accrochés aux parois se pencheront doucement, pour vous offrir d'agréables petits coins ombragés.
Une belle destination soleil d'hiver !

PROGRAMME

Jour 1 : PERPIGNAN - PALLS
Accueil à Perpignan, puis transfert sur la Costa Brava.
Dépose des bagages à l'hôtel et court transfert au village de Pals. Petite randonnée à travers de belles rizières.
Possibilité de baignade selon la période.
Repas et nuit en hôtel
Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique
4h de randonnée, dénivelé positif de 250 m

Jour 2 : LES CALANQUES D'ESTARTIT
Au départ de l'Estartit, nous cheminerons dans les calas vierges et secrètes aux reflets turquoise. Les sentiers côtiers du massif de Montgri nous amènerons à la découverte, des Iles Medes (classées en réserve naturelle). Les embruns se mêleront aux douces odeurs des pins, nous transportant au cœur même de la Costa Brava sauvage.
Repas et nuit en hôtel
Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique
5h de randonnée, dénivelé positifet négatif de 400 m

Jour 3 : LE CHÂTEAU DE SAINTE CATHERINE
Nous commencerons par découvrir les paysages du Parc Naturel de Montgri : la Montanya de Santa Caterina.
Ce magnifique belvédère sur toute la Costa Brava au milieu des dunes et d'une immense pinède, nous offrira un superbe panorama à 360°, de Girona jusqu'aux Pyrénées.
Repas et nuit en hôtel
Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique
5h de randonnée, dénivelé positif et négatif de 450 m

Jour 4 : CRIQUES AUTOUR DE BÉGUR
Court transfert au village de Bégur.
Les baies et les belles criques se succéderont nous offrant de superbes paysages aux couleurs méditerranéennes et retour par la calanque de Sa Tuna.
Repas et nuit en hôtel
Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique
5h de randonnée, dénivelé positif et négatif de 400 m

Jour 5 : DE CALELLA AU CAP ROIG PAR LES CALANQUES
En direction du Cap Roig, nous irons dans un des massifs les plus sauvages de la Costa où culmine le Puig del Terme. Pour cette dernière matinée, nous vous réservons un itinéraire sur le littoral débouchant sur la somptueuse Cala Estreta et sa playa, plongeant dans les reflets turquoise de la mer…elle vous invitera, à coup sûr à la baignade !
Repas et nuit en hôtel
Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique
5h de marche, dénivelé positif et négatif de 380 m

Jour 6 : FIN DU SÉJOUR ET RETOUR
Fin du séjour après le petit déjeuner et retour sur Perpignan.

COMPLEMENT DE PROGRAMME

- Indépendamment de sa volonté, votre guide peut être amené à modifier quelque peu les itinéraires indiqués en fonction des conditions météorologiques, du niveau et de la forme des participants ou d'autres impondérables.
- Les durées de nos randonnées sont données à titre indicatif. Elles peuvent varier en fonction de plusieurs éléments lors du déroulé de notre séjour (niveau des participants, météo, état du terrain, etc.…). Les durées de transfert peuvent aussi fluctuer en fonction des conditions climatiques et de l'état des routes.
- La baignade est possible en cours d'étape ou en fin de journée. Ce serait dommage de ne pas en profiter. Nous soulignons cependant que les accompagnateurs de montagne ne sont pas maîtres-nageurs ; ces baignades se font donc sous votre responsabilité.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Départ le jour 1 vers 9h00 à gare SNCF de Perpignan, côté Place Salvador Dali.

Arrivée en train : Gare d'accueil : Perpignan (66).
Horaires et tarifs : Tél. 36 35 ou https://www.sncf-connect.com/

Arrivée en voiture
En voiture jusqu'à Perpignan : depuis Narbonne, suivre la RN 9 ou l'autoroute A9 jusqu'à Perpignan (sortie Perpignan Nord), puis prendre la direction gare SNCF.
Parking privé avec tarif spécial pour les randonneurs de 42€ la semaine (Tél. 06 71 25 38 42) au 9 carrer Frederic Valette à côté de la gare. Réserver impérativement par téléphone.

En voiture jusqu'à l'hôtel : l'hôtel possède un parking payant 65€ la semaine. Sinon, places gratuites à l'extérieur de l'hôtel.

DISPERSION

Le jour 6 suivant vers 11h00 à la gare SNCF de Perpignan.

HEBERGEMENT AVANT OU APRES LA RANDONNEE

SI VOUS ARRIVEZ LA VEILLE :
Il est impératif de réserver à l'avance votre hébergement.
Si vous arrivez en train : à Perpignan, hôtel Balladins (face à la gare) Tel : 04 68 28 11 11

Si vous arrivez en voiture : à Rivesaltes, près du péage de Perpignan Nord, hôtel Kyriad
Tel : 04 68 64 68 68

FORMALITES

Durant le séjour, vous devez être en possession de votre carte d'identité en cours de validité ou passeport, de votre carte vitale, du numéro de contrat et numéro de téléphone de votre assurance personnelle (en cas de non souscription à notre assurance).
Il est possible de voyager dans ce pays de l'Union Européenne, sans passeport, avec une carte nationale d'identité.

SANTÉ : Aucun certificat de vaccination n'est exigé pour les voyageurs. Cependant, nous recommandons d'être à jour de ses vaccinations.
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 au plus tard 15 jours avant votre départ.
Très pratique en cas de souci pour l'avance de frais pour les soins dans les pays européens.

NIVEAU
2 CHAUSSURES
Pour marcheurs pratiquant déjà la randonnée, avec des dénivelés positifs d'environ 400 mètres.
Étapes de 4 à 5h en moyenne sur sentier côtier, bien tracé et entretenu ou sur les plages de sable.
Sans aucune difficulté sur tout le circuit.

HEBERGEMENT
En hôtel 3* confortable, en formule chambre Twin (2 personnes) ou Single.

RESTAURATION
En pension complète
- Le petit déjeuner est proposé sous forme d'un buffet continental (boissons chaudes et froides, pains, viennoiseries, gâteaux, céréales, yaourts, charcuteries, fromage et fruits…)
- Les pique-niques sont préparés par votre accompagnateur sous forme de salades composées à base de produits locaux. Equilibrées et variées, elles sont complétées par du fromage, un fruit et une gourmandise chocolatée.
(Le pique-nique n'est pas compris pour les personnes ne désirant pas participer à une journée de randonnée)
- Le repas du soir est composé généralement d'une entrée, d'un plat principal et d'un dessert.
Pour ce forfait, les boissons restent à votre charge.
Merci de nous signaler toute allergie ou restriction alimentaire.

ENCADREMENT
Par un accompagnateur en montagne diplômé connaissant bien le pays, le massif et les parcours.
Professionnel enthousiaste, il sera à même de vous faire partager ses connaissances et son engouement pour le milieu naturel et ceci en toute sécurité. Sa passion du métier l'engage à s'adapter aux conditions météorologiques, aux contraintes du terrain et autres aléas, à gérer le rythme et la condition physique de chacun, tout en restant disponible.

GROUPE
Groupe constitué de 5 personnes minimum à 14 personnes maximum.

TRANSFERTS INTERNES
En minibus pour les transferts France - Espagne A/R
Courts transferts journaliers
Nos minibus permettent de transporter 8 personnes + le guide. Notre groupe pourra se composer de 14 personnes au maximum et dans ce cas, nous proposerons aux derniers inscrits de circuler durant toute la semaine, avec leur véhicule personnel. De ce fait, un défraiement leur sera attribué (**- 50 € que pour le conducteur**)
Aucun risque de laisser les véhicules aux départs des randonnées, pour la journée.

De plus, pour ceux qui souhaitent se rendre en Espagne pendant le séjour avec leur voiture ou après le séjour, sachez qu'il est obligatoire d'avoir dans son véhicule :

- **2 triangles de signalisation**
- **1 gilet de signalisation réfléchissant**

PORTAGE DES BAGAGES

Portage de vos affaires personnelles et du pique-nique de la journée.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Vous trouverez cet équipement dans les magasins de notre partenaire :
www.auvieuxcampeur.fr

Pour l'hôtel

• Un sac de voyage ou une valise pour vos affaires des 6 jours
• Vos affaires de rechange
• Une trousse de toilettes
• Un maillot de bain
• Une paire de chaussures légères pour le soir
• Pour les lunettes de vue, pensez à prendre une paire de rechange.

Équipement vestimentaire pour la randonnée

La technique des 3 couches permet de rester au chaud et au sec.
1. Couche respirante
2. Couche isolante
3. Couche protectrice

Pour appliquer cette méthode, il vous faut
• Tee-shirts manches longues ou courtes et respirants (pas de coton)
• Veste ou sweat polaire type Polartec
• Gilet sans manche coupe-vent
• Veste imperméable, respirante et coupe-vent avec capuche. (Le Gore-tex reste le matériau de référence)
• Un pantalon de randonnée léger et stretch ou un pantalon transformable
• Un short
• Paires de chaussettes semi montantes ou basses
• Casquette

Pour la randonnée

• Un sac à dos de 30/40 litres avec une ceinture ventrale
• Bâtons de marche
• Une housse de protection du sac à dos (souvent intégrée dans celui-ci)
• Une paire de chaussures imperméables avec un bon maintien de la cheville
• Une pochette étanche pour vos papiers, téléphone etc…
• Une poche plastifiée pour protéger vos affaires à l'intérieur du sac à dos
• Protection solaire (crème et stick à lèvres)
• Lunettes de soleil catégorie 2, 3 ou 4
• Une boîte avec un couvercle hermétique (type Tupperware) pour le pique-nique
• Couverts, couteau et gobelet
• Une gourde
• Petit tapis de sol (pour vous asseoir pendant la pause déjeuner)
• Papier toilette avec une petite poche (pour ne pas le laisser dans la nature)
• Couverture de survie
• Une paire de lacets de rechange.

Une petite pharmacie personnelle (votre guide a une pharmacie pour le groupe)
• Vos médicaments si traitement

• Médicament antalgique (douleurs et fièvre), anti diarrhéique, anti-inflammatoire et un antispasmodique
• Pansements et double peau type Compeed

Pour la baignade
• Un maillot de bain
• Une serviette
• Masque ou lunettes de plongée et tuba

SAVOIR VIVRE ET RESPECT DE L'ENVIRONNEMENT :
Quelques règles de bonne conduite à connaître :
- Ne laisser aucun déchet errer dans la montagne, emportez toujours vos poubelles jusqu'à votre hébergement.
- Respecter les fleurs sauvages, ne pas les cueillir. Préférer les photographier ou les dessiner.

DATES ET PRIX

Du dimanche au vendredi
19/04 au 24/04/2026
03/05 au 08/05/2026
17/05 au 22/05/2026
31/05 au 05/06/2026
12/07 au 17/07/2026
26/07 au 31/08/2026
06/09 au 11/09/2026
20/09 au 25/09/2026
04/10 au 09/10/2026
18/10 au 23/10/2026
01/11 au 06/11/2026
15/11 au 20/11/2026

Basse saison (BS) : mars, avril, mai, octobre et novembre
Haute saison (HS) : juin, juillet, aout et septembre

TARIFS :
865 € par personne en basse saison (BS)
915 € par personne en haute saison (HS)

Supplément Single (BS) : **+ 200 €**
Supplément Single (HS) : **+ 240 €**

Tarif Nuit supplémentaire en demi-pension en Twin (BS) : **75 €** par personne
Tarif Nuit supplémentaire en demi-pension en Twin (HS) : **85 €** par personne

Tarif Nuit supplémentaire en demi-pension en Single (BS) : **95 €** par personne
Tarif Nuit supplémentaire en demi-pension en Single (HS) : **105 €** par personne

LE PRIX COMPREND

- L'encadrement par un accompagnateur en montagne,
- La taxe de séjour,
- Le transfert depuis la gare de Perpignan, aller / retour,
- L'hébergement en pension complète en hôtel, du midi du jour 1 à midi au jour 6 au matin.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les boissons avant, pendant et après les repas,
- Les assurances,
- Tout ce qui n'est pas indiqué dans "Le prix comprend".

POURBOIRES :
Aujourd'hui, le pourboire est généralement facultatif et est laissé à votre libre appréciation, selon votre satisfaction à la fin de votre voyage.
Il est d'usage de donner un pourboire à votre guide et à l'équipe locale. Il doit être adapté en fonction du niveau de vie du pays et de la durée de votre voyage. C'est un geste symbolique qui récompense une prestation de qualité par rapport à la prestation reçue.

POUR EN SAVOIR PLUS

TERRITOIRE ET CULTURE
Informations générales

Les Iles Medes :
Ces îles ont suscité un vif intérêt depuis la nuit des temps. D'abord les grecs puis les romains.
Au Moyen Âge, la position stratégique de ces îles en fit une position militaire pour contrôler le commerce maritime de la côte catalane, entre le Cap Creus et le Cap Bégur. D'importantes batailles navales ont eu lieu dans les eaux des îles Medes. De plus, leur situation à proximité de la côte et leur relief élevé, réunissaient les conditions idéales pour en faire une forteresse. Ces iles jouèrent un rôle décisif contre la piraterie au XV ième et XVI ième siècle. Même Barberousse aurait séjourné sur ces îles.
De nos jours, elles constituent un espace protégé d'un grand intérêt écologique. La protection de ces îles a été proclamée en 1983. Puis en 1990, une loi vit le jour sur la conservation de la flore et de la faune des fonds marins.

La Costa Brava, pays des couleurs !
Toutes ces couleurs reflètent la richesse et la diversité de la Costa Brava, de ses habitants, de son histoire et de son patrimoine. Du bleu intense des criques sauvages au vert profond des forêts de pins qui caressent les vagues ensoleillées, telle est le paysage de la Costa Brava.

La Sierra de Montgri nous conduit jusqu'au château du même nom (1294-1301), planifié par le monarque Jaume II pour effrayer les comtes belliqueux d'Empuriès, qui nous offra une vue exceptionnelle sur toute la plaine, les Pyrénées et les îles Medes.
La zone marécageuse autour du fleuve Ter abrite encore de nos jours des rizières ; au XVIII, ce fut l'une des régions les plus productives d'Europe et qui offrait de surcroît un riz d'une qualité exceptionnelle.
Le Cap Bégur quant à lui est sûrement le petit paradis de la Costa Brava. En effet, vous êtes dans un environnement exceptionnel composé de forêts de pins, avec un habitat disséminé et discret, des chemins de ronde en balcon donnant sur la mer et des petits villages de pêcheurs perdus dans des criques…
Calella de Palfrugell est un agréable petit port aux ruelles étroites donnant sur des arcades directement aux plages de sable…

Bref, une découverte riche en couleur qui vous offrira des points de vue grandioses sur cette belle côte Catalane…

INSCRIPTION, ANNULATION & ASSURANCES

INSCRIPTION

En ligne sur notre site internet www.espace-evasion.com , ou en renvoyant la fiche d'inscription signée et un acompte de 30%, vous recevrez alors une confirmation d'inscription.
Inscription à plus de 22 jours du départ : aucun frais de dossier
Inscription entre 21 jours et 8 jours du départ : frais de dossier : 10 € (20 € pour les voyages et les séjours en liberté)
Inscription à moins de 8 jours du départ : frais de dossier : 20 € (30 € pour les voyages et les séjours en liberté) (le paiement doit être obligatoirement effectué par carte de crédit)

ANNULATION

ANNULATION De notre part :

ESPACE EVASION se réserve le droit d'annuler un séjour en cas d'insuffisance de participants (6 minimum, sauf cas particuliers précisés) ou par suite de conditions particulières qui risqueraient de compromettre le bon déroulement du séjour.
En cas d'insuffisance de participants, ceux-ci seront prévenus dans un délai minimum de 14 jours. Il vous sera proposé plusieurs solutions de remplacement. Si aucune solution ne vous convient, vous serez remboursé intégralement.

ANNULATION De votre part :

En cas de désistement de votre part (sauf si vous trouvez un remplaçant), les frais d'annulation à votre charge sont les suivants (la date prise en compte est celle à laquelle ESPACE EVASION a pris connaissance du désistement) :

Dans le cas général.
- Jusqu'à 31 jours du départ : 10 % du montant du séjour, avec un minimum de 30 €.
- Entre 30 et 21 jours : 35 % du montant du séjour.
- Entre 20 et 14 jours : 50 % du montant du séjour.
- Entre 13 et 2 jours : 75 % du montant du séjour.
- A moins de 2 jours du départ : 100 % du montant du séjour.

Dans le **cas particulier** de séjour incluant l'émission d'un billet d'avion non remboursable ou l'affrêtement d'un bateau.
De 90 à 45 jours avant le départ : 1 000 €
De 44 à 31 jours avant le départ : 60 % du montant du séjour
A 30 jours et moins du départ : 100 % du montant du séjour

Pour les **groupes constitués** auxquels il est proposé un tarif par personne, le désistement d'une partie seulement des participants entrainera une modification du tarif pour les autres participants, ou sera soumise à des frais d'annulation de 100% quelque-soit la date de l'annulation.

Pour la prise en charge de ces frais, nous vous conseillons vivement de souscrire une assurance annulation. L'assurance n'entre en vigueur que si votre voyage est soldé.

Tout participant abrégeant un séjour, ne respectant pas les lieux, dates ou heures de rendez-vous, ne pourra prétendre à aucun remboursement, de même qu'une exclusion décidée par votre accompagnateur, pour niveau insuffisant ou non-respect des consignes de sécurité.

ASSURANCES ANNULATION, FRAIS DE RECHERCHE ET SECOURS, ASSISTANCE - RAPATRIEMENT- INTERRUPTION

Nous vous proposons trois formules d'assurances au choix :

- **Assurance Annulation + Assurance Bagages + extension Epidémies (3,4 %** du montant du séjour avec un **minimum de 4 €/**personne).
- **Assurance Frais de Recherche et Secours + Assistance Rapatriement + extension Epidémies (2 %** du montant du séjour avec un **minimum de 4 €/**personne).
- **Assurance Multirisques Annulation + Assurance Bagages + Retard de transport, Frais de Recherche et Secours, Assistance Rapatriement, Interruption de Séjour + extension Epidémies (4.8 %** du montant du séjour avec un **minimum de 11 €/**personne).

Les garanties détaillées et les exclusions sont portées sur le fascicule : Annulation – Assistance Frais médicaux et Interruption de séjour et d'activités ASSURINCO MUTUAIDE Vagabondages contrat n° 4637 joint à votre confirmation d'inscription. Il est disponible sur www.espace-evasion.fr/telechargements ou sur simple demande. **Attention, ce contrat s'adresse uniquement aux personnes dont le domicile principal est situé en France ou en Europe.**

L'assurance Annulation

L'assurance entre en vigueur dès la souscription et si votre voyage est soldé. Les évènements garantis sont :

- L'annulation pour **motif médical** : maladie grave, accident corporel grave ou décès de vous-même, un membre de votre famille...
- L'annulation pour **causes dénommées** :

* Dommages graves ou vols dans locaux privés ou professionnel, convocation en tant que témoin ou juré d'assise, ..., une franchise de 30 € par personne est déduite par l'assureur.
* La mutation professionnelle, la suppression et la modification des dates de congés payés du fait de l'employeur, vol des papiers d'identité, ... (franchise de 100 € par personne).

- L'annulation **toutes causes justifiées** (franchise de 10 % du montant des frais d'annulation avec un minimum de 50 € par personne et 150 € par dossier).
- Assurance Bagages : plafond de 1500 €

Extension Epidémies :

- Annulation pour maladie en cas d'épidémie/pandémie, refus d'embarquement suite à prise de température, en cas d'absence de vaccination devenue obligatoire (franchise de 10 % du montant des frais d'annulation avec un minimum de 50 € par personne).

Les frais d'annulation restant à votre charge vous seront remboursés par l'assureur, déduction faite de franchise éventuelle, des frais de dossier, de visa, des taxes portuaires et aéroportuaires et du montant des assurances. Ils sont calculés en fonction de **la date de constatation médicale ou de l'événement qui entraîne l'annulation.**

Cas Particuliers concernant les voyages à l'étranger

Dans le cas d'un billet d'avion émis à l'avance, que ce soit à votre demande ou en raison de la politique de certaines compagnies aériennes pour certains types de tarif, il sera facturé des frais d'annulation égaux à 100 % du prix du billet, quelle que soit la date de l'annulation.

L'Assurance Frais de Recherche et Secours, Assistance Rapatriement

La garantie de l'assuré prend effet dès le départ du séjour et cesse lors du retour du voyage. Les évènements garantis par notre contrat souscrit pour vous auprès de Mutuaide Assistance sont :

- les frais de recherche et secours jusqu'à un plafond de 10 000 €,
- le rapatriement avec assistance en cas d'atteinte corporelle grave,
- les frais médicaux hors du pays de résidence,
- la prolongation de séjour (10 nuits maximum)

- l'avance de fonds à l'étranger,
- la prise en charge d'honoraires d'avocats à l'étranger jusqu'à un plafond de 5 000 €,
- la responsabilité civile vie privée à l'étranger
- ...

Extension Epidémies :
Frais hôteliers suite à mise en quarantaine (80 €/nuit – maxi 14 nuits)
Soutien psychologique suite à mise en quarantaine
Frais médicaux sur place
Retour impossible suite à vol annulé par autorités ou compagnie aérienne (1000 €)
Frais hôteliers suite retour impossible (80 €/nuit – maxi 14 nuits)

L'Assurance Multirisques
Cette assurance reprend les garanties des assurances annulation et assistance rapatriement, elle est complétée par deux garanties :

Interruption de séjour : uniquement disponible dans la formule multirisques à 4.8 %.
La garantie de l'assuré prend effet dès le départ du séjour et cesse lors du retour du voyage.

Les évènements garantis sont :
- l'interruption de séjour jusqu'à un plafond de 30 000 € par évènement, ou d'activité 100 € par jour (maximum 3 Jours)

Retard de transport : uniquement disponible dans la formule multirisques à 4.8 %.
Si vous avez subi un retard de transport plus de 4 heures (avion, train, bateau), une indemnité avec plafond de 50 € par personne pour un retard de 4 à 8 h, de 100 € par personne pour un retard supérieur à 8 heures

Les indemnités sont cumulables si le retard est subi par le trajet aller, le trajet retour ou un trajet pendant le voyage.

Nous déclinons toute responsabilité en cas de difficulté avec votre assisteur si ces prestations ne couvrent pas les conditions ou les activités du voyage. Si des frais supplémentaires sont exposés de ce fait pour votre retour, nous nous réservons le droit de vous les facturer.
Pour les **séjours à l'étranger**, les participants possédant une assistance rapatriement personnelle devront remplir un formulaire et nous **fournir une attestation** de leur assurance.
Il est notamment important de vérifier que votre destination ne fait pas partie des pays exclus.
Vérifiez notamment que vous possédez une **garantie « frais de recherche et secours »** avec un plafond suffisamment élevé. En particulier, les assurances des cartes bancaires couvrent l'assistance-rapatriement, mais les assurances des cartes bancaires de base (et certaines cartes bancaires haut de gamme) ne possèdent pas de garantie «frais de recherche et secours».

ESPACE EVASION
Agence de Voyages – IM.074.10.0036
Garantie financière : Groupama – 5, rue du Centre - 93199 NOISY LE GRAND Cedex
Assurance responsabilité civile professionnelle : n°AU460941 - GENERALI –
BP 7 – 38530 CHAPAREILLAN