



Bonjour et merci de vous être inscrit sur ce séjour du Chalet du Ticou. Vous trouverez dans ce dossier les informations complémentaires nécessaires au bon déroulement des journées que nous passerons ensemble.

Séjour Haute-Randonnée Pyrénéenne

La Cordillère des Anges

Au cœur du Parc Naturel Régional -Cerdagne–Capcir
6 jours / 5 nuits / 5 jours de marche

Parcourir les crêtes franco-espagnoles entre les massifs du Puigmal, et de la Carança, évoluer vers les sommets du Capcir, partager des moments chaleureux en refuge, se détendre dans les bains sulfureux de Saint-Thomas et Llo : c'est ce qui vous est proposé lors de ce séjour, au cours d'évolutions dans des paysages grandioses, entre lacs glaciaires et montagnes catalanes.

Niveau de pratique requis : randonneur confirmé, les dénivelés positifs seront de 800 à 1200m et les terrains parfois technique (pierriers, et quelques crêtes rocheuses toute fois accessibles)

PROGRAMME

J1 : Randonnée journée sur les sources et le pic de Sègre, où nous surprendrons marmottes et isards, avant d'atteindre le col de Finestrelles et le Puigmal de Sègre sur les crêtes frontières aux dessus du sanctuaire de Nuria. En fin de circuit : nous passons aux bains de LLO pour une pose récupération bienvenue
Repas et nuit au chalet du Ticou.

J2 et 3 : Entre Haute Carança et vallée de L'Orry : Vous marchez sur le chaînon Puigmal-Canigou, en parcourant les lacs d'altitudes cachés au pied de la frontière, territoire grandiose et sauvage entre 1600m et 2800m.

La beauté du site est à votre portée, depuis le refuge du Raz de la Carança où nous vivons le repas et la nuit. En fin de 3^{ème} journée, nous nous relaxons aux bains de Saint-Thomas avant de revenir à votre résidence.

J4 et 5 : Nous montons aux Camporeils, site lacustre remarquable des Pyrénées Orientales, avant de parcourir les crêtes frontières avec l'Ariège : ici la profondeur du paysage sur les vallées d'Orlu est saisissante.

Le soir au refuge, un repas montagnard nous attend avant la nuit en dortoir confortable. Le jour 5, nous évoluons vers les sommets des Pérics, surplombant les lacs scintillants et « la Coquille », relief glaciaire étonnant...

Retour à votre résidence en fin de journée.

Veillée et nuit au chalet du Ticou

J6 : Fin de séjour après le petit déjeuner mais possibilité bien sûr de prolonger vos vacances au chalet du Ticou !

CARACTERISTIQUES DU SEJOUR

NOTA : En fonction des conditions météo et de sécurité, du nombre et du niveau des participants, nous pouvons être amenés à modifier l'itinéraire et le contenu du programme.

Niveau des participants : Confirmé.

Encadrement: Accompagnateur en montagne du pays et diplômé (Brevet d'Etat)

Groupe : 5 à 10 participants

Portage: Le pique-nique et les affaires de la journée (J2/J3 et J4/J5 : + change)

Séjour: Semi Itinérant

Altitude globale des randonnées: entre 1600 m et 2800 m

Temps moyen de marche: entre 3h et 4h

		J1	J2	J3	J4	J5	J6
Dénivelé moyen	Positif	900	800	1200	800	800
	Négatif	900	800	1200	500	1100
Durée moyenne de marche		5à6h	5h	7h	5h	4h0

Dénivelé moyen des journées : 800 à 900 m

Altitude maximum de passage: 2850m

Nature du terrain: Sentiers, forêts de montagne, bords de lacs, torrents,
Difficultés particulières: Pierriers, sommets et crêtes rocheuses.

CLIMAT

Montagnard méditerranéen. Nuits fraîches et journées ensoleillées, orages possibles en fin d'après-midi.

Température: de 5° (la nuit) à 25 ° la journée.

HEBERGEMENT

2 nuits en refuge, 4 nuits au chalet du Ticou ou en résidence

Couchage : Prévoir un sac de couchage chaud (0 °Cà 5°C)

*Les refuges peuvent dépanner en couvertures, et/ou tentes pour les ronfleurs...

Nourriture : Repas du soir et petit déjeuner pris chez nos hôtes.

Pique-nique le midi préparé par l'hébergement et refuges.

Dépenses personnelles: Prévoir un budget pour vos boissons et dépenses personnelles

EQUIPEMENT

HABILLEMENT: Pull-over chaud, fourrure polaire, tee-shirt, pantalon de randonnée ample (pas de jeans ou de pantalon trop serré et rigide), short, chemise ou polo à manches longues, survêtement (ou pantalon confortable) de rechange pour le soir, paires de chaussettes dont en laine, sous-vêtements, cape de pluie (le K-Way ne suffit pas car il ne protège pas les sacs), veste coupe-vent type gore tex ou anorak, maillot de bain.

*Une paire de gants légers est très souvent utile ainsi qu'un bonnet , sur les crêtes parfois ventées...

CHAUSSURES: Chaussures de randonnée de préférence.

PETIT MATERIEL : Chapeau ou foulard pour se protéger du soleil, lunettes de soleil catégorie CE 3 ou 4, crème solaire, gourde, couteau, pharmacie personnelle avec pansement, double peau (protection contre les ampoules), nécessaire de toilette léger, lampe de poche ou frontale pour le soir.

SAC A DOS : Un sac à dos (30 à 40 L) pour les affaires de la journée et le repas de midi.

MATERIEL FOURNI : Pharmacie collective la nuit en bivouac Possibilité de

RENDEZ-VOUS

Le premier jour 8h, Chalet du Ticou, 25 av de la Coume à Bolquère

FIN DU SEJOUR

Le dernier jour vers 10h, gare de Mont Louis

MOYENS D'ACCES

En voiture: Depuis Montpellier (Autoroute A9): Montpellier/Perpignan (direction Andorre) / Mont-louis /Bolquère/Chalet du Ticou

Depuis Toulouse (Autoroute A61): Toulouse/Foix/Ax les Thermes/Tunnel de Puymorens/ Bourg Madame / Saillagouse / Mont-Louis/ Gare de Mont-louis La Cabanasse.

Afin de prévoir votre trajet, nous vous conseillons de vous renseigner sur votre itinéraire auprès des différents sites: www.viamichelin.fr / www.mappy.fr

PARKING: Gratuit au Chalet du Ticou

En train : (Nous viendrons vous chercher à la gare de la tour de Carol)

Horaires de train ou sur le site www.voyages-sncf.com. »

A SAVOIR

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

Le prix comprend: l'hébergement en pension complète, l'encadrement.

Le prix ne comprend pas: le transport aller-retour jusqu'au lieu de rendez-vous, les assurances facultatives, les boissons en dehors des repas, les dépenses personnelles, les bains de Saint Thomas et Llo

POUR MIEUX CONNAITRE LA REGION

BIBLIOGRAPHIE:•Connaître le Roussillon et la Cerdagne –Editions Sud-Ouest – Albert RECHE

•Pyrénées Orientales –Encyclopédies Benneton

•LA CERDAGNE ET DES FRONTIERES –Conflits et identités transfrontalières – François MANCEBO –Editions TRABUCAYRESCARTOGRAPHIE:

- Top 25 IGN –2249 ET-FONT ROMEU CAPCIR-2250 ET Bg Madame-Mont-Louis

Conditions d'annulation

> Annulation de la part du Chalet du Ticou

Nous pouvons être exceptionnellement contraints d'annuler un départ si le nombre de participants inscrits est inférieur au minimum requis. Cette décision vous sera communiquée au plus tard 21 jours avant la date de départ initialement prévue. Cette disposition impliquerait, bien sûr, le remboursement intégral des sommes que vous auriez versées. Nous nous efforcerions également de vous proposer un choix de séjours équivalents

> En cas d'annulation de votre part à plus de 30 jours du départ, Le Chalet du Ticou rembourse l'intégralité du prix du séjour.

À partir de 30 jours avant le départ, des frais d'annulation seront appliqués et calculés selon le barème suivant (par personne) en fonction de la date d'annulation

- de 30 à 22 jours : 25% du prix du séjour
- de 21 à 15 jours : 50% du prix du séjour
- de 14 à 8 jours : 75% du prix du séjour
- de 7 à 2 jours : 90% du prix du séjour
- moins de 2 jours : 100% du prix du séjour

Les renseignements indiqués sur nos fiches techniques sont donnés à titre indicatifs et ne peuvent engager notre responsabilité. Chaque participant doit se conformer aux règles de prudence et de sécurité données par l'accompagnateur qui se réserve le droit de modifier, si les circonstances l'exigent, les itinéraires, et reste seul juge sur le terrain. Aucune indemnité ne saurait être due.