FICHE TECHNIQUE - RY04

La Transfrontalière Nord-Sud des Pyrénées (Niveau 4)
Le Chemin des Bonshommes à VTT - France Andorre Espagne

5 jours - 4 nuits dont 5 jours de VTT

Niveau : 4/5



Une itinérance Nord-Sud en VTT. Des Pyrénées françaises vers la Catalogne espagnole, nous traversons le versant nord des Pyrénées puis après une étape d'anthologie en Andorre, nous passons les magnifiques montagnes de la Sierra del Cadi. Nous finissons au sanctuaire de Queralt d'où commence la plaine de Barcelone et Montserrat. Des pistes roulantes en montée aux sentiers monotrace en descente, partons nous faire plaisir sur un parcours original au travers de paysages extraordinaires… Un dépaysement total, sur un itinéraire choisi, à la rencontre des villages de montagne, des châteaux et de la culture pyrénéenne.

Les points forts

- Une traversée nord-sud des Pyrénées sur des sentiers adaptés au vtt
- Terrain très varié : sentiers, pistes… roulants, techniques et ludiques
- Hébergement en pension complète, avec pique-nique, et transfert retour inclus
- Les superbes paysages des Pyrénées centrales et de la Sierra del Cadi

PROGRAMME

Jour 1 : De Foix à Montségur : 55 km - Dénivelé : + 2055 m - 1413 m

Possibilité de réduire l'étape.
Départ de Foix pour atteindre les hauteurs du Pech, vue panoramique sur tout le pays. Nous roulons sur les pistes et sentiers du piémont calcaire du Plantaurel.
Une belle étape XC exigeante qui nous permet de rallier les 3 châteaux : Foix, Roquefixade et le célèbre pog de Montségur. Plusieurs circuits VTT possibles au menu du jour… et finissez la journée par la visite du château de Montségur.

Jour 2 : De Montségur à Mérens-les-Vals : 58 km - Dénivelé : + 2300 m - 1950 m

Possibilité de réduire l'étape.
Longue étape qui permet de traverser une multitude de paysages : après une première descente en monotrace ludique et technique, montée dans les spectaculaires gorges de la Frau. Nous reposons les mollets sur le plateau de Sault où commencent les influences méditerranéennes. Un bref passage au château de Montaillou puis le col du Chioula et le col de Jou aux panoramas grandioses se gagnent par des montées roulantes avant de redescendre sur single track ludique. Un bain bien mérité dans les sources chaudes naturelles puis nous découvrons la belle église romane de Mérens-les-Vals.

Jour 3 : De l'Andorre à Bellver de Cerdanya : 51 km - Dénivelé : + 590 m - 1980 m

Le matin, transfert pour Andorre et les Pyrénées méditerranéennes.
Après une pause au Pas de la Case, direction le Port d'Envalira à 2409m où nous attend une descente de montagne mythique. D'abord, une partie free-ride sur sentiers techniques puis un enchaînement de single et piste nous guide vers les Pyrénées du soleil, la Catalogne espagnole. L'ambiance change très nettement. Devant nous se dresse la Sierra del Cadi. Nuit en hôtel avec piscine (l'été). (L'étape peut être modifiée suivant la météo).

Jour 4 : De Bellver de Cerdanya à Gosol : 58 km - Dénivelé : + 2300 m - 1750 m

Quelques kilomètres roulants face à la muraille calcaire de la Sierra del Cadi puis une belle montée nous attend pour franchir cette montagne qui devient plus méditerranéenne à chaque coup de pédale. Les odeurs, la végétation changent, le terrain calcaire aussi. Vous atteignez le col puis la vue se dégage : au Nord, la Cerdagne et les montagnes du Capcir ; au Sud, le Parc National del Cadi et surtout une descente très agréable sous les pins sylvestres. Nous passons au pied de la Pedraforca, forteresse minérale pour rejoindre l'auberge du beau village de Gosol où nous passerons la nuit.

Jour 5 : De Gosol à Berga : 45 km - Dénivelé : + 1350 m - 1565 m

La dernière étape nous mène au sanctuaire de Queralt à travers la forêt méditerranéenne et le superbe plateau de Peguera. Les sentiers très roulants des plateaux d'altitude et la belle descente en sous-bois jusqu'à Queralt sont les dernières sensations et un réel plaisir des yeux. Transfert retour à Foix et fin du séjour.

CONDITIONS DE VOYAGE

Formalités :

- Carte d'identité en cours de validité,
- Carte européenne d'assurance maladie obligatoire : c'est une carte attestant de vos droits à l'assurance maladie (les soins en cas de nécessité sont pris en charge) partout en Europe. Individuelle et nominative, elle est gratuite et valable un an. Vous pouvez l'obtenir sur simple demande à votre Caisse d'assurance maladie (par téléphone ou au guichet) ; vous n'avez pas de documents à fournir. Vous recevrez votre carte sous 15 jours. Si le délai est court, vous pouvez obtenir une attestation,
- Assurance rapatriement obligatoire.

Participants :

Le départ est garanti pour un minimum de 2 personnes.

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 sont préparés par les cuisiniers des gîtes ou hôtels. Pour éviter la production de déchets inutiles, nous vous demandons d'apporter une boite plastique que les cuisiniers rempliront de délices chaque matin.

Départ et rendez vous :

RDV à Montgailhard - Foix (09)
Comment y aller :
En voiture : RN 20 depuis Toulouse puis sortir à Foix.
En train : Gare SNCF de Foix.
En avion : Aéroport de Toulouse puis navette jusqu'à la gare SNCF de Foix.

Encadrement :

Formule avec moniteur VTT diplômé d'état avec portage de bagages par taxi (à partir de 6 personnes) : Accompagnés par un professionnel brevet d'état VTT, vous roulez sans vous soucier de l'itinéraire à suivre. Notre moniteur, spécialiste de la région, vous guide et vous donne, si vous le souhaitez, les bons conseils pour faire de vous des vététistes hors pair. Grâce à sa connaissance de l'itinéraire, il s'adapte à votre groupe pour gérer les horaires et l'effort tout au long de la journée. Libérés de la gestion du groupe, votre unique souci est de vous faire plaisir sur votre VTT.

Portage des bagages :

Vous ne portez que les affaires de la journée et le pique-nique. Les bagages sont transportés par véhicule (ou par le véhicule d'assistance). 1 bagage/personne et limité à 15kg/bagage.

Hébergement :

En pension complète.
Formule chambre double : 4 nuits en hôtel en chambre double.
Vous dormez dans des chambres confortables de 2 personnes en hôtels, chambres d'hôtes et parfois en gîtes. Les draps et serviettes sont fournis. Une salle de bain vous est réservée. (Option chambre simple - Voir tarifs sur

notre site).

Supplément éventuel à prévoir : notre hébergeur à Gosol demande un supplément de 75€ si vous arrivez chez lui les vendredis et samedis ainsi que certains jours fériés. Nous pourrons vous renseigner précisément sur ce point, n'hésitez pas à nous contacter !

Niveau :

Niveau physique : 2.5/3
Vous êtes endurant et avez une bonne condition physique. Vous pratiquez régulièrement le VTT tout au long de l'année. De 32 à 58 km par jour avec des dénivelés positifs maximum de 2300 m.
Niveau technique : 2/3
Vous maîtrisez bien le freinage en descente et la trajectoire du vélo. Vous roulerez sur des chemins ou sentiers parfois roulants, parfois techniques (plus raides, avec petites obstacles).

Hébergement :

En pension complète.
Formule chambre double : 5 nuits en hôtel/hostal en chambre double.
Vous dormez dans des chambres confortables de 2 personnes en hôtels, chambres d'hôtes, hostals et parfois en gîtes. Les draps et serviettes sont fournis. Une salle de bain vous est réservée.

Supplément éventuel à prévoir : notre hébergeur à Gosol demande un supplément de 75€ si vous arrivez chez lui les vendredis et samedis ainsi que certains jours fériés. Nous pourrons vous renseigner précisément sur ce point, n'hésitez pas à nous contacter !

TARIFS

Formule liberté avec portage des bagages par taxis	
Inscription à 2 personnes	1070€
Inscription à 3 personnes	990€
Inscription à 4 personnes	980€
Inscription à 6 personnes	920€

Formule liberté avec véhicule d'assistance	
Inscription à 6 personnes	890€
Inscription à 8 personnes	820€

Formule avec moniteur diplômé d'état et portage des bagages par taxis	
Inscription à 6 personnes	1140€
Inscription à 8 personnes	1090€

Le prix ne comprend pas :

L'hébergement la veille du départ,
Les boissons et les dépenses personnelles,
Le pique-nique du J1,
Les vtt et le matériel personnel de vtt (casques, gants),
Le transport pour se rendre au point de rendez-vous et les assurances.

Le prix comprend :

La réservation des hébergements,
Le topoguide numérique et les traces GPX pour les formules liberté.
La demi-pension + pique-nique à partir du dîner du J1 au soir et jusqu'au pique-nique du J5,
Le transport de bagages, les transferts du groupe et le transfert retour,
Pour la formule avec véhicule d'assistance : 1 véhicule 9 places suit le groupe sur tout le séjour,
Pour la formule avec guide : plus de souci d'orientation, le guide diplômé d'état s'occupe de tout pendant tout le séjour.

INFORMATIONS GENERALES

Comment s'inscrire ? :

LaRébenne privilégie le contact avec ses voyageurs. Nous aimons vous parler de nos voyages et souhaitons garder cette relation avec vous. Échange, partage et plaisir restent notre ambition pour les voyages LaRébenne. N'hésitez pas à nous contacter directement pour parler randonnée ou vélo.
contact@larebenne.com
+33 (0)5 61 65 20 93

Inscription, acompte et validation

Une fois votre choix de séjour fait, pour vous inscrire, c'est simple, facile et rapide !
* Soit directement sur notre site sur la page de votre circuit, cliquez sur inscription.
* Soit nous créons avec vous un séjour sur-mesure, nous vous enverrons alors un lien personnalisé vers votre bulletin d'inscription.
L'inscription est effective lorsque nous recevons votre bulletin d'inscription avec votre acceptation des conditions générales de vente, accompagné de l'acompte de 30 % du montant du séjour. Ensuite, un accusé de réception de votre inscription vous sera envoyé.

Règlement sécurisé à 100%
Vous pouvez régler par carte bancaire (plus rapide), chèque bancaire, chèque-vacances, virement. ANCV.jpg

Paiement du solde

Le solde doit être versé un mois avant la date de départ. Vous retrouvez sur votre espace My LaRébenne votre facture, ainsi qu'un lien de paiement vers le solde de votre séjour.

Invitation au départ

À réception du règlement du solde, votre carnet de voyage sera disponible dans votre espace client sur My LaRébenne où vous retrouverez l'ensemble des éléments utiles à votre voyage ainsi que votre facture.

Les assurances :

Conformément à la réglementation chaque participant à un voyage LaRébenne 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 à vélo.
L'assistance couvre essentiellement les frais de recherche-secours, le rapatriement et les frais médicaux. Elle intervient dès lors qu'un constat médical permet de décider du rapatriement. Un rapatriement appelé "retour prématuré" peut aussi être mis en place pour des raisons extérieures à celle de l'assuré lui-même, par exemple le décès d'un membre de la famille (voir les cas dans le fascicule d'assurance). Au préalable, dans les régions éloignées des infrastructures médicales et difficiles d'accès, vous devez accepter l'organisation des premiers secours par des moyens locaux (4X4, porteurs, chevaux, etc.).
Ce contrat indemnise aussi la perte, le vol ou le retard de livraison de bagages, ainsi que l'interruption de séjour.
L'assurance protège du risque financier d'annulation. Il est très important d'avoir une assurance de ce type en cas d'annulation suite à un problème de santé ou pour une raison professionnelle.
Nous vous proposons de souscrire l'un des quatre contrats que nous avons sélectionné, sachant que nous servons uniquement d'intermédiaire entre vous et l'assureur. Toute assurance complémentaire est facturée par

personne et doit être obligatoirement souscrite le jour de l'inscription au voyage :

- Je souscris le contrat "Multirisque" (4.5%), prime minimale de 15 euros :
  Assistance-rapatriement + interruption circuit + bagages + annulation.
  Voir le contrat complet en cliquant ici.

- Je souscris le contrat "Multirisque carte bancaire" (3,8%), prime minimale de 15 euros :
  Assistance + interruption séjour + bagages + annulation en complément de votre CB (uniquement pour un paiement avec une carte Mastercard de type Gold, Platinum, world Elite, ou Visa de type Premier ou Infinite. Cartes bancaires délivrées par une banque française uniquement).
  Voir le contrat complet en cliquant ici.

- Je souscris le contrat "Annulation" (2.5%), prime minimale de 10 euros :
  Annulation uniquement.
  Voir le contrat complet en cliquant ici.

- Je souscris le contrat "Assistance rapatriement" (1.6%), prime minimale de 10 euros :
  Assistance rapatriement + interruption de circuit + bagages.
  Voir le contrat complet en cliquant ici.

En ce qui concerne la garantie « responsabilité civile à l'étranger », seuls les résidents français sont couverts.

Informations :

LaRébenne - 10 rue de la Comédie - 09000 Foix - France
Tel : + 33 (0)5 61 65 20 93 - contact@larebenne.com - www.larebenne.com
Immatriculation tourisme : IM 038100057