



Les balcons de l'Altiplano en raquettes.



Une sélection des plus belles balades en raquette entre Cerdagne, Capcir et Sierra de Cadi où les splendides paysages évasés et lumineux se succèdent. Le terrain de jeu idéal au départ d'un charmant village de montagne.

7 jours - 6 nuits - 5 jours de marche

- Départ garanti à 5
- Séjour en étoile
- Sans portage
- Accompagné

Code voyage :
FP6CERD



©G. Rohart

Les points forts

- La variété des paysages évasés et lumineux
- L'ambiance chaleureuse et familiale
- L'entrée aux Bains de Dorres
- Le déjeuner grillade dans les bois



Avant votre départ, pensez à vérifier la validité de la fiche technique sur notre site web.

<https://www.labalaguere.com/les-balcons-de-l-altiplano-en-raquettes.html-0>

C'est une semaine exceptionnelle de balades à raquettes qui vous attend entre Cerdagne, Capcir et Sierra de Cadi. Installé dans les agréables chambres d'un gîte à l'accueil chaleureux, nous partirons à la découverte de cette magnifique région d'altitude et de hauts-plateaux, l'une des plus ensoleillée de France. Les étendues lumineuses des Bouillouses, le charme des forêts du Capcir ou encore les majestueuses faces de la Sierra de Cadi se dévoileront sous nos pas. Et, au détour d'une clairière, nous aurons la chance de déguster les grillades catalanes d'un sympathique refuge perdu dans les bois. Les fins de journées seront toutes aussi agréables que ce soit autour de l'excellente cuisine familiale ou dans les eaux chaudes des Bains de Dorres tout proche de l'hébergement. Des plaisirs qui s'apprécient en contemplant la nature et les montagnes.

■ PROGRAMME

JOUR 1

Latour de Carol Enveigt - Dorres

Accueil et transfert au cœur du charmant petit village de montagne de Dorres. Installation pour la semaine dans notre hébergement chaleureux.

Temps de transfert : 15min.

JOUR 2

Chapelle de Belloch

Au départ du village, un bel itinéraire nous conduit jusqu'à la Chapelle de Belloch. Le panorama à 360° sur l'Altiplano donne le ton de cette semaine haute en couleurs. Au retour de la randonnée, détente et relaxation dans les eaux chaudes des Bains de Dorres.

Temps de marche : 3 à 4h. Dénivelé : + 400m / - 400m.

JOUR 3

Col de Puymorens

Transfert près du Col du Puymorens. Découverte de la large vallée de Font Viva, point d'observation privilégié de la grande faune, mouflons et isards. Le tableau de cette profonde et vaste vallée offre un très beau paysage montagneux où les versants nord jouissant d'une végétation riche s'opposent aux versants sud dénudés mais comblés de soleil.

Temps de marche : 4 à 5h. Dénivelé : + 400m / - 400m. Temps de transfert : 1h45.

JOUR 4

Lac des Bouillouses et Massif du Carlit

Transfert près de Font-Romeu. Montée au grand Lac des Bouillouses dans le massif granitique du Carlit et de petits lacs secrets environnant par des vallons parsemés de pins luttant contre le givre et les rigueurs de l'hiver. Le relief évasé et lumineux, d'ambiance nordique, est de toute beauté.

Temps de marche : 4 à 5h. Dénivelé : + 500m / - 500m. Temps de transfert : 45min.

JOUR 5

Sierra de Cadi

Transfert en Espagne, à Estana. La journée est consacrée à la découverte de la ô combien grandiose Sierra de Cadi. L'itinéraire chemine dans le parc naturel de Cadi-Moixero d'une riche biodiversité avant d'atteindre le merveilleux Prat de Cadi. La vue s'ouvre alors sur l'imposante face nord de la Sierra de Cadi, féérique muraille de roches et de couloirs gorgés de neige.

Temps de marche : 3 à 4h. Dénivelé : + 400m / - 400m. Temps de transfert : 2h.

JOUR 6

Matemale - Grillade dans les bois

Belle randonnée forestière sur les hauteurs de Matemale au milieu des senteurs de résine. Possibilité de monter au Pica Bastard et savourer la beauté de ces montagnes et le calme de cette nature. En sortant de la forêt, le panorama s'ouvre sur le Pic Peric et le Carlit au loin. C'est dans ce havre de paix que Dominique, la gardienne du refuge, nous accueille pour un savoureux déjeuner grillades aux doux parfums catalans.

Temps de marche : 3 à 4h. Dénivelé : + 400m / - 400m. Temps de transfert : 45min.

JOUR 7

Dorres - Latour de Carol Enveigt

Transfert et dispersion après le petit-déjeuner.

Temps de transfert : 15min.

Des éléments indépendants de notre volonté (météo, niveau du groupe, aléa logistique, divers...) peuvent amener notre équipe à modifier le programme. Nous demeurerons attentifs à votre satisfaction mais votre sécurité sera systématiquement privilégiée.

Les Bains de Dorres :

Situé à 500m de l'hébergement, les Bains romain de Dorres offrent une formidable pause détente dans un cadre naturel au panorama imprenable sur l'Altiplano. L'eau chaude sulfureuse (41°C à la source!) était déjà utilisée pour ses bienfaits curatifs dès la préhistoire. Une vraie parenthèse de plénitude pour se relaxer après la journée de randonnée en raquette. Une entrée incluse au programme. Si vous souhaitez en profiter d'avantage, pensez à demander un bon de réduction à l'hébergement (sous réserve de disponibilité).

■ INFORMATIONS PRATIQUES

DATES DE PROGRAMMATION

RENDEZ-VOUS

À 18h45 en gare de Latour de Carol - Enveigt. Possibilité d'être récupéré à 20h45 (nous consulter).

FIN DU SÉJOUR

Dispersion à partir de 10h00 à Latour de Carol - Enveigt

ACCÈS AU LIEU DE RENDEZ-VOUS

EN TRAIN : train de nuit direct pour Latour de Carol - Enveigt, depuis Paris. Sinon TGV ou trains inter-cités depuis Paris, Lyon ou Bordeaux jusqu'à Toulouse puis TER et/ou train Jaune jusqu'à Latour de Carol - Enveigt. Tél SNCF : 36 35. <http://www.voyages-sncf.com/>

EN AVION : L'aéroport le plus proche est celui de Toulouse-Blagnac. De l'aéroport, navette toutes les 20 min. pour la gare SNCF Toulouse-Matabiau (environ 5 € et 20 à 45 min. de trajet). <http://www.toulouse.aeroport.fr/> De la gare, prendre un train pour Latour de Carol - Enveigt.

EN VOITURE : La gare de Latour de Carol - Enveigt est accessible de Toulouse par l'Autouroute des Deux Mers A61, puis par l'A66 et la D820. De Montpellier et Béziers, par l'A9-sortie n°41, puis plus loin direction Andorre-Prades par la N116 .
FP6CERD Dernière mise à jour 26/09/2017 5 / 12

COVOITURAGE

Pour limiter vos frais de déplacements et d'émission de carbone, pensez au covoiturage en tant que chauffeur ou passager. Faites appel à [Blablacar](#). C'est simple et pratique.

Vous pouvez aussi nous téléphoner au 05 62 97 46 46, si vous souhaitez savoir si d'autres personnes du groupe habitent dans la même région que vous. Nous pourrions vous mettre en contact.

Nous vous conseillons enfin de comparer le coût et les horaires de différents modes d'accès au point de départ du circuit grâce au site [Comparabus](#). Contrairement à ce que son nom laisse penser, ce site, pour un même trajet, vous proposera diverses possibilités telles que avion, train, bus, ou covoiturage.

PARKING

Parking non gardé à la gare de Latour de Carol - Enveigt. Gratuit.

Éventuellement possible aux hôtels indiqués pour une arrivée la veille (à convenir avec l'hôtelier et uniquement si vous y dormez).

SI VOUS DESIREZ ARRIVER LA VEILLE OU RESTER APRES LE SEJOUR :

Adresse d'hébergement à proximité du point de rendez-vous :

- Chambres d'hôtes et gîte d'étape Cal Viatger (www.gite-cerdagne.com), 7 rue de la Halte à Enveigt. Petit parking (places limitées) gratuit dans la cour de l'établissement. Tél : 04 68 04 02 71. Mail : cal.viatger@wanadoo.fr

Adresse d'hébergement à l'étape du premier soir :

Si vous désirez vous y rendre directement, prévenez-vous au plus tard 1 semaine avant le départ afin que le groupe ne vous attende pas inutilement au point de rendez-vous.

- Gîte O'Friendly d'Or (www.o-friendly-dor.simplesite.com), 3 carrer Major à Dorres. Tél : 04 68 30 07 52. Mail : ofriendlydor@gmail.com

Attention, il se peut que pour votre séjour nous ayons dû choisir un autre hébergement que celui mentionné ci-dessus ; renseignez-vous auprès de nos bureaux quelques jours avant le départ.

DÉPART GARANTI À PARTIR DE (PERS.)

5

GROUPE LIMITÉ ENVIRON À (PERS.)

15

NIVEAU

3 à 5 heures de marche par jour, sans difficulté technique. 500 m de dénivelé maximum.

PORTAGE

Vous ne porterez que vos affaires de la journée ; vos bagages resteront à l'hébergement pendant toute la durée du séjour.

ENCADREMENT

Par un accompagnateur en montagne diplômé d'état, spécialiste de la région et de la raquette à neige.

HÉBERGEMENT

Au cœur du charmant village de montagne de Dorres, dans un gîte d'étape et de séjour sympathique et à la table gourmande. Cet ancien hôtel, transformé en gîte paisible, propose des chambres doubles/twins ou triples avec douche et sanitaire dans chaque chambre (chambre individuelle avec supplément). Vos hôtes, véritable amoureux de la montagne, vous réservent un accueil chaleureux et familial.

REPAS

Les petits déjeuners et dîners seront pris à l'hébergement. Nous pique-niquerons le midi sauf une journée, où nous profiterons d'un déjeuner chaud composé de grillades aux saveurs catalanes assis à la table d'un refuge perdu dans les bois.

DÉPLACEMENTS

En fonction des effectifs, les transferts sont effectués en bus, minibus ou taxis.

FORFAIT TOUT COMPRIS EXCEPTÉ

Les boissons, les frais d'inscription, les éventuels bains non mentionnés dans le programme et l'assurance.

FORMALITÉS

Carte d'identité ou passeport en cours de validité. N'oubliez pas dans votre sac à dos le contrat d'assistance-rapatriement.

PENSEZ-Y

Idées sympas :

N'hésitez pas à amener une spécialité de votre région pour la partager avec le groupe.

Au début du séjour, vous pouvez confectionner une caisse commune qui servira aux pots et achats de groupe.

■ ÉQUIPEMENT

CONSEILS POUR LE CHOIX DE VOTRE ÉQUIPEMENT

Pour le haut du corps : quelle que soit la région ou la saison, le principe des 3 couches respirantes (Tee-shirts - pull ou veste chaude - surveste imperméable/coupe-vent) permet de répondre à la plupart des situations.

Opter pour des vêtements qui sèchent rapidement -fibres synthétiques- et proscrire le coton (séchage trop lent => inconfortable). La laine est une fibre naturelle qui possède aussi d'excellentes qualités et qui, grâce aux nouveaux procédés de fabrication, connaît un retour en force dans la confection des vêtements Outdoor.

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 -surtout en hiver- car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés. Proscrire les anoraks, qui peuvent transformer une agréable randonnée en véritable calvaire !

Pour le bas du corps : shorts et pantalons en toile solide, en matière synthétique, permettent aussi un séchage rapide et procurent donc plus de confort.

Apportez un soin particulier au choix des chaussettes : prenez des chaussettes de randonnée, renforcées (solidité) et à coutures plates (pour éviter les ampoules). En hiver, choisissez des chaussettes chaudes. Dans ce domaine aussi, proscrire le coton.

LES BAGAGES

Pour votre séjour, prévoyez :

- 1 sac de voyage par personne (ou valise à roulette). Ne prenez pas un bagage trop volumineux afin d'éviter des soucis d'encombrement du bus ou d'organisation logistique.

Sur les séjours itinérants ou semi-itinérants, limitez également le poids à 10-12 kgs, car l'accès malaisé à certains hébergements pourrait compromettre la livraison des bagages.

Évitez absolument d'y laisser des objets fragiles et/ou de valeur.

- 1 sac à dos de 35-40 litres environ, avec ceinture ventrale et un dos bien aéré pour votre confort

LES VETEMENTS

- 1 chapeau, ou casquette, ou foulard
- 1 bonnet, ou bandeau en polaire et/ou un tour de cou
- 1 masque de ski (facultatif ; utile en cas de mauvais temps)
- 1 paire de gants chauds
- 1 paire de moufles chaudes de rechange à mettre au fond du sac (facultatif)
- des tee-shirts en matière respirante à manches longues (1 tous les 2-3 jours) et 1 ou 2 à manches courtes
- 1 veste chaude type polaire (voire déperlante type "softshell") ou type "primaloft" (chaud et compressible)
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type "gore-tex" avec capuche
- 1 pantalon de trekking solide et déperlant + 1 collant chaud ou caleçon long (type "Carline"). Ou bien 1 pantalon de montagne doublé (chaud). Combinaison de ski alpin à proscrire.
- 1 surpantalon imperméable et respirant type "Goretex" (facultatif)
- des sous-vêtements
- 1 maillot de bain (slip de bain pour les hommes) et des "tongs" pour les thermes
- des chaussettes de randonnée (au moins 1 paire tous les 2 jours) à bouclettes, en synthétique et/ou en laine
- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, à semelle type "Vibram". À éprouver impérativement avant votre séjour. Pour la randonnée proscrire absolument les bottes ou après-skis.
- 1 paire de guêtres (facultatif)
- des vêtements et chaussures confortables pour le soir

LE MATERIEL A EMPORTER

- 1 grand sac plastique à glisser dans votre sac à dos afin de protéger vos affaires des intempéries et/ou 1 sur-sac
- 1 pochette étanche avec : votre contrat d'assistance, vos papiers d'identité, carte vitale et tout autre document mentionné dans la rubrique formalités
- 1 paire de lunettes de soleil de bonne qualité (protection niveau 3) couvrant bien les côtés + crème solaire avec un bon indice de protection et écran labial (le tout systématiquement dans le sac à dos)
- 1 gourde isotherme ou aluminium de 1,5 litre mini ou gourde souple type Platypus (déconseillée en hiver) ou une gourde filtrante (type Lifestraw®, Katadyn MyBottle®, Life Saver®...)
- 1 petit thermos 50 cl (facultatif et surtout utile en hiver si vous souhaitez amener thé, café...)
- 1 gobelet plastique ou aluminium avec anse isolée
- 1 couteau de poche pliant (type Opinel)
- pour le pique-nique : couverts et 1 boîte plastique de 0,5 litre minimum type Tuperwear (impératif même s'il peut arriver qu'elle ne serve pas)
- nécessaire de toilette
- boules Quiès ou tampons Ear (contre les ronflements de voisinage ou autres nuisances sonores)
- des mouchoirs
- du papier toilette
- 1 briquet
- 1 frontale ou lampe de poche + couverture de survie : à mettre systématiquement dans le sac à dos, un retard imprévu suite à un incident peut subvenir même au cours d'une randonnée facile
- des lunettes de rechange (si vous portez des lunettes de vue)
- appareil photo, jumelles, matériel de peinture... (facultatif)

LA PHARMACIE

Prévenez le guide de toute maladie, traitement ou autre allergie qui pourraient compliquer une prise en charge médicale en cas d'incident, ou tout malaise éventuel qui pourrait vous arriver en cours de randonnée

- vos médicaments habituels
- médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- médicaments contre les troubles digestifs
- pastilles contre le mal de gorge
- bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 5 ou 8 cm de large x 2,5 m.
- pansements type Steri-Strip
- jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- double peau (type Compeed ou SOS ampoules)
- pince à épiler
- petits ciseaux
- vitamine C
- pince à échardes
- gel désinfectant utile pour se laver/désinfecter les mains (type "Stérilium gel")

LE MATÉRIEL FOURNI PAR LA BALAGUERE

- le guide est équipé d'une pharmacie de premiers secours mais qui n'est pas destinée à subvenir à vos besoins pour de petits aléas
- raquettes. Précisez-nous lors de votre inscription, votre poids et votre taille afin de vous fournir autant que possible, une taille de raquettes adaptée à votre morphologie

- bâtons
- matériel de sécurité (DVA, pelles, sondes), port obligatoire chaque jour

AUTRES PRÉCISIONS

N'oubliez ni votre bonne humeur, ni votre curiosité !

■ **EN SAVOIR PLUS...**

INFOSREGION

La Catalogne :

En Pays Catalan, ces hautes terres ensoleillées et dominées par la masse imposante du Canigou font s'unir le Capcir, la Cerdagne et le Haut Conflent. De cette région émane une subtile harmonie entre l'homme et son environnement.

Qu'il s'agisse de religion, de défense ou de savoir-faire, le patrimoine présente de nombreux particularismes.

Au Moyen-âge, le royaume de France et le royaume d'Aragon se sont disputés le Roussillon et la Cerdagne. Puis les pays catalans furent séparés entre les royaumes d'Aragon et de Majorque. Ce fut enfin la lutte entre la France et l'Espagne, conclue par le traité des Pyrénées en 1659.

À travers le temps, ce territoire a vu se construire maintes fortifications pour protéger ses habitants. Il nous reste de ces diverses luttes de nombreux vestiges comme les châteaux moyenâgeux d'Evol, de la Bastide d'Olette, de Puyvalador, de Nyer, de Prats-Balaguer, les restes de fortifications de villages à Jujols, à Llar, mais aussi les fortifications médiévales de Villefranche-de-Conflent. Au 17ème siècle, l'illustre Vauban marqua de ses ouvrages le pays par un système défensif exemplaire : la citadelle de Mont-Louis.

Les villages de pierres et d'ardoises s'intègrent au paysage comme à Evol, Planès, Rieutort. Les églises romanes abritent des trésors d'art baroque. Citons Formiguères, Réal, Jujols, Llar, Serdinya, Prats-Balaguer, Sauto, La Llagonne et bien-sûr Planès. Planès, la toute petite, la magnifique, la curieuse.

Construite au début du 20ème siècle pour désenclaver les hauts plateaux catalans, la ligne ferroviaire du Train Jaune est la fierté et le symbole d'un territoire dont il porte les couleurs. Sans oublier le four solaire d'Odeillo, construit dès 1949 et qui est le premier four solaire du monde.

Ici, la nature est souveraine et contrastée : ombres et lumières, gorges et plateaux, forêts et landes dans une symphonie de couleurs et d'odeurs ou dans le silence et la blancheur hivernale. Elle dicte sa loi à l'Homme et les produits de leur vie commune sont visibles partout : terrasses sculptées dans la montagne, orris de bergers ou cortals abandonnés, nombreux cami ramader ou chemins de transhumance.

Le patrimoine culinaire n'est pas en reste : une bonne « ollada » (prononcez ouillade), vous connaissez ?

Et toutes les joies de l'eau sont à l'honneur, de la pêche dans les lacs et rivières aux sources d'eaux chaudes de St Thomas-Les-Bains.

CARTOGRAPHIE

- Carte au 1/50000ème. IGN n° 8 " Cerdagne-Capcir ". Editions Randonnées pyrénéennes.
- Carte au 1/50000ème. ALPINA Série E-0 " Cerdanya ".

BIBLIOGRAPHIE

- « La Cerdagne et ses frontières » de F. Mancebo. Ed. le Trabucaire.
- « Raquette à neige. Manuel de référence » de F. Comte. Ed. Atlantica

SUR LE WEB

- <http://www.mont-louis.net/office.htm>
- <http://www.pyrenees-cerdagne.com>
- <http://www.parc-pyrenees-catalanes.fr/>
- <http://www.bains-de-dorres.com/>

■ ASSURANCES

NOUS VOUS PROPOSONS EN PARTENARIAT AVEC ASSURINCO 3 FORMULES AU CHOIX :

Forfait N°1 : Assurance annulation : 2,6 %

Cette assurance comprend le remboursement des sommes engagées, déductions faites des frais d'inscription et du coût de l'assurance. Dans le cas d'une annulation, vous devez nous informer le plus rapidement possible par écrit, afin de ne pas laisser courir les pénalités d'annulation. Les événements garantis en cas d'annulation : accident, maladie, décès de l'assuré ou de son conjoint, des ascendants et descendants, de licenciement économique, de modifications de congés (voir conditions d'annulation).

Forfait N°2 : Assurance multirisque Annulation + Assistance rapatriement : 3,8 %

Ce contrat comprend :

- l'assurance annulation décrite ci-dessus
- l'assistance médicale rapatriement et transport
- La garantie interruption de séjour
- La garantie "Départ impossible toutes causes" (ex : nuage de cendres)
- La garantie "Retour impossible" (ex : nuage de cendres)
- Vol, perte ou destruction des bagages

Forfait N°3 : Complémentaire assurances CB premium 2,8 %

Pour bénéficier de ce forfait, il faut impérativement bénéficier des garanties d'une carte bancaire multiservices proposant une assurance annulation et une assistance rapatriement.

Ce forfait complémentaire assurances CB Premium vient en complément des plafonds et des garanties des cartes. Ex : Visa 1er, Gold mastercard, Infinite, platinum.

Attention : En prenant uniquement le forfait n° 1 (assurance annulation seulement), cela signifie que vous ne souscrivez pas à notre contrat d'assistance rapatriement et que vous possédez votre propre assurance assistance-rapatriement (liée notamment à certaines cartes de crédit). Nous vous conseillons de bien vérifier votre contrat et les garanties couvertes.

Dans ce cas, nous vous demandons de nous indiquer votre compagnie et votre numéro de contrat. Mais sachez que vous assumerez, de ce fait, la responsabilité des risques encourus, notamment peut-être l'avance de certains frais.

Consultez sur notre site l'ensemble des garanties.

■ LE LABEL ATR

La Balaguère est membre fondateur d'ATR « **Agir pour un Tourisme Responsable** ».

Le label « Agir pour un Tourisme Responsable » est contrôlé par ECOCERT.

À partir de valeurs communes basées sur le respect, la solidarité et la qualité, ATR a pour objectif d'harmoniser les pratiques professionnelles de ses membres. Le label impose de respecter des critères exigeants :

- promouvoir un tourisme qualitatif pour une découverte authentique et un développement durable des régions d'accueil;
- veiller au respect de la législation du pays en matière de tourisme et de sous-traitance;
- veiller à ce que les retombées économiques soient le plus justement réparties entre les acteurs de nos voyages et assurent une juste rémunération des services ;
- respecter et vous sensibiliser aux usages et différences culturelles des régions d'accueil;
- respecter l'environnement et le patrimoine culturel et naturel;
- vous informer de façon transparente et sincère sur les conditions de votre voyage.

Nous vous invitons à partager nos engagements en vous référant notamment à la [Charte Ethique du Voyageur](#) que vous trouverez dans votre **ESPACE CLIENT** et qui vous accompagnera dans cette démarche.

Plus d'informations sur l'association ATR sur
www.tourisme-responsable.org

■ CONTACTS

Si nous n'avons pas répondu à toutes vos questions,

- consultez notre site sur : www.labalaguere.com

- appelez-nous au : 05 62 97 46 46

- envoyez-nous un fax au : 05 62 97 43 01

- un e-mail : labalaguere@labalaguere.com

- ou encore, écrivez nous à : La Balaguère, 48 Route du Val d'Azun, 65400 Arrens-Marsous

EN CAS D'URGENCE ABSOLUE

Si vos proches doivent vous contacter pendant ce séjour,
faites appeler le 05 62 97 46 46, nous vous mettrons en relation.



CHAQUE PAS NOUS RAPPROCHE

