

Les Pyrénées, joyau de montagnes, comportent en leur cœur, un tout petit Etat catalan : l'Andorre. Nous souhaitons vous accompagner loin de son image commerciale négative.

Nous vous invitons à découvrir ce pays de sommets, de lacs, de forêts, d'églises romanes, et oh surprise ; ce pays où l'on prend aussi grand soin de soi dans le très novateur centre thermoludique Caldea. Les Andorrans inventèrent ce concept de remise en forme en 1993, souvent copié depuis.

Allier les joies de voir un isard fugitif au bord d'un lac dominé par une aiguille granitique, avec la curiosité aiguisée par un patrimoine roman très riche; et le plaisir d'un massage relaxant dans un palais de verre où jeux d'eau se marient à merveille entre jacuzzi, hammam et cascades jaillissantes ; voici le cocktail somptueux auquel nous vous convions !

► Repères

Début du séjour : le dimanche à 9H30 en gare de Latour-de-Carol (66)

Fin du séjour : le samedi vers 11H en gare de Latour-de-Carol

Hébergement : en hôtel**** "grand confort" dans un petit village calme

Niveau 3 : en moyenne chaque jour, 650 m de dénivelé positif et 5 heures 30 de marche

Portage : affaires pour la journée

Encadrement : accompagnateur en montagne diplômé spécialiste de la culture locale

Groupe : 4 à 12 personnes

Prix 865 €

Supplément chambre individuelle : 145 €

Dates : de juin à septembre

Le programme jour par jour

Jour 1 : transfert vers l'Andorre. Randonnée à la découverte de la forêt du Bony de les Neres. Facile ascension du balcon du Casamanya, point de vue central à tout le pays.

5 heures de marche, + 750 ; - 750 m de dénivelé

Jour 2 : petit transfert. Nous égrènerons un à un les étangs de Tristaïna, au cœur du cirque de Tristaïna. Par les balcons de Creussans, possible escapade en Ariège pour dénicher le curieux étang Fourcat.

5 heures de marche, + 400 ; - 400 m de dénivelé

Jour 3 : petit transfert. Journée patrimoine avec la vallée classée au patrimoine de l'humanité du Madriu, riche de ses habitats pastoraux et le clocher étonnant de l'église romane de Sant Miquel d'Engolasters.

5h30 heures de marche, + 400 ; - 400 m de dénivelé

Jour 4 : petit transfert. Remontée du surprenant vallon de Sispony pour découvrir ses cortals encore préservés. Un pas en Espagne et un pas en Andorra, nous monterons au facile pic d'Enclar, sous les orbes protecteurs des vautours.

5h30 heures de marche, + 850 ; - 850 m de dénivelé

Jour 5 : petit transfert. Nous pénétrons au cœur du site classé de la Coma Pedrosa, riche de petits lacs insoupçonnés, et dont le pic constitue le toit de l'Andorra : point de vue époustouffant jusqu'au pic Aneto à l'ouest et au massif du Canigou à l'est.

5 heures de marche, + 900 ; - 900 m de dénivelé

Jour 6 : petit transfert. La journée des lacs inoubliables du cirque des Pessons, avec l'ascension des crêtes du Gargantillar dominant l'immense estany de l'Illa, la haute vallée du Madriu et le vallon de Montmalus.

6 heures de marche, + 750 ; - 750 m de dénivelé

Jour 7 : transfert après le petit-déjeuner.

► Nota bene

La durée est donnée à titre indicatif et correspond aux heures effectives de marche (hors pauses).

L'accompagnateur peut décider de modifier les parcours décrits plus haut (cas de force majeure, conditions météo, nombre et/ou niveau des participants, etc.). Dans tous les cas, ayez confiance car ces éventuelles modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité ou votre confort.

Balnéo

Le séjour comprend 4 entrées au centre thermoludique de Caldea et 2 massages individuels de 20 minutes.

CALDEA dispose de quatre espaces permettant de tester les différents états de l'eau : Espace aquatique, Espace de Réactivation, Espace de Repos et Espace Origines.

ESPACE AQUATIQUE

Deux zones avec de l'eau thermale (32 - 34° C) : la Grande Lagune intérieure et la Grande Lagune extérieure. Les équipements : vasques d'hydromassage pour des massages sur les différentes parties du corps ; les cols de cygne et les cascades pour des massages sur la partie supérieure du dos ; un jacuzzi pour la relaxation musculaire ; des masques d'eau vaporisée pour une hydratation du visage et des cascades pour la relaxation des pieds.

ESPACE DE RÉACTIVATION

Dans cette zone, les clients peuvent profiter des contrastes de température, des différents états de l'eau et des services pour stimuler et réactiver la circulation.

Les bains indo-romains : espace inspiré par une grotte indienne formée par un bain chaud à eau thermale à 36° C et un bain froid à 14° C, ainsi qu'une zone de repos. Le contraste de température favorise une gymnastique tonique du corps.

Le bain islandais : un bain froid ou glacé qui stimule la circulation de la tête aux pieds grâce à la glace et aux pédiluves.

L'espace d'aquamassage : Pour tonifier les différentes parties du corps. Le bain Sirocco : de l'air chaud relaxant. Saunas avec lumière relaxante : de la chaleur sèche à 85° C pour apaiser les tensions musculaires et éliminer les toxines.

Hammam : de la chaleur humide à 55° C pour favoriser la relaxation générale et la respiration. La vaporisation et le bain polaire : pour hydrater et rafraîchir le corps après une séance de sauna ou de hammam.

ESPACE DE REPOS

Pour profiter des bienfaits de CALDEA après la séance de bains et de fitness, vous disposez de deux espaces de détente : la lumière de Wood (relaxation par les ions négatifs), ainsi que trois terrasses extérieures pour profiter des bienfaits du soleil.

ESPACE ORIGINES

Situé sur une galerie, cet espace permet de profiter d'installations exclusives. Le bain de pamplemousses : D'inspiration japonaise, les pamplemousses flottent dans ce bain afin de frictionner en douceur, d'exfolier et d'adoucir la peau.

Le bain Aztèque : Avec des courants d'eau et le sol recouvert de cailloux pour un massage doux des pieds en marchant et pour favoriser la circulation sanguine. Le Hammam : pour profiter des bienfaits purifiants de la vapeur et éliminer les toxines. Le bain relaxant dans un environnement zen. Le solarium privé. Le bar aquatique et la terrasse inspirée de l'oeuvre de Gaudi.

Accès

Rendez-vous : le dimanche à 9H30 en gare SNCF de Latour-de-Carol (66). En cas de problème ou retard, appelez le numéro d'urgence fourni dans les documents de voyage.

Fin du séjour : le samedi vers 11H en gare SNCF de Latour-de-Carol (66).

Arriver sur place :

- En train : gare d'accueil Latour-de-Carol (66). Horaires et tarifs : Tél. 36 35 ou <http://www.voyages-sncf.com/>
- Par la route : depuis Toulouse, suivre direction Foix, Tarascon, Ax et le Puymorens (par le col ou le tunnel). La gare SNCF de Latour-de-Carol est à 15 km de la sortie sud du tunnel.
- Par la route : depuis Narbonne, suivre Perpignan, ensuite direction Andorre via Prades, Mont-Louis, Bourg-Madame (par la RN116). La gare SNCF de Latour-de-Carol est à 7 Km de Bourg Madame vers Foix (par la RN20). Vous pourrez laisser votre véhicule sur le parking non gardé de la gare. Pour récupérer votre véhicule, nous vous ramènerons à votre lieu de stationnement en fin de séjour.

▷ Covoiturage

Le cas échéant veuillez nous indiquer (à l'inscription ou le plus tôt possible avant le départ) votre souhait de covoiturer ou d'être covoituré pour rejoindre le lieu de rendez-vous. Nous vous mettrons en contact avec les autres participants intéressés.

Parkings :

- gratuit non gardé à la gare SNCF

Il est prudent de se renseigner pour savoir si des manifestations (fêtes, marchés...) seront organisées sur votre lieu de stationnement.

Arriver la veille :

Réservation à l'avance par vos soins.

À Angoustrine (66) hôtel Le Relais du Belloch** (8 km de la gare de Latour-de-Carol) Tél. 04 68 30 07 24. Si vous arrivez en train, contactez les taxis LLanas à Ur (04 68 04 82 82) ou Coch à Latour-de-Carol (04 68 04 89 84) pour aller de la gare à l'hôtel.

† Le PLUS Randonades

Si vous dormez la veille au Relais du Belloch, vous profitez de son parking privé pour votre véhicule pendant la semaine. Veuillez nous prévenir avant le départ pour profiter d'un rendez-vous spécial le dimanche matin. L'hôtel et Randonades déclinent toute responsabilité en cas de sinistre.

Hébergement & repas

En chambre de 1, 2 ou 3 personnes en hôtel**** "grand confort" dans un petit village calme.

Hôtels, auberges et chambres d'hôtes

En chambres privatives, ici c'est le confort qui prime. Le plus souvent, vous profiterez d'une douche et de sanitaires individuels présents dans votre chambre. Ces hébergements indépendants et familiaux sont gérés par des personnes accueillantes et passionnées par leur métier. Le linge de toilette est fourni.

Séjour en pension complète (dîner + petit-déjeuner + pique-nique). Les boissons ne sont pas comprises.

Les pique-niques du midi seront préparés par nos hôtes du jour. Les repas du soir sont la plupart du temps composés du menu du jour (pas de choix de menu). Les chiens ne sont pas acceptés.

Niveau 3

En moyenne chaque jour, 650 m de dénivelé positif et 5 heures 30 de marche effectives par jour. Terrain : alternance de bons sentiers et sentes ; quelques rares pistes et chemins plus larges.

Dénivelé positif maximum : + 900 m
Dénivelé total en montée : + 4 050 m

Dénivelé total en descente : - 4 050 m
Altitude mini / maxi de passage : 1 250 m / 2 740 m

Portage & Transport des bagages

Portage des affaires personnelles pour la journée de marche. Pour les affaires qui restent à l'hôtel, prévoir un bagage facilement maniable de 10 kg maximum (cf. nos conseils sur l'équipement).

Transferts

- Jour 1 de Latour-de-Carol au col d'Ordino (1 h 40) et retour à l'hôtel
- Jour 2 de l'hôtel à Arcalis (40 min) et retour
- Jour 3 de l'hôtel aux Escaldes (15 min) et retour
- Jour 4 de l'hôtel à Sispony (5 min) et retour
- Jour 5 de l'hôtel à Arinsal (20 min) et retour
- Jour 6 de l'hôtel à Grau Roig (35 min) et retour
- Jour 7 de l'hôtel à Latour-de-Carol (1 h 15)

Les temps de trajet sont donnés à titre indicatif, ils restent dépendants d'événements incontrôlables et imprévisibles (conditions météo, de circulation, etc.). Les transferts routiers sont assurés par des taxis ou des transporteurs privés.

Groupe

4 à 12 personnes.

Dans un souci de convivialité et de sécurité, nous limitons les groupes à 12 participants. Toutefois, le groupe peut exceptionnellement monter à 13 personnes dans le cas où la dernière inscription serait le fait de 2 personnes. Les prestations, les conditions et le prix du séjour resteront dans tous les cas identiques.

La vie de groupe demande parfois de la tolérance, de la patience, 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. Si vous habitez une région à la gastronomie réputée (ou non), pourquoi ne pas apporter un échantillon de votre terroir à déguster ensemble !

Encadrement

Par un accompagnateur en montagne diplômé (brevet d'Etat) spécialiste de la culture locale.

Tous nos accompagnateurs sont des professionnels passionnés, natifs ou résidant depuis longtemps dans les Pyrénées. Ils sauront vous faire partager ou rencontrer une culture, une histoire, un berger ou un vigneron... un pays. Au détour d'un chemin (ou parfois hors sentier), ils vous feront découvrir l'isard ou le vautour, l'oursin, le cèpe ou la girolle à déguster, la grotte cachée à visiter...

Dates et prix

08/07 au 14/07/18
15/07 au 21/07/18
22/07 au 28/07/18
29/07 au 04/08/18
05/08 au 11/08/18

12/08 au 18/08/18
19/08 au 25/08/18
26/08 au 01/09/18
02/09 au 08/09/18
09/09 au 15/09/18

Prix : 865 € / pers.

Supplément chambre individuelle : 145 €

Le prix comprend :

- Frais d'organisation
- Hébergement en pension complète
- Transport des bagages
- Transferts prévus au programme
- Encadrement par un accompagnateur (B.E.)
- 4 entrées à Caldea et 2 massages individuels

Le prix ne comprend pas :

- Acheminement jusqu'aux lieux de rendez-vous et de séparation
- Boissons pendant et en dehors des repas
- Assurances
- Tout ce qui n'est pas mentionné dans "le prix comprend"

Équipement à prévoir

Le bagage

Pour les affaires qui restent à l'hôtel pendant le séjour. Prévoir un seul bagage suiveur (sac souple de 10 kg maximum) par personne en évitant les valises rigides autant que possible.

Le sac à dos

Pour les affaires de la journée (+/- 30 litres).

- Fond de sac (vêtement de pluie, vêtement chaud, lunettes de soleil, crème solaire, trousse à pharmacie, nécessaire de pique-nique)
- Pique-nique du jour et de l'eau en quantité suffisante
- Affaires personnelles (papiers d'identité, carte européenne d'assurance maladie pour les circuits en Espagne et en Andorre, guide faune et flore, appareil photo, etc.)

Le pique-nique

- Gobelet ou quart
- Une boîte hermétique en plastique (environ 0,8 l)
- Couverts légers (fourchette, couteau pliant)
- Gourde (1,5 l minimum) ou poche à eau selon votre préférence

Les chaussures

C'est l'un des éléments les plus importants. Elles doivent être avant tout confortables, imperméables et respirantes. Un bon maintien de la cheville est indispensable. Si vous devez acheter une nouvelle paire, nous vous conseillons d'essayer vos chaussures avant de commencer votre séjour. Ne prenez pas une pointure trop petite, car vos pieds auront tendance à gonfler pendant la marche. Prévoir des chaussures à tiges hautes, avec une semelle de type Vibram avec une bonne accroche. Attention à vos chaussures restées trop longtemps dans un placard, au bout d'un certain temps les semelles se décollent et les coutures peuvent se déchirer.

Les vêtements et équipement spécifiques pour la randonnée

- Veste coupe-vent imperméable (type goretex) ou cape de pluie
- Vêtement chaud (veste polaire ou pull)
- Pantalon pour la marche, short, tee-shirt (privilégiez des matières respirantes)
- Protection solaire (lunettes, chapeau ou casquette, crème, stick à lèvres)
- Maillot de bain (baignade sous votre propre responsabilité)
- Mini-pharmacie : médicaments personnels, compeed pour les ampoules, élastoplaste, gaze, désinfectant, antalgique, biafine, arnica (crème ou granules), une couverture de survie...

Et pourquoi pas :

- Bâtons de marche télescopiques qui favorisent la stabilité et soulagent les articulations
- Guêtres ou "stop-tout" très efficaces par temps de pluie ou simplement dans l'herbe humide

Conseils de lecture

- *Dictionnaire des Pyrénées* de André Levy
- *Les Pyrénées* de Claude Dendaletche
- *La grande flore illustrée des Pyrénées* de Marcel Saule
- *La Cerdagne et ses frontières* de François Mancebo

- Carte 1/50000^e. Institut Cartogràfic de Catalunya / Rando Editions n° 21 Andorra-Cadi

Conditions d'annulation

En cas d'annulation de votre part à plus de 30 jours du départ, Randonades rembourse l'intégralité du prix du séjour sous déduction de frais de dossier forfaitaires de 50 € par personne.

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

En cas de souscription à une assurance annulation, les frais d'annulation vous seront remboursés. Les primes d'assurance ne sont pas remboursables.

L'abandon de votre part au cours de la randonnée ne donne droit à aucun remboursement. Lors d'une inscription à plusieurs : en cas d'annulation de la personne avec laquelle vous deviez partager une chambre (et de non remplacement par une autre personne), le supplément chambre individuelle pourra vous être facturé.

Assurances

Vous pouvez souscrire, **à l'inscription**, à une ou plusieurs assurances (assistance / rapatriement, annulation, interruption de séjour, bagages) qui s'ajoutent au prix du séjour ; conditions générales des contrats sur demande ou consultables sur notre site internet : <http://www.randonades.com/sejour-randonnee/comment-sinscrire>. Ces assurances ne peuvent prendre effet qu'après le paiement intégral du séjour. La souscription est accessible à tous les résidents européens.

L'assurance annulation

Comprend le remboursement des sommes retenues en cas d'annulation de voyage justifiée avant le départ.

L'assurance interruption de séjour

Comprend le remboursement des prestations non consommées en cas d'abandon justifié pendant le séjour.

L'assurance assistance / rapatriement

Comprend l'assistance aux personnes en cas de maladie ou d'accident pendant le séjour.

L'assurance bagages

Comprend le remboursement en cas de vol, détérioration ou perte de vos bagages pendant le séjour.

Responsabilité

Les renseignements indiqués sur nos fiches techniques sont donnés à titre indicatif et ne peuvent engager notre responsabilité. Chaque participant doit se conformer aux règles de prudence et de sécurité données par l'accompagnateur. Randonades se réserve le droit d'exclure à tout moment une personne dont le comportement compromet la sécurité ou le bien-être du groupe ainsi que de modifier, si les circonstances l'exigent, les itinéraires ou certaines prestations du programme, directement ou par l'intermédiaire de l'accompagnateur qui reste seul juge sur le terrain. Aucune indemnité ne saurait être due.

RANDONADES – 30, allée Arago – F-66500 PRADES – Tél. (33) 04 68 96 16 03 – Fax (33) 04 68 05 29 44
randonades@wanadoo.fr – www.randonades.com
n° Siret 450 612 668 00027 – Agence de voyages Licence LI06609001- IM066100022
Assurance RC : MMA BP27 69921 OULLINS – Garantie financière : Groupama caution

