

ESCAPADE CATALANE EN LIBERTE :
Collioures Cadaquès en étoile
7 jours / 6 nuits



Deux étapes essentielles du littoral Catalan pour passer 7 jours au ras de l'eau, entre terre et mer...

Collioures c'est un patchwork de couleurs où se mêlent les verts et les bleus du maquis tombant jusque dans la mer.

Cadaquès s'ouvre délicatement au soleil levant et s'illumine de centaines de petites maisons blanches !

Nous vous proposons un voyage de l'une à l'autre en passant par les chemins en balcons qui dominent la mer, ou simplement au ras de l'eau, à la découverte d'un petit port de pêche après une pleine journée de marche.

PROGRAMME

Jour 01 : Collioure, au pays des Fauves !

Rendez-vous en fin d'après-midi à Collioure à votre hôtel si vous venez en train ou au parking de notre transporteur si vous venez en voiture et que vous avez choisi d'y laisser votre véhicule pour la semaine (à préciser à l'inscription).

Vous pouvez arriver dans l'après-midi si vous le souhaitez. Collioure, cité des peintres, de Henri Matisse à André Derain, en passant par Picasso, Chagall et tant d'autres, vous entrainera dans ses ruelles sur les chemins du fauvisme. Une pause sur les petits galets noirs, les pieds dans l'eau, un clin d'œil au château royal, bienvenu à Collioure !

Temps de marche : libre

Jour 02 : Collioure, cité royale.

Programme découverte : Il n'y a pas de ciel aussi bleu qu'à Collioure ! Le chemin lézarde et se perd dans les oliviers entre le château royal et le fort St Elme avant de revenir par le village de Port Vendres aux portes de la cité.

Temps de marche : de 4h30 à 5h30

200 m de dénivelé env.

Programme dynamique : Cheminement en balcon entre vignes et oliviers pour accéder à l'une des images fortes de Collioure : la tour de Madeloc !

Temps de marche : de 4h30 à 5h30

450 m de dénivelé env.

Jour 03 : Collioure, le vignoble jusqu'à Banyuls.

Programme découverte : Collioure et Banyuls, c'est le vignoble légendaire ! Des milliers de petites terrasses qui, partant des coteaux escarpés des contreforts Pyrénéens, se déversent dans la méditerranée. Le chemin plonge dans la mer pour vous apporter plus de fraîcheur ! Les plages succèdent aux pointes de terres, les caps vous protègent pendant votre pause pique-nique marin.

Temps de marche : de 4h30 à 5h30

200 m de dénivelé env.

Programme dynamique : Le vignoble s'observe d'en haut ! Vous dominerez le spectacle des vignes qui défilent vers la mer en passant auprès de la frontière, sur les hauteurs de la tour de Querroig !

Temps de marche : de 6 à 6h30

750 m de dénivelé env.

Jour 04 : Monastère de San Père de Rodes ! Entre Collioure et Cadaqués

En fin de journée vous arrivez à Cadaqués.

Pour cette journée de transition entre les deux villages, nous vous proposerons des variantes sur notre carnet de route !

Programme découverte : En regardant la plage, vous suivrez scrupuleusement le bord de mer pour arriver à la pointe du Cap de Ras dont vous ferez le tour. Il s'agit d'une presqu'île qui offre de nombreux lieux pour se détendre et se baigner. Cette journée continue par la plage de Garbet avant de revenir à Llança.

Temps de marche : de 4h30 à 5h30

150 m de dénivelé env.

Programme dynamique : On entre dans les terres espagnoles. Travail de la vigne en terrasse, vergers et oliviers reprennent possession du territoire. Sur les hauteurs, le monastère bénédictin de Sant Père de Rodes domine cette activité depuis plusieurs siècles.

Temps de marche : de 6 à 6h30

700 m de dénivelé env.

Jour 05 : Cadaqués !

Programme découverte : Le parcours emprunte les passages en bord de mer et s'éloigne doucement. En quittant la plage, le cami de ronda qui servait autrefois aux gardiens à rejoindre

les tours de guets, emprunte un tracé étonnant. Tantôt en balcon au-dessus de l'eau tantôt dans la garrigue ou sous les pins qui bordent la presqu'île de S'Oliguera, le sentier arrive paisiblement à Portlligat. Faites une pause en découvrant la demeure de Salvador Dali. Attention : réservation obligatoire.

Temps de marche : de 2h30 à 3h30

180 m de dénivelé env.

Programme dynamique : Le phare du Cap de Creus, construit sur les vestiges d'une tour de guet, émet ses signaux depuis 1850. Il est visible pendant tout le parcours qui enchaîne les plus belles calas du parc naturel au nord de Cadaqués. Dans le maquis, au bord de l'eau, sur les rochers ou dans l'eau, le chemin vous fait découvrir toute la richesse de cette partie préservée à l'état sauvage du littoral.

Temps de marche : de 4 à 5h30

400 m de dénivelé env.

Jour 06 : Le phare du Sud de Cadaqués !

Programme découverte : La balade se poursuit maintenant vers le Sud et s'étire paisiblement jusqu'à platja de sa Sabolla. Il sera l'heure de la baignade. Le chemin serpente entre les romarins et les cistes avant de revenir à Cadaqués.

Temps de marche : de 3h30 à 4h30

350 m de dénivelé env.

Programme dynamique : Randonnée vers le Sud à la découverte du Cap de Norfeu, remarquable par sa végétation encore très sauvage. Le sentier saute de corniches en rives majestueuses, passe au-dessus de la mer pour vous offrir des points de vues surprenants. La descente, quelque peu escarpée, conduit vers une crique pour la pause de midi.

Temps de marche : de 5h30 à 6h30

550 m de dénivelé env.

Jour 07 : Cadaqués !

Vous ne vous lasserez jamais du soleil levant sur Cadaqués... prenez le temps d'un café face à la mer tout en dégustant la spécialité de Cadaqués : les Taps !

Fin du séjour après le petit déjeuner.

Si vous avez pris l'option taxi, le départ pour Collioure est à 12h environ.

Ce programme et les indications sont donnés à titre indicatif, nous les respectons la plupart du temps, seulement, il est possible que des situations indépendantes de notre volonté puissent en modifier l'ordre ou l'itinéraire, (météo, sécurité...). Nous prendrons alors les mesures nécessaires pour vous permettre de profiter au mieux de votre séjour dans les meilleures conditions possibles.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Rendez-vous le jour 01 à partir de 17h00 à Collioure directement à votre hôtel ou directement chez notre transporteur à 16h30 si vous avez choisi d'y laisser votre véhicule pour la semaine (sur réservation au moment de l'inscription et non compris dans le prix du séjour).

L'adresse exacte du rendez-vous sera précisée sur la convocation avec un plan de localisation.

Accès voiture : Collioure est un village à une trentaine de kilomètre au Sud de Perpignan et à une vingtaine de kilomètres de la frontière espagnole.

Depuis l'autoroute A9, prendre la sortie 42 Perpignan Sud puis suivre la D914 en direction de Argelès sur mer jusqu'à la sortie 13 : Collioure. Compter environ 30 minutes depuis la sortie d'autoroute.

Vous trouverez très facilement votre itinéraire sur des cartes routières ou des sites tels que Google Maps ou bien Via Michelin. Nous vous conseillons d'utiliser un GPS pour se diriger mais n'oubliez pas de prendre votre bonne vieille carte routière, sauf si vous prenez plaisir à passer par les plus petites routes Catalanes ou encore vous retrouver dans l'une de ces situations cocasses dont seul votre GPS a le secret.

Sites internet pour votre itinéraire :

www.maps.google.fr
www.viamichelin.fr

Parking : A Collioure, en saison comme hors saison, c'est extrêmement compliqué de se garer. Nous conseillons un parking dans un garage fermé : 30€ pour 3 jours, 45€ la semaine par voiture. Peu de places disponibles, il est nécessaire de réserver d'avance. Option non modifiable et non remboursable à J-15.

A Cadaqués Il existe la possibilité de stationner votre véhicule, dans les parkings payants du centre-ville, ou gratuitement, dans les alentours du village ou bien dans certains emplacements comme le parking de la Platja del Ros, le parking de la zone de Sa Conca (sauf les jours du mois d'août qui coïncident avec le Festival de Musique de Cadaqués) et le parking qui se trouve situé devant le camping Cadaqués dans l'avenue Salvador Dalí.

En formule « confort », à Cadaqués, l'hôtel dispose de place de parking. 30€ les 3 jours. Peu de places disponibles, il est nécessaire de réserver d'avance. Option non modifiable et non remboursable à J-15.

Covoiturage

Le covoiturage est une démarche politique et sociale que nous encourageons. Il s'agit de prendre conscience de l'impact environnemental, économique et social que représente le déplacement d'un véhicule par personne 5 transportée. Nous ne pensons pas qu'il représente le meilleur moyen de se rendre à votre point de rendez-vous pour cette randonnée, ni même qu'il s'agisse d'un moyen de lutte efficace contre les dérèglements climatiques. Néanmoins, si vous pensez venir en voiture et que vous avez une petite place à proposer, vous pourrez aider une personne à se déplacer vers des lieux qui sont rarement desservis par les transports en commun, tout en faisant un geste pour la planète... Ce sont les petits ruisseaux qui font les océans !

Sites internet pour votre covoiturage :

www.covoiturage.fr
www.vadrouille-covoiturage.com

Accès train : Gare de Perpignan

Il existe une liaison TGV qui relie Paris et Perpignan de façon régulière et plusieurs fois par jour. Puis une liaison TER vous amène directement au cœur de Collioure en une vingtaine de minutes pour 6€ environ.

Au retour, nous organisons pour vous votre transport depuis votre hôtel à Cadaqués jusqu'à Collioure ou vous pourrez reprendre un train vers Perpignan.

Selon les périodes de l'année, les horaires des trains sont modifiés, il ne nous est donc pas possible de vous indiquer des horaires et références de trains. Nous vous invitons donc à nous contacter pour organiser votre trajet au mieux.

Sites internet pour votre billet de train : www.sncf.com

Accès avion : Aéroport de Perpignan est desservi par de nombreux vols en provenance de Paris, Nantes, Londres, Bruxelles, Barcelone etc...

Navette de l'aéroport de Perpignan jusqu'à la gare de Perpignan (centre-ville) régulièrement de 7h à 17h. Attention correspondance ligne 2 place de Catalogne pour se rendre gare sncf. Le trajet dure environ 20 minutes et il coûte 2€ environ l'aller-retour (tarif indicatif, susceptible de modification). Ensuite à partir de la gare de Perpignan voir la rubrique «accès train»

Tous ces renseignements sont disponibles sur :
<http://www.aeroport-perpignan.com>

DISPERSION

Le jour 07 vers 12h00 à Cadaqués.

Si vous avez pris l'option transfert à Collioure, (à réserver à l'inscription) la dispersion se fera en début d'après-midi à Collioure.

Nuits supplémentaires : (Prix par personne - selon dates : nous consulter) :

A COLLIOURE

Nuit et petit déjeuner en chambre de 2 : à partir de 60 euros

Nuit et petit déjeuner en chambre de 1 : à partir de 80 euros

Demi-pension en chambre de 2 : à partir de 80 euros

Demi-pension en chambre de 1 : à partir de 105 euros

A CADAQUES

Nuit et petit déjeuner en chambre de 2 : à partir de 45 euros

Nuit et petit déjeuner en chambre de 1 : à partir de 65 euros

Demi-pension en chambre de 2 : à partir de 65 euros

Demi-pension en chambre de 1 : à partir de 90 euros

NIVEAU

NIVEAU DECOUVERTE : Niveau physique : 1 à 2

Dénivelé cumulé moyen / jour : 250 m Maximum : 300 m

Longueur moyenne : 9 km Maximum : 12 km

Horaire moyen : 4h 30mn Maximum : 5h30

Cette randonnée s'adresse à des personnes qui ne pratiquent pas forcément une activité sportive au quotidien mais qui désirent découvrir le plaisir d'une randonnée itinérante à pied. Notre expertise du terrain nous permet de vous emmener à pied dans ces lieux préservés où le plaisir de la randonnée s'allie avec celui de la découverte.

Les dénivelés sont plutôt faibles en bord de côte méditerranéenne. Le point culminant de la randonnée est à 300 m environ. Les randonnées que nous proposons pendant ce séjour sont organisées pour vous permettre de profiter au mieux de vos vacances.

Niveau technique : 1

Randonnée sur sentiers côtiers. Sentiers avec tracés interrompus par moment. Terrains rarement raides et caillouteux, le risque de chute est exclu. Exigences : avoir le pied assez sûr. Chaussures moyennes ou basses de randonnée recommandées. Capacités élémentaires d'orientation et de lecture de carte topographique de type TOP 25, IGN échelle 1/25000^{ème} ou équivalent espagnol. Il n'est pas nécessaire de savoir manipuler une boussole.

Niveau altitude : 0 - 300m

NIVEAU DYNAMIQUE : Niveau physique : 2 à 3

Dénivelé cumulé moyen / jour : 550 m Maximum : 700 m

Longueur moyenne : 13 km Maximum : 16 km

Horaire moyen : 6h Maximum : 6h30

Cette randonnée s'adresse à des personnes qui ne pratiquent pas forcément une activité sportive au quotidien et qui désirent découvrir progressivement la Catalogne à pied. Notre expertise du terrain nous permet de vous emmener à pied dans ces lieux préservés où le plaisir de la randonnée s'allie avec celui de la découverte.

Niveau technique : 2

Randonnée en moyenne montagne. Sentier avec tracé interrompu par moment, passages dans le maquis. Terrain parfois raide et caillouteux, le risque de chute est exclu. Exigences : avoir le pied assez sûr. Chaussures moyennes ou basses de randonnée recommandées. Un pantalon de randonnée est recommandé pour les passages dans le maquis. Capacités élémentaires d'orientation et de lecture de carte topographique de type TOP 25, IGN échelle 1/25000^{ème} ou équivalent espagnol. Il n'est pas nécessaire de savoir manipuler une boussole.

Niveau altitude : 0 - 700m

HEBERGEMENT

FORMULE « CONFORT » : 6 nuits en hôtel 3*

FORMULE « CLASSIQUE » : 6 nuits en hôtel 2* ou équivalent

Nous avons choisi volontairement des petits établissements de village dans une démarche d'implication dans le développement économique de la région Catalogne. Ces hôtels 2* et 3* disposent de chambres calmes et confortables. Leurs localisations en cœur de village permettent des départs en randonnée au pied de l'hôtel, sans aucun transfert. Et quel plaisir, de flâner à pied le soir en terrasse...

Les établissements comportent un nombre limité de chambres. Nous vous recommandons de réserver le plus tôt possible, pour pouvoir être certain de la disponibilité. Si toutefois la réservation dans ces hébergements s'avérait impossible, nous vous proposerons alors un hébergement dans un hôtel de qualité équivalente disposant d'un peu plus de chambres. Ce changement peut donner lieu à une modification du tarif de votre séjour.

Vous serez logés en chambre de deux personnes, double ou lits séparés, ou bien en chambre individuelle, sur demande et avec un supplément de tarification.

Repas

Vous aurez la liberté de choisir de prendre vos diners dans l'un des très nombreux restaurants typiques de cette région. Une proposition de plusieurs restaurants vous sera faite sur le carnet de voyage en mentionnant leurs spécialités et grille tarifaire.

Les petits déjeuners seront pris à l'hébergement le matin. Les piques niques de midi seront préparés par votre soin en vous approvisionnant dans les commerces locaux avant la randonnée. Vous les transporterez dans vos sacs à dos avant de partir en randonnée. Il faudra donc prévoir votre nécessaire de pique-nique (boite - gobelet - couverts etc...)

TRANSFERTS INTERNES

Cette randonnée s'effectue en deux temps. Pour commencer vous arriverez à Collioure pour trois nuits, puis vous irez à Cadaqués pour les nuits suivantes. Entre ces deux villages il faut compter 1h30mn en passant par la côte. Vous pourrez en profiter pour faire une randonnée à la découverte du monastère de San Père de Rodes ou passer par Figueres et visiter le musée Dali. Il faut compter environ 2 heures pour visiter librement le musée.

Dans tous les cas, nous vous indiquerons de bon endroit pour votre pause de midi sur le topo guide !

Si vous n'êtes pas venus en voiture, (ou si vous préférez ne pas l'utiliser), nous organiserons pour vous ce transfert aller/retour en taxi au départ de Collioure le matin vers 10h pour arriver à 11h30 environ à Cadaqués. Vous serez attendus à l'hôtel à Cadaqués en début d'après-midi, vous pourrez toutefois déposer vos bagages et profiter du village en allant, par exemple, découvrir l'itinéraire Dali que nous vous proposons dans notre topo guide.

Option taxi direct Collioure Cadaqués A/R : 290€ pour 1 à 4 personnes

Option taxi Collioure Cadaqués A/R avec transfert à Figueres à l'aller ou au retour : 385€ pour 1 à 4 personnes. Vous disposerez de 4 h à Figueres pour visiter le musée Dali.

VISITES : Les horaires et les dates d'ouvertures des principaux sites et musées sont indiqués sur votre topo de randonnée.

PORTAGE DES BAGAGES

Vous n'aurez pas de sac à porter pendant votre séjour, sauf toutefois le nécessaire de la journée qui tiendra sans problème dans un petit sac à dos de 30 ou 40 litres. Ne prenez pas de sacs à dos trop petits, ils sont parfois de mauvaise facture et aussi lourd qu'un sac de taille moyenne. Vous trouveriez le confort désagréable et le plaisir de la randonnée serait gâché.

Vos bagages personnels resteront à l'hébergement pendant la journée. Mais ne vous chargez pas trop quand même ! Avec un peu d'habitude, votre bagage ne devrait pas dépasser 8 –10 kg, tout compris, en effet :

Les journées sont bien remplies, il est inutile d'amener une bibliothèque. Il est plutôt exceptionnel d'arriver à lire un livre complet durant la semaine.

Les vêtements mouillés peuvent quasiment sécher tous les soirs à l'hébergement. Il est inutile de prévoir un change complet pour chaque jour.

Si vous partez pour plusieurs semaines, pensez à mettre dans un deuxième sac les affaires dont vous n'aurez pas besoin durant votre randonnée.

GROUPE

A partir de 1 personne minimum.

ENCADREMENT

Ce circuit s'effectue sans **accompagnateur et sous votre propre responsabilité.**

Prise en charge du point de départ «accueil» à votre point de retour «dispersion». Vous n'avez à gérer que votre pique nique de la journée et le plaisir de la découverte de la région traversée en liberté. Tout le reste est prévu. Profitez-en, c'est les vacances !

CARNET DE ROUTE

Vous effectuez cette randonnée en liberté.

Attention : ce circuit s'effectue sans accompagnateur et sous votre propre responsabilité.

Nous vous fournissons toutes les indications nécessaires au bon déroulement de votre randonnée, mais nous ne pouvons en aucun cas être responsables d'une erreur d'itinéraire ou d'un départ trop tardif le matin qui pourrait poser des problèmes pour arriver à l'étape suivante.

Pour des raisons évidentes d'organisation, une fois votre randonnée commencée, vous devrez impérativement suivre le programme tel qu'il vous a été confirmé. Il ne sera alors plus possible de modifier vos lieux d'hébergement ou l'ordre des étapes.

Carnet de route

Un dossier vous sera envoyé avant votre départ. Il comprendra un topo-guide rédigé par nos soins, de la documentation sur la région traversée et la cartographie avec votre itinéraire. Cette dernière sera à déposer au dernier hébergement de votre parcours.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

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

Equipement individuel à prévoir

Pour le haut du corps, le principe des 3 couches permet de gérer quasiment toutes les situations :

un sous-pull à manches longues en matière respirante (fibre creuse).

une veste en fourrure polaire chaude.

une veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex.



En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut être suffisant. Par temps de pluie ou vent, on peut rajouter la veste imperméable. Par temps froids ou lors des pauses, la veste polaire est un complément agréable.

Prévoir des vêtements qui séchent rapidement et donc proscrire le coton. Préférez la laine, la soie et les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible.

Pensez à vous couvrir avant d'avoir froid, mais surtout à vous découvrir avant d'avoir trop chaud. La sueur est l'ennemi du randonneur, car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés lors des pauses. Ainsi, il est très rare d'effectuer une ascension vêtu d'une veste polaire.

Eviter les anoraks et proscrire les équipements trop chauds et encombrants.

La liste idéale

(à adapter suivant la randonnée et la saison)

1 chapeau de soleil ou casquette.

1 foulard.

1 bonnet.

T-shirts manches courtes en matière respirante de préférence (1 pour 2 à 3 jours de marche).

1 sous-pull à manches longues en matière respirante ou une chemise.

1 veste en fourrure polaire.

1 veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex avec capuche.

1 cape de pluie ou un sursac si vous possédez la veste ci-dessus.

1 pantalon de trekking ample.

1 caleçon (peut-être utilisé le soir à l'étape).

Chaussettes de marche (1 paire pour 2 à 3 jours de marche) Privilégier la laine ou les chaussettes spécifiques randonnée. Attention au coton pour les ampoules.

1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables à semelle type Vibram. Pensez à «tester» auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps.

Des sous-vêtements.

1 pantalon confortable pour le soir.

1 paire de chaussures de détente légères pour le soir.

Matériel de randonnée

1 sac à dos de 35/40 litres à armature souple, muni d'une ceinture ventrale

Un grand sac plastique permettant de protéger l'intérieur du sac à dos.

1 paire de lunettes de soleil.

1 thermos ou une gourde de préférence isotherme (1,5 litre minimum).

1 couteau de poche type Opinel.

1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre son argent, carte d'identité, carte vitale et contrat d'assistance.

Nécessaire de toilette (privilégiez l'indispensable, les petites contenances, les échantillons et les kits de voyages).

1 serviette de toilette qui sèche rapidement.

Boules Quiès ou tampon Ear (facultatif).

Papier toilette + 1 briquet pour faire brûler le papier lors des pauses «nature».

Crème solaire

Boîte plastique hermétique pour y mettre le pique-nique de midi (contenance 0,5 l minimum) + gobelet + couverts.

1 frontale ou lampe de poche.

1 couverture de survie.

Appareil photo, jumelles (facultatif).

Pharmacie personnelle

Vos médicaments habituels.

Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence.

Pastilles contre le mal de gorge.

Bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8 cm de large.

Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes.

Double peau (type Compeed ou SOS ampoules).

1 pince à épiler.

Baignade : N'oubliez pas votre maillot et votre serviette. Les bains de mers ne sont pas obligatoires mais très agréable !

Hôtel : Les hôtels fournissent les équipements de toilettes et de literie complète.

DATES ET PRIX

FORMULE CONFORT : 2 HOTELS 3*

Tarif par personne sur la base d'une chambre double ou twin :

BASSE SAISON

Du 06 janvier 2019 au 6 avril 2019 : 545€

Du 15 septembre au 14 décembre 2019 : 545€

MOYENNE SAISON

Du 7 avril au 15 juin 2019 : 575€

HAUTE SAISON

Du 16 juin au 14 septembre 2019 : 780€

Du 15 décembre au 05 janvier 2020 : 725€

Supplément chambre individuelle (toute saison) : 165 €

FORMULE CLASSIQUE : 2 HOTELS 2*

Tarif par personne sur la base d'une chambre double ou twin :

BASSE SAISON

Du 06 janvier 2019 au 6 avril 2019 : 535€

Du 15 septembre au 14 décembre : 535€

MOYENNE SAISON

Du 7 avril au 15 juin 2019 : 555€

HAUTE SAISON

Du 16 juin au 14 septembre 2019 : 705€

Du 15 décembre au 05 janvier 2020 : 725€

Supplément chambre individuelle (toute saison) : 165 €

LE PRIX COMPREND

- Les frais d'organisation
- Les frais d'organisation
- La nourriture et l'hébergement en B&B.
- Le dossier liberté (1 par groupe)
- Les options que vous avez souscrites lors de votre inscription

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le moyen de transport pour se rendre au lieu de rendez vous
- Le moyen de transport depuis le lieu de dispersion
- Le transfert au deuxième hébergement
- Les options non souscrites lors de votre inscription
- L'assurance assistance annulation rapatriement 3.9%

- Les consommations et boissons aux repas
- Les diners
- Les dépenses personnelles pendant le séjour.
- Tout ce qui n'est pas mentionné dans le prix comprend

POUR EN SAVOIR PLUS

La préparation physique

Nous accueillons beaucoup de randonneurs qui n'ont pas eu le temps de s'entraîner avant de venir et beaucoup souffrent de courbatures, tendinites et autres petites misères qui gâchent un peu ou beaucoup leur séjour.

Vous n'avez pas le temps de faire du sport ? Alors sur votre trajet pour aller travailler, vous pouvez monter et descendre les escaliers à pied au lieu de prendre l'ascenseur.

Dès que les beaux jours arrivent, vous pouvez vous lever 1/2h plus tôt et descendre à la station précédente pour continuer à pied ou faire l'inverse le soir.

Mais surtout habituez-vous à boire au moins 1,5 litre d'eau pendant votre journée de travail, en plus de ce que vous consommez pendant les repas. Progressivement vous passez à 2 litres, ainsi pendant la randonnée vous boirez 3 à 4 litres d'eau et vous n'aurez ni courbatures ni tendinites : Essayez, cela ne coûte rien et c'est tellement mieux que d'avaler des anti-inflammatoires et des antalgiques.

Pourquoi ne pas prévoir un ou 2 jours d'adaptation avant votre séjour pour vous reposer et vous acclimater ? Vous profiteriez beaucoup plus de votre séjour !

... et psychologique !

L'esprit randonneur : demande parfois de la tolérance, un peu de discipline et beaucoup d'humour. Pensez-y avant de partir en vacances, cela vous aidera à "lâcher prise" et à profiter au mieux de tous les instants. Il arrive aussi que la météo soit capricieuse : ne vous laissez pas démoraliser par quelques gouttes de pluie ou une chute de neige inattendue, c'est aussi ça la randonnée... et ça peut même avoir un certain charme.

Et enfin...

N'oubliez pas que le succès complet de votre randonnée dépendra en grande partie de la capacité de chacun à participer pleinement à la vie de groupe, à laisser ses soucis de côté pour quelques jours. Nous ferons tout pour vous laisser un souvenir inoubliable de vos vacances, à vous de venir les vivre avec plaisir et humour

Idée sympa :

Vivez un moment de convivialité et de gourmandise, en partageant un échantillon de votre terroir pour le faire découvrir à vos compagnons de marche.

FORMALITES

Pour ce séjour, vous devez être en possession des documents suivants :

Carte d'identité en cours de validité ou passeport.

Dépliant de votre assurance voyage reçu lors de votre inscription (si vous avez souscrit cette assurance) ou de votre assurance personnelle (numéro de contrat + numéro de téléphone).

Carte vitale.

La «Carte européenne d'assurance maladie».

Cette carte atteste de vos droits à l'assurance maladie et vous permettra, lors d'un séjour temporaire en Europe, de bénéficier de la prise en charge des soins médicalement nécessaires, quel que soit le motif de votre déplacement (week-end, vacances, études, stages, détachement professionnel) et sous réserve de respecter les formalités en vigueur dans le pays de séjour.

La carte européenne d'assurance maladie est une carte individuelle et nominative. Chaque personne de la famille doit avoir sa propre carte, y compris les enfants de moins de 16 ans. Elle est valable un an et elle est gratuite.

La carte européenne d'assurance maladie n'est pas délivrée de façon automatique : pour l'obtenir, adressez-vous à votre caisse d'Assurance Maladie au moins trois semaines avant votre départ, compte tenu du délai de réalisation de la carte et de son acheminement par la poste.

Disponible en France depuis juin 2004, cette carte remplace le formulaire E111 et d'autres formulaires (E110, E119, E128) utilisés auparavant dans le cadre de séjours temporaires en Europe.

Vous pouvez l'utiliser dans l'ensemble des Etats membres de l'Union Européenne ainsi qu'en Islande, au Liechtenstein, en Norvège et en Suisse.

La Catalogne

La Catalogne (en catalan Catalunya, en espagnol Cataluña, en occitan Catalonha) est une communauté autonome d'Espagne avec un statut de « communauté historique » et reconnue comme « réalité nationale », depuis le 19 juin 2006, au sein de l'Espagne. Elle est située au nord-est de la péninsule Ibérique et a pour capitale Barcelone.

Historiquement l'appellation Catalogne ou Principauté de Catalogne concerne un territoire plus étendu, formé par le territoire actuel et le département français des Pyrénées-Orientales hormis la région des Fenouillèdes (France). Elle comprend quatre provinces : Barcelone, Gérone, Lérida et Tarragone.

La Constitution espagnole de 1978 déclare que l'Espagne est une nation indissoluble qui reconnaît et garantit le droit à l'autonomie des régions qui la constituent. On reconnaît à la Catalogne, comme au Pays basque et à la Galice, un statut particulier de « communauté historique ». Compte tenu de la capacité d'accéder à l'autonomie, cela a entraîné en 1979 le statut d'autonomie de la Catalogne. Dans un processus initié par l'Andalousie et achevé en 1985, les quatorze autres communautés autonomes ont obtenu leurs propres statuts d'autonomie.

Le statut d'autonomie de 1979 et l'actuel, approuvé en 2006, déclarent que la Catalogne, en tant que « nationalité » d'Espagne, exerce son autogouvernance comme une communauté autonome, conformément à la Constitution et au statut d'autonomie de la Catalogne, qui est un droit institutionnel de base.

Le Cap de Creus

Entre terre et mer, le Parc naturel du Cap de Creus se trouve du côté le plus oriental de la péninsule ibérique. Il offre une diversité de paysages, dolmens, châteaux, falaises et vignes qui côtoient une mer d'îlots et de récifs aux formes capricieuses renfermant elle même de spectaculaires fonds coralligènes et de nombreuses espèces sous-marines.

La richesse de cet écosystème se mesure à la présence de nombreuses espèces végétales et animales. La partie terrestre du Cap de Creus est un lieu idéal pour l'observation de l'aigle de Bonelli, du faucon pèlerin, du cormoran huppé ou du fou de bassan. Le vent, présent continuellement façonne les murs de pierres sèches et les roches affleurantes. Dans cet environnement certaines espèces s'adaptent et arrivent à occuper l'espace. On y retrouve le pin d'Alep, le chêne liège, mais surtout un maquis de broussailles composé de bruyère et de ciste. Une végétation particulière se développe en bordure de littoral avec des espèces uniques : l'Armérie du Roussillon, le Statice de Trémols et la Seseli farreny (saxifrage), véritable joyau botanique qu'on ne retrouve nulle part ailleurs au monde.

La péninsule du Cap de Creus est constituée d'une roche métamorphique pliée sous l'effet de la formation de la chaîne des Pyrénées. Le processus de cisaillement et de retournement a fait apparaître une roche rare et reconnaissable par sa couleur blanc-orangée mélangée aux schistes gris sombre : la pegmatite.

Le Cap de Creus est aussi le berceau d'une activité humaine largement orientée vers la mer, dans des villages qui ont su maintenir leur charme et la tranquillité de la Catalogne.

La maison de Salvador Dali à Portlligat

Ouverture du 15 mars au 6 janvier.

Horaires d'ouverture :

- Du 15 mars au 14 juin et du 16 septembre au 6 janvier 10h30 - 18h

Jours de fermeture : 1^{er} janvier, 25 décembre et les lundis (excepté lundis fériés et veille de jour férié)

- Du 15 juin au 15 septembre

9h30 - 21h

Ouvert tous les jours sans exception.

La visite dure environ 45 minutes, il est obligatoire de réserver à l'avance sur le site : www.salvador-dali.org ou par mail pour les groupes : pllgrups@fundaciodalidali.org

Se présenter minimum 30 minutes avant l'heure à laquelle vous avez rendez-vous. (Passé ce délai votre place sera remise à la vente)

Le règlement de votre visite se fait directement sur place.

L'actuelle Maison-musée de Portlligat a été la seule résidence stable de Salvador Dalí ; l'endroit où il a vécu et travaillé régulièrement jusqu'à la mort de Gala, en 1982, date à laquelle il s'est installé au Château de Púbol. En 1930, séduit par le paysage, la lumière et l'isolement des lieux, Salvador Dalí s'était installé dans une petite maisonnette de pêcheurs de Portlligat. À partir de cette construction initiale, il créa peu à peu, quarante années durant, une maison, la sienne, qu'il définissait "comme une véritable structure biologique, [...]. À chaque nouvel élan de notre vie correspond une nouvelle cellule, une nouvelle pièce".

Les modifications et agrandissements successifs ont donné forme à une structure labyrinthique qui, à partir d'un point d'origine, le Vestibule de l'Ours, se disperse et ondule au gré d'une succession de petits espaces reliés par d'étroits corridors, de petits dénivelés et des voies sans issue. La décoration, ainsi que les multiples objets et souvenirs ayant appartenu aux Dalí, rendent ces espaces particulièrement chaleureux : tapis, plâtre, fleurs séchées, tapisseries de velours, meubles anciens, etc. Tous possèdent des ouvertures, aux formes et proportions différentes, encadrant le même paysage omniprésent dans l'œuvre de Dalí, la baie de Portlligat.

Le théâtre musée Dali

Horaires d'ouverture :

- janvier - février - novembre - décembre : 10h30 - 17h45

Jours de fermeture : 1^{er} janvier, 25 décembre et les lundis (excepté lundis fériés et veille de jour férié)

- mars - avril - mai - juin - octobre : 9h30 - 17h45

Jours de fermeture : les lundis (excepté lundis fériés, veille de jour férié et les lundis de juin)

- juillet - août - septembre : 9h - 19h45

Ouvert tous les jours sans exception.

La visite dure environ 2h. Entrée libre ou réservation sur le site : www.salvador-dali.org ou par mail pour les groupes : tmgrups@fundaciodalidali.org

Se présenter minimum 30 minutes avant l'heure à laquelle vous avez rendez-vous. (Passé ce délai votre place sera remise à la vente)

Le règlement de votre visite se fait directement sur place.

Le Théâtre-Musée Dali, inauguré en 1974, fut construit sur les restes de l'ancien théâtre de Figueres, et offre un large éventail d'œuvres qui décrivent la trajectoire artistique de Salvador Dalí (1904-1989), depuis ses premières expériences artistiques et ses créations s'inscrivant dans le surréalisme, jusqu'aux œuvres des dernières années de sa vie. Quelques-unes des œuvres les plus remarquables exposées au musée sont Port Aiguer (1924), Le Spectre du sex-appeal (1932), Autoportrait mou avec bacon frit (1941), Poésie d'Amérique-Les athlètes cosmiques (1943), Galarina (1944-45), La corbeille à pain (1945), Leda atomique (1949), et Galatea des sphères (1952). On pourra également remarquer l'ensemble des œuvres réalisées par l'artiste spécialement pour le Théâtre- Musée, comme par exemple la salle Mae West, la Salle Palais du Vent, le Monument à Francesc Pujols et la Cadillac pluvieuse. De plus, sont exposées des œuvres d'autres artistes que Dalí voulut inclure dans le musée : El Greco, Marià Fortuny, Modest Urgell, Ernest Meissonier, Marcel Duchamp, Wolf Vostell, Antonio Pitxot et Evarist Vallès, parmi d'autres. Le Théâtre-Musée Dali doit être perçu comme un tout, comme une grande œuvre de Salvador Dalí, car tout y a été conçu et dessiné par l'artiste afin d'offrir au visiteur une véritable expérience où il pénètre dans un monde captivant et unique.

La collection DALI JOIES est une partie de la collection permanente du Théâtre-Musée Dali. Les 39 bijoux originaux sont exposés avec les dessins et les peintures qui en ont précédé la création, un ensemble exceptionnel conçu par Salvador Dalí entre années 1932 et 1970. «Sans le public sans la présence de spectateurs, ces bijoux ne rempliraient pas la fonction pour laquelle ils ont été créés. Partant, le spectateur est l'artiste final. Par la vue, le cœur, l'esprit - avec plus ou moins de capacité pour comprendre l'intention du créateur - il donne vie aux bijoux». (Salvador Dalí)

Le Monastere de San Pere de Rodes

Horaires d'ouverture :

- du 1^{er} octobre au 31 mai : 10h - 17h

- du 1^{er} juin au 30 septembre : 10h - 19h30

Jours de fermeture : 1^{er} et 6 janvier, 25 et 26 décembre et les lundis (excepté lundis fériés)

Le monastère de Sant Pere de Rodes est un monastère bénédictin. Il est construit sur le flanc de la montagne de Verdera, en contrebas des ruines du château de Sant Salvador de Verdera qui lui offrait sa protection, avec une vue exceptionnelle sur la baie de Llançà et El Port de la Selva, au nord du cap de Creus.

On ignore l'origine du monastère, ce qui donna lieu dans le passé aux spéculations et aux légendes comme celle de sa fondation par des moines qui y seraient venus avec les restes de Saint Pierre et d'autres saints qu'ils voulaient protéger de la profanation par les hordes barbares qui arrivaient sur Rome. Le danger des envahisseurs passé, le pape Boniface IV aurait alors ordonné de construire le temple.

La première documentation officielle de l'existence du bâtiment date cependant de l'année 878. Il est mentionné une cellule monastique simple consacrée à Saint Pierre. Il faut attendre l'année 945 pour que le lieu soit considéré comme un monastère bénédictin indépendant. Il atteint son apogée entre les XI^e et XII^e siècles. De nombreux jubilé y sont célébrés jusqu'à sa décadence au XVII^e siècle. Son importance croissante en fit un lieu de pèlerinage de l'époque.

À partir du XVII^e siècle, il est pillé et en 1793, il est abandonné par la communauté bénédictine qui part d'abord à Vila-Sacra puis à Figueras en 1809, jusqu'à sa dissolution.

En 1930, il est déclaré monument national et, en 1935, le gouvernement de la Catalogne commence les premières restaurations.

Le cloître du XII^e siècle est la partie centrale. Autour de lui, se répartissent les autres édifices.

L'église, consacrée en 1022, de style roman, est sans comparaison avec les canons de son temps. Il y a trois nefs délimitées par une double colonnade avec chapiteaux d'influence corinthienne. Les colonnes adossées aux piliers proviennent d'une construction précédente. La grande nef centrale est splendide, avec un déambulatoire dans l'abside, qui semble être continuée par les deux nefs latérales. Il y a une crypte sous l'abside. L'église, qui synthétise avec originalité une série de courants architecturaux, comme le carolingien, le préroman et les constructions romaines, est considérée comme l'une des principales représentantes de l'architecture romane en Catalogne.

La vie en Espagne

Vous allez effectuer une randonnée en territoire espagnol. Il est conseillé de parler un peu espagnol pour mieux apprécier le séjour, sans toutefois devoir manier à la perfection la langue de Cervantès. Un petit dictionnaire français/espagnol ne sera pas superflu si vous voulez aller à la rencontre des espagnols. La monnaie est l'Euro. Sachez aussi que l'on mange plus tard en Espagne, rarement avant 14h le midi et 21h le soir. Les habitudes culinaires espagnoles sont parfois assez différentes des françaises.

Pour téléphoner en France depuis l'Espagne, composez l'indicatif international 00, puis l'indicatif de la France 33, puis votre numéro de téléphone en enlevant le premier 0.

Un petit mot sur la météo

300 jours de soleil par an ! C'est le minimum pour Cadaqués où l'hiver est très doux et l'été plutôt chaud, mais tempéré par la mer. Le climat de Cadaqués est typiquement méditerranéen. La moyenne de janvier, le mois le plus froid, descend rarement sous 10/12 °C et autant pour l'eau ! L'été se rapproche de l'idéal avec une agréable température de 25 °C pour l'air et de 23 °C pour l'eau. Le secret de ce microclimat ? Un site abrité, entre mer et montagne, animé par un cortège de petites brises. Attention, la tramontane, vent froid et sec qui vient du nord, se réveille de temps à autre, accélère entre les collines et déferle sur la côte avec une violence inouïe. Ses sautes d'humeur sont généralement hivernales...

Bibliographie

« L'histoire des Catalans » de M.Bouille&C.Colomer. Ed. Milan. « Pyrénées Magazine » n° 7, 20, 28. Ed. Milan Presse
« Trek Magazine » n° 139

Cartographie

Ces cartes ne sont nécessaires que pour vous informer sur la région traversée.

Carte Institut Géographique National n°2549OT au 1/25000^{ème} - Banyuls Côte Vermeille.

Mapa topografic de Catalunya n°47 au 1/25000^{ème} - Paratge Natural d'Interès Nacional de l'Albera.

Mapa topografic de Catalunya n°48 au 1/25000^{ème} - Parc naturel de Cap de Creus.

Les gens...

Les Catalans sont là pour vous raconter leurs histoires, prenez le temps de parler avec eux...

Bon séjour en Catalogne !

ADRESSES UTILES

Itinéraire : www.viamichelin.fr

SNCF : Tel : 0 892 35 35 35 ou <http://www.voyages-sncf.com>

Co-voiturage : www.covoiturage.fr www.123envoiture.com www.allostop.net

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

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 21 jours. Il vous sera proposé plusieurs solutions de remplacement. Si aucune solution ne vous convient, vous serez remboursé intégralement.

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) :

- Jusqu'à 30 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 7 jours : 75 % du montant du séjour.
- A moins de 7 jours du départ : la totalité du montant du séjour.

Pour la prise en charge de ces frais, nous vous conseillons vivement de souscrire une assurance annulation.

Tout participant abrégant 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.

ASSURANCE MULTI-RISQUES ANNULATION, FRAIS DE RECHERCHE ET SECOURS, ASSISTANCE - RAPATRIEMENT- INTERRUPTION

Nous proposons une assurance multirisques. Elle est facturée séparément (3,9 % du coût du voyage). Ce contrat d'assurance est souscrit auprès de MMA Europ Assistance.

Les garanties détaillées et les exclusions sont portées sur le fascicule : Assistance – Annulation – Interruption de séjour Open Odyssée Vagabondages n° 58 223 429 joint à votre dossier.

Il est disponible sur www.espace-evasion.com ou sur simple demande.

Attention, ce contrat s'adresse uniquement aux personnes dont le domicile principal est situé en France, dans un autre pays de l'Union Européenne, ou en Suisse.

L'Assurance Annulation

La garantie de l'assuré prend effet dès son inscription et cesse lors de son départ.

Les évènements garantis sont :

- Maladie, accident ou décès
- La mutation professionnelle, la modification ou le refus des dates de congés payés du fait de l'employeur
- Vol de la carte d'identité, du passeport
- ...

Les frais d'annulation restant à votre charge vous seront remboursés par l'assureur, déduction faite de franchise, 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'évènement qui entraîne l'annulation.

Dans les cas de mutation professionnelle, de modification ou de refus des dates de congés payés, de vol de la carte d'identité ou du passeport, une franchise de 20 % est applicable avec un minimum de 30 € par personne.

Dans les autres cas, une franchise de 30 € par personne est déduite par l'assureur.

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, Interruption de Séjour :

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 d'Europ Assistance sont :

- les frais de recherche et secours en montagne jusqu'à un plafond de 15 300 €,
- le rapatriement avec assistance en cas d'atteinte corporelle grave,
- les frais médicaux complémentaires à l'étranger,
- l'assistance en cas de décès,
- l'avance sur caution pénale à l'étranger,
- la prise en charge d'honoraires d'avocats à l'étranger jusqu'à un plafond de 3 100 €,
- l'assistance en cas de perte ou vol de papiers,
- l'interruption de séjour jusqu'à un plafond de 8000 € par assuré,
- ...

Nous déclinons toute responsabilité en cas de difficulté avec votre assureur 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 nous fournir une attestation et nous signer une décharge. 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 MOISY LE GRAND Cedex

Assurance responsabilité civile professionnelle : MMA Mutuelles du Mans Assurances –

Assurances Piquet-Gauthier – BP 27 – 69921 OULLINS Cédex