

Les Pyrénées catalanes

Pays des lacs et du soleil ...

DATES DU SÉJOUR

Du 07/07 au 13/07/24

Séjour de 7 Jours / 6 Nuits

Prix : 890€



DESCRIPTIF DU SÉJOUR

C'est à l'Est de la chaîne, dans les Pyrénées Catalanes que nous vous attendons pour une semaine de dépaysement, de grands espaces et de bonne humeur. Ce fier pays, qui est le mien, est une terre riche de son histoire, de ses habitants, de son patrimoine, de sa nature ; un endroit rêvé pour un séjour de randonnée. Ce territoire, tourné à la fois vers l'Espagne, la Catalogne et la France, concentre ce que le massif peut avoir de plus beau : une multitude de lacs, des belles forêts de pins, de fiers sommets, des panoramas grandioses, des gorges impressionnantes... Au fil des jours, nous découvrirons des sites classés exceptionnels : celui des « Bouillouses », avec son Chalet historique des « Bones Hores » où nous passerons deux nuits ; celui des « Camporells », littéralement « le champ des rois » et son refuge gardé où les levers de soleil sur le pic Péric sont inoubliables. Nous gravirons peut-être quelques sommets, comme le Carlit, seigneur de ses lieux qui culmine à 2921m. Pour profiter pleinement des lieux, pour vivre les ambiances incomparables des débuts ou des fins de journée en altitude, nous dormirons les trois premières nuits en montagne, dans un Chalet confortable puis dans un refuge gardé, où nous pourrions admirer, le soir venu, des fabuleux ciels étoilés. Nous aurons aussi l'occasion de croiser de magnifiques villages comme celui de Mont-Louis, ville fortifiée, construite au XVIIIème siècle par Vauban où nous passerons la fin de semaine, dans un hôtel*** confortable et pourvu d'un bel espace balnéo qui sera sans nul doute très apprécié. A coup sûr une semaine riche, variée et pleine d'émerveillement !

POINTS FORTS

- ❖ Des espaces de randonnée sauvages et accessibles
- ❖ Des panoramas grandioses et l'ascension possible du pic Carlit
- ❖ Un hébergement varié : 2 nuits en hôtel d'altitude, 1 nuit en refuge et 3 nuits en hôtel ***
- ❖ L'accès à l'espace « balnéothérapie » de l'hôtel
- ❖ Une nourriture à base de produits locaux aux saveurs catalanes
- ❖ Un accompagnateur expérimenté spécialiste de la région



AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne - 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY
04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1
IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Méiateur Tourisme et Voyage : MTV Médiation Tourisme Voyage - BP 80303 - 75823 Paris Cedex 17 - www.mtv.travel

PROGRAMME DU SÉJOUR

JOUR 1 : La vallée de la Têt et les étangs des « Esquits »

Rendez-vous à 9h en gare de Latour de Carol ou à 9h30 au parking de l'hôtel « Le Clos Cerdan » à Mont-Louis, en tenue de marche. Après avoir rassemblé et chargé les bagages que nous retrouverons le soir même, nous aurons un petit transfert jusqu'au Pla des Aveillans, point de départ de notre randonnée. De là, nous partirons sur un beau sentier qui longe la rivière principale du département, la Têt. Une première mise en jambe tout en douceur, très bucolique, en forêt, au bord d'un beau torrent. Ensuite, nous rejoindrons le mythique GR10 qui nous fera découvrir les 3 étangs des « Esquits » et qui nous mènera jusqu'au chalet refuge des « Bones Hores », au bord du grand lac des Bouillouses, à 2000 m d'altitude, où nous passerons les 2 premières nuits.

Temps de transfert 10 min

400 m de dénivelée positive - 50 m de dénivelée négative

12 km

4h30 heures de marche effective

Repas compris : Pique-nique tiré du sac et dîner à l'hôtel des « Bones Hores »

Nuit à l'hôtel « des Bones Hores »



AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne - 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY

04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1

IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Médiateur Tourisme et Voyage : MTV Médiation Tourisme Voyage - BP 80303 - 75823 Paris Cedex 17 - www.mtv.travel

JOUR 2 : Les lacs et le sommet du Carlit

Nous partons ce jour à la découverte des fabuleux lacs du Carlit, une belle boucle, de lacs en lacs, avec peut-être, pour ceux qui le souhaitent, l'objectif de gravir le plus haut sommet des Pyrénées-Orientales. Nous cheminerons progressivement au milieu d'une forêt d'altitude de pins à crochets au milieu de laquelle se nichent les premiers lacs. Puis nous nous élèverons progressivement pour atteindre le dernier étang de Soubirans, au pied du sommet. A partir de là, pour ceux qui le veulent, la montée sera plus soutenue et après quelques petits passages techniques, nous atteindrons le seigneur des lieux, le pic Carlit et ses 2921 m d'altitude. La descente s'effectuera par un vallon plus sauvage, loin du monde où nous rejoindrons d'autres lacs avant de revenir au point de départ, l'hôtel des « Bones Hores ».

650 m ou 900 m de dénivelée positive - 650 m ou - 900 m de dénivelée négative

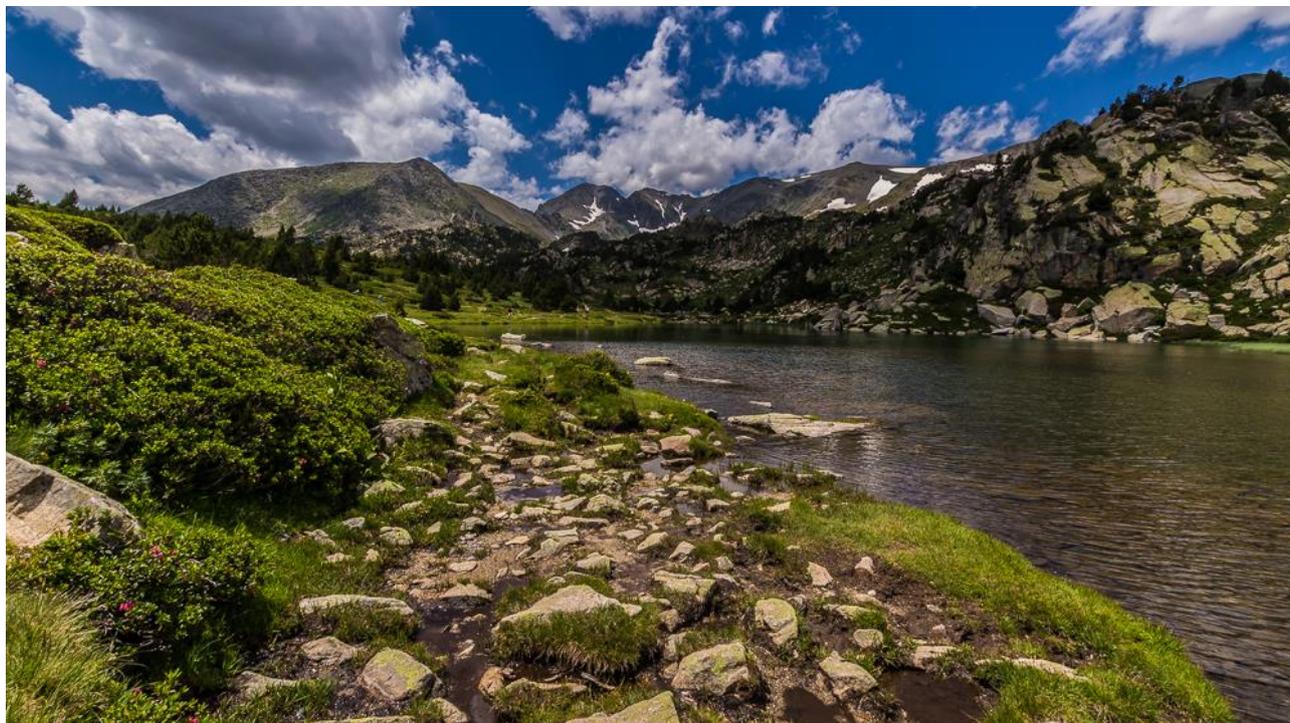
14 km

4h30 ou 6h heures de marche effective

Repas compris : Petit-déjeuner à l'hôtel « Les Bones Hores »

Pique-nique tiré du sac

Dîner et nuit à l'hôtel « Les Bones Hores »



AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne - 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY

04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1

IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Méiateur Tourisme et Voyage : MTV Médiation Tourisme Voyage - BP 80303 - 75823 Paris Cedex 17 - www.mtv.travel

JOUR 3 : La vallée de la Grave et les lacs des Camporells

Nous allons, pour ce jour, faire une belle traversée pour rejoindre le refuge des Camporells. Pour cela, on va d'abord longer, par le mythique GR10, le grand lac des Bouillouses qui nous accompagne depuis 2 jours et nous irons découvrir la très belle vallée glacière de la Grave avec les méandres d'un petit torrent de montagne. Nous monterons ensuite à l'étage supérieur où se trouvent les étangs de la Llose. Si l'envie nous prend, on pourra continuer jusqu'aux étangs bleus et au pic de la Cometa d'Espagne ... Rien que son nom donne envie de le gravir. Après une pause pique-nique agréable au bord de l'eau, nous traversons un bel « altiplano », une zone d'estive d'altitude où pâturent de nombreux troupeaux. Nous rejoindrons ensuite le site des « Camporells » où nous passerons la nuit dans le refuge gardé, à 2240 m d'altitude, au bord d'un lac et face au pic Péric.

400 m ou 700 m de dénivelée positive - 150 m ou - 450 m de dénivelée négative

12 ou 16 km

5 ou 7 heures de marche effective

Repas compris : Petit-déjeuner à l'hôtel « Les Bones Hores »

Pique-nique tiré du sac

Dîner et nuit au refuge gardé des Camporells



AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne - 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY

04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1

IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Méiateur Tourisme et Voyage : MTV Médiation Tourisme Voyage - BP 80303 - 75823 Paris Cedex 17 - www.mtv.travel

JOUR 4 : Le pic de Mortiers et la vallée du Galbe

Après avoir admiré les superbes lumières matinales sur le pic Péric, nous continuerons notre itinérance pour rejoindre le village d'Esposolla par la vallée du Galbe. Nous irons d'abord découvrir les lacs supérieurs des Camporells et nous gravirons, selon nos envies, le pic de Mortiers qui nous offrira un grand panorama sur les Pyrénées ariégeoise et l'ouest de la chaîne. La descente se fera par un cheminement agréable en crête, nous passerons ensuite prudemment devant l'étang du Diable... et nous finirons la journée par la vallée du Galbe qui nous amènera au petit village d'Esposolla où nous attendra notre bus pour rejoindre l'hôtel à Mont-Louis.

+400 m de dénivelée positive - 1000 m de dénivelée négative

16 km

6h heures de marche effective

Repas compris : Petit-déjeuner au refuge des Camporells

Pique-nique tiré du sac

Dîner et nuit à l'hôtel « Le Clos Cerdan » à Mont-Louis



AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne - 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY

04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1

IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Médiateur Tourisme et Voyage : MTV Médiation Tourisme Voyage - BP 80303 - 75823 Paris Cedex 17 - www.mtv.travel

JOUR 5 : Les gorges de La Carença

Transfert à Thuès, plus bas en altitude, un tout petit village dans la vallée de la Têt. Changement d'ambiance, nous retrouverons de belles forêts de feuillus, chênes, châtaigniers, hêtres... Et surtout, nous partirons à la découverte des gorges de la Carença, une magnifique entaille géologique, creusée au fil des temps dans la roche granitique par le torrent de montagne. Là, les hommes ont aménagé un sentier dans la falaise et le long de la rivière. Nous cheminerons donc en toute sécurité dans cet univers grandiose, le long des mains courantes, par-dessus les différentes passerelles... Sensations garanties !

Temps de transfert : 25 min

+450 m de dénivelée positive - 450 m de dénivelée négative

10 km

4h30 heures de marche effective

Repas compris : Petit-déjeuner à l'hôtel « Le Clos Cerdan »

Pique-nique tiré du sac

Dîner et nuit à l'hôtel « Le Clos Cerdan »



AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne - 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY

04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1

IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Médiateur Tourisme et Voyage : MTV Médiation Tourisme Voyage - BP 80303 - 75823 Paris Cedex 17 - www.mtv.travel

JOUR 6 : La vallée de la Balmette et ses étangs secrets

Transfert au lac de Balcère, au village des Angles. Nous commencerons cette journée par un beau sentier forestier, longeant parfois de petits ruisseaux, traversant quelques zones humides ... très bucolique. Nous atteindrons ensuite le lac de la Balmette où se reflètent les deux sommets des Pérics. Ensuite, nous irons louvoyer dans des vallons plus intimes pour trouver le petit étang du Boutassous. Une merveille, niché au creux d'une forêt, au milieu des rhododendrons ... un endroit propice à la baignade, la sieste ... Après cette pause dans cet écrin de verdure, nous continuerons par un joli balcon qui nous offrira des beaux panoramas sur le lac des Bouillouses et le massif du Carlit. Nous passerons au lac d'Aude, source d'un fleuve qui traverse le département du même nom et nous finirons notre dernière descente, en douceur, alternant forêt et zone de pâture.

Temps de transfert : 30 min

+450 m de dénivelée positive - 400 m de dénivelée négative

12 km

4h30 heures de marche effective

Repas compris : Petit-déjeuner à l'hôtel « Le Clos Cerdan »

Pique-nique tiré du sac

Dîner et nuit à l'hôtel « Le Clos Cerdan »



AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne - 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY

04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1

IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Médiateur Tourisme et Voyage : MTV Médiation Tourisme Voyage - BP 80303 - 75823 Paris Cedex 17 - www.mtv.travel

JOUR 7 : Fin du séjour à 9h.

Transfert et dispersion vers 10h à la gare de Latour de Carol, après le petit déjeuner ou
Départ direct de l'hôtel

Ce programme peut être modifié à tout moment par le professionnel encadrant notamment en fonction des conditions climatiques, des aptitudes physiques et techniques des participants, de la disponibilité des hébergements ou tout autre événement inattendu. En dernier ressort, il reste seul juge du programme.

ACCUEIL

Le Jour 1, rendez-vous à la gare SNCF de Latour de Carol à 9h00.

ou

directement à l'hôtel « Le Clos Cerdan » à Mont-Louis à 9h30.

DISPERSION

Le Jour 7, à la gare SNCF de Latour de Carol à 10h.

ou

Départ de Mont-Louis à 9h30.

ENCADREMENT DU SÉJOUR

Olivier ERRE, Accompagnateur en montagne diplômé spécialiste de la région.

Tel : 06 82 38 93 12

Mail : crapahuteur.pyrenee@laposte.net

NOMBRE DE PARTICIPANTS

Nombre de participants minimum : 8 personnes

Nombre de participants maximum : 15 personnes

NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Niveau de difficulté correspond à une cotation standard de 2 chaussures, pouvant être de 3 chaussures les jours où nous effectuons l'ascension d'un sommet (facultatif)

Les randonnées équivalent à un temps de marche effectif de 5 à 6 heures par jour, avec une dénivelée allant de 500 à 700m en moyenne, sur des chemins de montagne balisés et sur des sentiers non-balisés pour les parties finales des ascensions. Il faut être habitué à marcher et il faut avoir une bonne condition physique pour pouvoir pleinement profiter des randonnées sans trop de peine et pouvoir enchaîner les journées de marche.

HÉBERGEMENT / RESTAURATION

Type d'hébergement et catégorie :

Hôtel de montagne « Les Bones Hores »

Refuge gardé des « Camporells »

Hôtel *** « Le Clos Cerdan » à Mont-Louis.

Nous serons logés dans 3 hébergements différents :

- A l'hôtel des « Bones Hores », un Chalet-Hôtel à 2000m d'altitude, au bord du lac des Bouillouses, dans des chambres de 3 ou 4 personnes, avec salle de bain. Il faudra prendre un drap de sac et une serviette (fonctionnement refuge). Nos bagages seront sur place.
- Au refuge gardé des Camporells, en dortoir de 20 personnes. (Toilettes sèches et pas de douches)
- A l'hôtel *** « Le Clos Cerdan », avec espace balnéo, à Mont-Louis.

Type de chambre pour le séjour : Chambre 2 ou 3 personnes, dortoir de refuge et chambre double ou simple avec supplément, avec toilettes et salle d'eau dans chaque chambre.

Services inclus : draps, couvertures et le linge de toilette en hôtel et uniquement les couvertes en refuge et en hôtel de montagne.

Séjour en pension complète : Les petits déjeuners, les pique-niques et les repas du soir seront préparés avec soin par nos différents hôtes. Ils sauront nous régaler de leurs différentes recettes aux saveurs catalanes. Le vin est compris dans les repas.

Les midis, nous aurons un pique-nique tiré du sac, préparé par les hébergeurs.

Hôtel de montagne les « Bones Hores »



AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne - 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY

04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1

IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Médiateur Tourisme et Voyage : MTV Médiation Tourisme Voyage - BP 80303 - 75823 Paris Cedex 17 - www.mtv.travel

Refuge des « Camporells »



Hôtel *** « Le Clos Cerdan »



AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne - 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY
04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1
IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Médiateur Tourisme et Voyage : MTV Médiation Tourisme Voyage - BP 80303 - 75823 Paris Cedex 17 - www.mtv.travel

TRANSFERTS INTERNES

J1 : transfert de 10 minutes depuis Mont-louis pour rejoindre le départ du J1.

J4 : transfert de 30 minutes en fin de journée pour aller à l'hôtel de Mont-Louis.

J5 : transferts de 20 minutes (aller et retour).

J6 : transferts de 15 minutes (aller et retour).

PORTAGE DES BAGAGES

Il n'y aura pas de portage de bagage, ils seront à l'hôtel des « Bones Hores » et à l'hôtel du Clos Cerdan les 3 dernières nuits. Seul le J3 nous n'aurons pas nos bagages au refuge gardé des Camporells, il faudra donc porter un petit nécessaire de toilette et un petit « rechange pour le soir.

LE PRIX de 890,00 € COMPREND

- L'encadrement par un Accompagnateur en Montagne diplômé d'état, spécialiste de la région.
- L'hébergement en « hôtel de montagne », refuge et hôtel *** en chambre 2 ou 3 personnes, en dortoirs de refuge et en chambre double (draps, couvertures et linge de toilette fournis) ou en chambre simple (avec supplément)
- La pension complète, vin compris, du dîner du Jour 1 au petit déjeuner du jour 7.
- L'accès à l'espace de Balnéothérapie les 3 derniers soirs.
- Les transferts durant le séjour.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le déplacement aller/retour de votre domicile au point d'accueil et de dispersion du séjour
- Les boissons et les achats personnels
- Les assurances
- Les frais de dossier AEMV 15€ par dossier
- Et tout ce qui n'est pas mentionné dans la rubrique « le prix comprend ».

ÉQUIPEMENT ET MATÉRIEL INDIVIDUEL A PRÉVOIR

LES VETEMENTS

- 1 chapeau, ou casquette, ou foulard
- 1 bonnet, ou bandeau en polaire et/ou un tour de cou
- 1 paire de gants légers
- 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)
- des chaussettes de randonnée (au moins 1 paire tous les 2 jours) à bouclettes, en synthétique
- des vêtements et chaussures confortables pour le soir

LES CHAUSSURES

- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et à semelle type "Vibram".
À éprouver impérativement avant votre séjour.

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 sur-sac
- 1 pochette étanche avec : votre contrat d'assistance, vos papiers d'identité, carte vitale et tout autre document.
- 1 parapluie solide et léger (facultatif mais très utile en cas de pluie)
- 1 paire de bâtons (facultatif)
- 1 paire de lunettes de soleil de bonne qualité + 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 ou une simple bouteille en plastique
- 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 Tuperwear (impératif même s'il peut arriver qu'elle ne serve pas)
- Un drap de sac ou « sac à viande » pour les nuits en refuge
- nécessaire de toilette
- boules Quiès ou tampons Ear (contre les ronflements de voisinage)
- des mouchoirs

AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne - 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY
04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1
IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Médiateur Tourisme et Voyage : MTV Médiation Tourisme Voyage - BP 80303 - 75823 Paris Cedex 17 - www.mtv.travel

- du papier toilette
- . Médicaments personnels et ordonnance obligatoire si traitement médical en cours

LE MATÉRIEL FOURNI

- le guide est équipé d'une pharmacie de premiers secours mais qui n'est pas destinée à subvenir à vos besoins pour de petits aléas

FORMALITÉS ET ASSURANCES

- Carte d'identité en cours de validité
- Carte vitale
- Assurance Responsabilité civile : chaque participant doit être couvert en RC dans le cadre d'une activité randonnée à titre de loisirs
- **L'assurance assistance / rapatriement est obligatoire.** Une assurance annulation est fortement conseillée. Si vous n'en possédez pas, AEM VOYAGES vous propose un contrat Europ Assistance comprenant l'assistance / rapatriement, l'assurance annulation et interruption du séjour et bagages et effets personnels.

POUR EN SAVOIR PLUS

Si vous voulez d'autres informations sur ce séjour, n'hésitez pas à me contacter par mail (crapahuteur.pyrenee@laposte.net) ou par téléphone au 06 82 38 93 12.