

Le Tour du massif du Canigou

Une boucle au cœur des Pyrénées méditerranéenne

**Circuit en itinérance en boucle, en liberté ou accompagné
7 jours 6 nuits avec 6 jours de marche**

Niveau 3/5



C'est une très belle randonnée faisant le tour d'un massif parmi les plus célèbres des Pyrénées. Le Canigou est le dernier grand sommet de la chaîne avant la Méditerranée. Nous avons souhaité vous proposer cette ronde avec 2 étapes en hôtels au cœur de beaux villages du haut Vallespir. Ce circuit en montagne est près des nuages et permet de profiter d'un environnement montagnard riche et préservé.

Vous cheminez la plupart du temps sur de très beaux sentiers en balcon au-dessus des vallées du Haut Vallespir, du Têt et à travers les réserves naturelles de Prats de Mollo, La Preste et de Py. Une magnifique boucle pour découvrir ce beau pays catalan.

POINTS FORTS :

- La haute montagne méditerranéenne : des paysages riches et variés,
- 3 nuits en hôtel donc une dans le beau village de Prats de Mollo,
- l'ascension du pic du Canigou en option,
- De véritables étapes de montagne entre 1300 et 2784m d'altitude,

SARL LaRébenne au capital de 5000€ RCS de Foix - 1 place du 8 Mai 1945. 09000 Foix
Tel : 05.61.65.20.93 / 06.81.53.77.75

contact@larebenne.com www.larebenne.com www.gr10-pyrenees.com

RCP: 115 769 365 MMA IM009100007 N° de TVA FR 3350215707600014

Garant : Groupama N° 4000714358/0 N° SIRET : 502 157 076 00014

PROGRAMME

Jour 1 : Arrivée à Amelie les Bains.

Installation en hôtel** en demi-pension.

Jour 2 : De Batère à St Guilhem :

16km -5h- Dénivelé : +750m -950m **ou par la variante** 16km -7h- Dénivelé : +1050m -950m

Avec vos voiture personnelles, montée au refuge de Batère (45mn) , vous partez pour une randonnée tout en balcon.

C'est une journée qui se déroulent sur les flancs Sud du massif entre 1500 et 2000 m d'altitude et fini par une descente à 1300 m à la chapelle Sant Guilhem. Possibilité de faire une variante via un magnifique sentier en balcon.

Nuit en refuge. (Pas de bagages ce soir-là)

Jour 3 : De St Guilhem à Prats de Mollos :

15km -5h- Dénivelé : +500m -1050m

Aujourd'hui, de très belles vues sur les contreforts puissants de la Serre des Rocs Negres,

Du Puig del Tres Vents, du Sept Hommes, mais aussi et surtout sur ce Haut Vallespir immense et serein. Pour finir une descente vers le beau village médiéval de Prats de Mollo au cœur de la vallée du haut Vallespir. Nuit en hôtel.

Jour 4 : De Prats de Mollos à La Preste Les Bains :

13km -5h30- Dénivelé : +980m -600m

Après avoir quitté la forteresse Lagarde construite par Vauban au XVII siècle, c'est une belle ascension vers les sommets de Puig Sec et de la Clappa gardiens de la frontière avec l'Espagne. Arriver au col frontière de Pregon, vous descendez maintenant vers l'élégant village thermal de La Preste les Bains

Nuit en hôtel.

Jour 5 : De la Preste à Mariailles :

15km -6h - Dénivelé : +790m -700m **Court transfert le matin au col Baix.**

Puis c'est une montée vers la crête et les aiguilles des Esquerdes de Rotja qui permet d'atteindre le côté Nord du massif. Puis c'est une belle traversée des pâturages du Pla Guillem d'où vous pourrez admirer des paysages magnifiques sur le Canigou et les sommets tout autour.

Nuit en refuge. (Pas de bagages ce soir-là)

Jour 6 : Du refuge de Mariailles au refuge de Cortalets :

17.5km -6h- Dénivelé : +980m -690m.

Vous contournez par le GR10 le célèbre Mont Canigou par le col de Ségalès, superbe parcours en balcon dans la montagne méditerranéenne.

Nuit en refuge de montagne (Pas de bagages ce soir-là).

Jour 7 : Le sommet du Canigou et (ou) du refuge de Cortalets à Batère :

Aujourd'hui 2 possibilités soit vous allez directement à Batère :

16km -4h30- Dénivelé : +290m -1010m

Le balcon du Canigou, profitez d'un panorama saisissant du Roussillon à la Méditerranée en passant par les Corbières et la Montagne Noire. Découvrez les anciennes mines de fer de Batère et de Pinosa, une histoire d'hommes et de fer... Nuit en gîte d'étape.

Ou depuis le refuge de Cortalets, vous pouvez faire l'ascension du Canigou en aller/retour :

+7.5km 2h30 Dénivelé : +560m -560m

Fin du séjour à Batère.

SARL LaRébenne au capital de 5000€ RCS de Foix - 1 place du 8 Mai 1945. 09000 Foix

Tel : 05.61.65.20.93 / 06.81.53.77.75

contact@larebenne.com www.larebenne.com www.gr10-pyrenees.com

RCP: 115 769 365 MMA IM009100007 N° de TVA FR 3350215707600014

Garant : Groupama N° 4000714358/0 N° SIRET : 502 157 076 00014

Pour les groupes constitués, nous pouvons proposer un programme accompagnant et adaptons le niveau, la durée, le prix et le programme à la demande.

N'HESITEZ PAS A NOUS CONTACTER

PENDANT VOTRE SEJOUR

ENCADREMENT :

En liberté :

Vous partez seuls, en couple, en famille ou entre amis. Nous nous occupons de l'hébergement, des repas, du transfert des bagages et groupe.

Vous avez une bonne expérience de la randonnée et vous savez vous orienter avec une carte et une boussole. D'une étape à l'autre, vous suivez les cartes et le topo guide que nous avons préparé avec soins.

Partir en liberté, c'est randonner léger, au rythme de chacun et profiter pleinement des plaisirs de la nature sans se préoccuper de la logistique du séjour. C'est aussi être libre d'interpréter et d'imaginer ce que racontent les Pyrénées.

Avec accompagnateur :

Découvrir une partie des Pyrénées pendant une semaine, connaître son milieu naturel, son histoire, la vie de ses habitants, la relation de l'homme avec la nature...les accompagnateurs en montagne spécialistes de ces régions sont là pour vous éclairer sur les éléments qui vous entourent et donner vie à la montagne.

Les accompagnateurs de La Rébenne sont là pour vous faire partager leur passion pour la montagne.

PORTAGE DES BAGAGES :

Le portage est limité aux affaires de la journée et au pique-nique (non fourni). Les bagages sont transportés par véhicule sauf pour les jours 2, 5 & 6. Merci de prévoir 1 bagage par personne, de maximum 15kg/bagage.

VOTRE HÉBERGEMENT :

3 nuits en hôtel et 4 nuits en refuge de montagne en demi-pension.

Gites d'étapes et refuges : sélectionnés notamment pour la qualité de leur accueil, vous retrouvez dans les gîtes d'étapes et refuges une ambiance conviviale. Le plus souvent, vous partagez des dortoirs de 4/8 places. Les draps et serviettes ne sont pas fournis.

En chambre double en hôtels confort ** ou *** (selon disponibilités) en DEMI-PENSION.

Les hôtels proposent un bon niveau de confort. Vous dormez dans des chambres simples ou doubles, possédant une salle de bain individuelle. Les draps et serviettes sont fournis.

LA NOURRITURE :

Pas question de faire un régime pendant votre séjour mais c'est plutôt l'occasion de goûter à la cuisine locale. Nous attachons une grande importance à la qualité de la nourriture : équilibre diététique, apport énergétique et spécialité du pays sont les ingrédients de chaque repas.

Les pique-niques ne sont pas prévus.

NOMBRE DE PARTICIPANTS :

A partir de 2 personnes.

SARL LaRébenne au capital de 5000€ RCS de Foix - 1 place du 8 Mai 1945. 09000 Foix
Tel : 05.61.65.20.93 / 06.81.53.77.75

contact@larebenne.com www.larebenne.com www.gr10-pyrenees.com

RCP: 115 769 365 MMA IM009100007 N° de TVA FR 3350215707600014

Garant : Groupama N° 4000714358/0 N° SIRET : 502 157 076 00014

AVANT VOTRE DÉPART

TARIFS :

Voir la grille des prix sur notre site Internet

S'INSCRIRE :

La Rébenne privilégie le contact avec ses voyageurs. Nous aimons vous parler de nos voyages et souhaitons garder cette relation avec vous. Echange, partage et plaisir restent notre ambition pour les voyages La Rébenne.

Pour nous contacter et vous inscrire, c'est simple ! Appelez-nous ou envoyez-nous un mail rapide :

contact@larebenne.com
Tél +33(0)5 61 65 20 93
Ou +33(0)6 81 53 77 75

Contrat de vente et acompte

Nous vous envoyons le contrat de vente, le formulaire d'assurances ainsi que les conditions particulières et générales de vente. L'inscription est effective lorsque nous recevons le contrat signé accompagné d'un acompte de 40 % du montant du séjour. Un accusé de réception vous est ensuite envoyé.

Païement du solde :

Le solde doit être versé un mois avant la date de départ. Si vous vous inscrivez moins d'un mois avant le départ, vous payez l'intégralité du prix du voyage lors de l'inscription.

Validation et convocation :

A réception du règlement du solde, vous recevez votre dossier séjour (le lieu de rendez-vous, la liste de matériel à emporter ainsi que les contacts nécessaires...).

FORMALITÉS :

Carte d'identité en cours de validité
Assurance rapatriement conseillée

NIVEAU : 2.5/5

De 4 à 6 h30 de marche par jour. Difficultés techniques : 980m de dénivelé positif maximum. Vous avez une bonne condition physique et vous êtes préparés à la randonnée sur plusieurs jours. Savoir s'orienter avec une carte, une boussole et un topo-guide. Avoir une bonne expérience de la montagne.

PERIODE :

De juin à Octobre

DÉPART ET RENDEZ-VOUS.

Départ libre à partir de 2 personnes et les groupes constitués.

SARL LaRébenne au capital de 5000€ RCS de Foix - 1 place du 8 Mai 1945. 09000 Foix
Tel : 05.61.65.20.93 / 06.81.53.77.75

contact@larebenne.com www.larebenne.com www.gr10-pyrenees.com

RCP: 115 769 365 MMA IM009100007 N° de TVA FR 3350215707600014

Garant : Groupama N° 4000714358/0 N° SIRET : 502 157 076 00014

Comment y aller :

En voiture : Autoroute vers l'Espagne. A Perpignan, prendre direction Le Boulou et prendre la D115. Ensuite une petite route de montagne pour arriver à Batère.

En train : Gare SNCF de Perpignan, puis bus jusqu'à Arles Sur Tech et taxi pour Batère.

En avion : Aéroport de Perpignan puis bus jusqu'à Arles Sur Tech et taxi pour Batère.

LE PRIX COMPREND :

- L'hébergement en demi-pension pour les randonnées,
- Le transport des bagages,
- le topo-guide numérique,
- Les traces GPS au format GPX (sur demande).

LE PRIX NE COMPREND PAS :

- Les boissons,
- Les assurances,
- Les dépenses personnelles,
- Les pique-niques,
- L'hébergement la veille du départ,
- La visite des monuments.

OPTIONS :

- Hébergement la veille du départ,
- Location de GPS avec traces enregistrées 50€.
- Pique-nique : Tous les hébergements peuvent vous proposer un pique-nique autour de 12€ env. Nous pouvons les réserver pour vous, merci de nous le dire à l'inscription svp.

NOUS CONSULTER

ASSURANCES :

Conformément à la réglementation de notre profession, LAREBENNE est assurée en Responsabilité Civile Professionnelle. Cependant, chaque participant doit être titulaire d'une responsabilité civile individuelle ainsi que d'une garantie individuelle multirisque dans le but de se protéger des incidents ou accidents pouvant survenir avant ou pendant la randonnée ou le voyage.

Toute assurance complémentaire est facturée par personne et doit être obligatoirement souscrite le jour de l'inscription au voyage.

Nous vous proposons 2 formules au choix : Multirisques, Annulation.

Forfait n° 1 : La Multirisques

Elle offre un combiné de garanties complètes en annulation, perte de bagages, assistance rapatriement, frais médicaux, interruption de séjour.

Cette assurance est souscrite auprès de la compagnie APRIL Voyages.

Forfait n° 2 : Annulation

Elle vous garantit exclusivement en cas d'empêchement avant le départ.

Cette assurance est souscrite auprès de la compagnie APRIL Voyages

Reportez-vous à la grille des tarifs sur le site Internet, rubrique infos pratique - assurances :

<http://www.larebenne.com/infos-pratiques/assurances.html>

SARL LaRébenne au capital de 5000€ RCS de Foix - 1 place du 8 Mai 1945. 09000 Foix

Tel : 05.61.65.20.93 / 06.81.53.77.75

contact@larebenne.com www.larebenne.com www.gr10-pyrenees.com

RCP: 115 769 365 MMA IM009100007 N° de TVA FR 3350215707600014

Garant : Groupama N° 4000714358/0 N° SIRET : 502 157 076 00014

MATÉRIEL CONSEILLÉ À EMPORTER

Car une bonne préparation est souvent synonyme de séjour réussi, voici quelques conseils sur votre matériel à emporter pour que votre voyage se passe dans les meilleures conditions (non exhaustif) :

VOTRE BAGAGE

Dans la mesure du possible, un seul bagage suiveur par personne : type sac de sport environ 55l. Ces bagages sont transportés par véhicule.

Nous vous donnerons des étiquettes adresse à attacher aux bagages.

LE SAC A DOS

1 sac à dos moyen pour les affaires de la journée (type 55 litres)

LE FOND DE SAC

- Boussole et altimètre pour les randonnées en liberté
- Un vêtement de pluie.
- Deux gourdes de 1 litre d'eau minimum.
- Une trousse à pharmacie : Pansements double-peau, désinfectant bio- gaze, bandes, gaze, micro-pur pour l'eau, aspirine, médicaments personnels et une couverture de survie.

(A constituer avec votre médecin.)

- Vos objets personnels : appareil photo, chapeaux, jumelles etc.

LES CHAUSSURES

Bonnes chaussures de randonnée montant au-dessus de la cheville. 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.

LES VÊTEMENTS

- Une veste coupe-vent imperméable (gore tex, poncho...)
- Un gros pull ou une veste polaire
- Un pantalon confortable pour la marche
- Un short, des tee-shirts..., ainsi que des sous-vêtements respirants
- Vêtements de rechange et linge personnel
- Un bonnet et une paire de gants.
- Un maillot de bain (pour certains séjours).

POUR LE COUCHAGE (Pour les nuits en gîte, en dortoir)

- Un sac de couchage ou sac à viande.
- Des boules Quiès® (on ne sait jamais !)

POUR LE PIQUE-NIQUE

- Une boîte hermétique en plastique avec couvercle étanche pour une portion de salade avec vos initiales marquées sur le couvercle et sur la boîte.
- Couverts (fourchette, couteau pliant, cuillère).
- Vivres de course (barres énergétiques, fruits secs...).

PETIT MATÉRIEL

- Chaussures légères et aérées pour le soir (tennis style jogging ou sandalettes)
- Une paire de bâtons télescopiques ou « bâton de berger »
- Lunettes de soleil et crème solaire
- Protection pour les lèvres
- Chapeau, casquette ou bob
- Appareil photo, jumelles...
- Une petite trousse de toilette, avec serviette
- Une lampe de poche ou frontale + piles de rechanges.
- Du papier hygiénique.

TÉLÉPHONE PORTABLE

SARL LaRébenne au capital de 5000€ RCS de Foix - 1 place du 8 Mai 1945. 09000 Foix
Tel : 05.61.65.20.93 / 06.81.53.77.75

contact@larebenne.com www.larebenne.com www.gr10-pyrenees.com

RCP: 115 769 365 MMA IM009100007 N° de TVA FR 3350215707600014

Garant : Groupama N° 4000714358/0 N° SIRET : 502 157 076 00014

APRÈS VOTRE RETOUR

Faites-nous part de vos impressions ! Et pour que ces bons souvenirs de voyage perdurent, nous serions très heureux de recevoir vos photos, vidéos, montages, commentaires... que vous avez effectués lors de votre circuit.

A VOTRE SERVICE

Toute l'équipe de La Rébenne est à votre disposition pour la bonne réalisation de votre voyage, alors n'hésitez pas à nous contacter :
Nous ferons tout pour que votre séjour soit une réussite.

Vous pouvez nous contacter par :

- Téléphone : 05.61.65.20.93
 - Portable 06.81.53.77.75
 - Mail : contact@larebenne.com
 - Courrier : 1 place du 8 Mai 1945 - 09000 FOIX
-