



Réveillon raquette entre Cerdagne, Capcir et Sierra de Cadi



Cerdagne, Capcir et Sierra de Cadi, un véritable éden de la raquette à neige! Au départ d'un bel hébergement à la cuisine particulièrement savoureuse, découverte des somptueux paysages ouverts et ensoleillés de cette région.

4 jours - 3 nuits - 3 jours de marche

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

Code voyage :
FP4CERD



Les points forts

- Les sites exceptionnels pour la raquette
- La cuisine exceptionnelle de Yumi et Xavier
- Le déjeuner grillades dans les bois
- Le sauna de l'hébergement
- Les eaux chaudes des bains



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

<https://www.labalaguere.com/reveillon-raquette-entre-cerdagne-capcir-et-sierra-de-cadi.html>

Un séjour raquette spécial réveillon au cœur de l'Altiplano, relief idéal pour la raquette. Vous partirez non seulement contempler les paysages remarquables du Parc Naturel Régional des Pyrénées Catalanes, mais découvrirez également les spectaculaires faces nord de la Sierra de Cadi. Un florilège de panoramas splendides ! Les bains d'eaux chaudes participent à la magie de ce séjour, sans oublier l'excellent déjeuner grillades catalanes dans un refuge perdu dans les bois et l'exceptionnelle cuisine de nos hôtes Yumi et Xavier.

■ PROGRAMME

JOUR 1

Perpignan - Eyne

Accueil et transfert vers le charmant village de Eyne. Un bel itinéraire nous conduit dans la réserve naturelle d'Eyne, terrain de jeu parfait pour se familiariser à la randonnée en raquette et découvrir les premiers paysages sauvages de Cerdagne. Au retour de la randonnée, installation dans notre hébergement pour les 3 nuits et premier délicieux dîner qui donnera le ton pour les jours à venir.

Temps de marche : 3 à 4h. Dénivelé : + 300m / - 300m. Temps de transfert : 1h30.

JOUR 2

Refuge du Col de Torn - Bains de Llo

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. Découverte des Bains de Llo au retour de la randonnée pour un moment de détente bien mérité.

Temps de marche : 3 à 4h. Dénivelé : + 400m / - 400m. Temps de transfert : 1h.

JOUR 3

Sierra de Cadi - Soirée du Réveillon

Transfert à Estana en Espagne. 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. Soirée de fête autour d'un délicieux dîner aux milles saveurs qui nous transportera vers la nouvelle année.

Temps de marche : 3 à 4h. Dénivelé : + 400m / - 400m. Temps de transfert : 1h30.

JOUR 4

Eyne - Perpignan

Transfert après le petit-déjeuner et fin du séjour.

Temps de transfert : 1h30.

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.

Menu du Nouvel An 2020 :

Chaque plat sera servi à l'assiette et accompagné par un verre de vin différent.

Assortiment de 3 amuses bouche et soupe de champagne

~ ~ ~

Foie gras de canard poêlé aux épices,
Purée de coings, mandarine, tuile aux sésames

~ ~ ~

Lotte et Langoustine,
Mousse de céleri rave, Tempura de potiron

~ ~ ~

Pintade fermière garnie d'une farce fine, viennoise truffée
Dauphinois de pomme de terre et cèpes
Jus au Rancio

~ ~ ~

Assortiment de fromages affinés,
confiture de figues et datte

~ ~ ~

Fondant au chocolat / Yuzu

~ ~ ~

Café et Mignardises
Coupe de champagne

Les Bains de Llo :

situés à 15 minutes de l'hébergement, les Bains de Llo offrent une formidable pause, lovés dans un cadre naturel sublime. Les eaux thermales sont naturellement riches en soufre et minéraux et sont reconnues pour la relaxation, les douleurs musculaires ainsi que pour les soins de la peau et des cheveux. Une vraie parenthèse de plénitude pour se relaxer après une journée de randonnée en raquette.

■ INFORMATIONS PRATIQUES

DATES DE PROGRAMMATION

RENDEZ-VOUS

À 9h30 en gare de Perpignan, ancienne gare plaça Salvador Dali. Soyez habillés en tenue de randonnée, avec les chaussures de randonnée à portée de main et la gourde pleine.

FIN DU SÉJOUR

Dispersion à partir de 11h00 à Perpignan.

En hiver, les conditions de circulation peuvent générer du retard sur l'horaire de dispersion ; attention donc au choix des horaires de train que vous ferez à cette période.

ACCÈS AU LIEU DE RENDEZ-VOUS

Attention, la gare de Perpignan ayant 2 sorties, veuillez à vous rendre à celle mentionnée dans le paragraphe rendez-vous.

EN TRAIN : train de nuit direct pour Perpignan, depuis Paris. Sinon TGV ou trains inter-cités depuis Paris, Lyon ou Bordeaux. Tél SNCF : 36 35. <http://www.voyages-sncf.com/>

EN AVION : L'aéroport le plus proche est celui de Perpignan-Rivesaltes. De l'aéroport, navette toutes les 30 min. pour la place de Catalogne. De là, prendre la correspondance n°2 pour la gare SNCF de Perpignan. <http://www.aeroport-perpignan.com/>

EN VOITURE : Perpignan est accessible par les autoroutes venant de Marseille, Lyon, Clermont-Ferrand, et Toulouse. Prendre l'A9 jusqu'à la sortie n°41 puis suivre les indications centre ville et gare.

PARKING

Parking près de la gare (couvert/fermé la nuit) : Parking Accès, 9 rue Valette. Tél. : 04 68 34 04 44/06 71 25 38 42.

Si vous réservez préalablement, le tarif semaine (du samedi soir ou du dimanche matin au samedi suivant) sera d'environ 40€ (contre environ 56€ en tarif normal). 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 :

- Hôtel** Paris-Barcelone (<http://www.hotel-paris-bcn.fr/>), 1 av. du Général de Gaulle, à Perpignan. Simple mais très pratique, situé juste en face de la gare SNCF (sortie place Salvador Dali). Tél : 04 68 34 42 60. Mail : contact@hotel-paris-bcn.fr
- Appart'City Perpignan (appart-hôtel*** avec service de petit-déjeuner), 12 boulevard Saint-Assisclé à Perpignan. Confortable et très pratique, situé juste en face de la gare SNCF (sortie gare TGV). Dispose d'un parking couvert où il est possible de laisser la voiture durant votre séjour (selon disponibilités) au tarif 6 à 7 €/jour environ. Tél : 04 57 38 16 53. Mail : perpignan-centre@appartcity.com

Adresse d'hébergement plus éloigné :

- Hôtel**-restaurant Kennedy (<http://www.hotelkennedy.fr/>), 9 av. Pierre Cambres, à Perpignan (sortie 41, direction Perpignan centre puis direction Argeles/Mer). Possibilité de laisser la voiture gratuitement sur le parking privé de l'hôtel pendant le séjour, ou moyennant 6 € /jour pour le garage fermé en sous-sol. Tél : 04 68 50 60 02. Mail : contact@hotalkennedy.fr

Si vous souhaitez être pris en charge à cet hôtel, prévenez-nous au plus tard 2 semaines avant le départ afin que le groupe ne vous attende pas inutilement au point de rendez-vous. Tenez vous prêts à partir de 9h15 devant l'hôtel. Le transporteur passera entre 9h20 et 10h00.

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

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

- Gîte Cal Paï (www.gite-calpai.com), 1 carrer del ventador à Eyne. Tél : 06 08 82 00 99

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 techniques. 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 Eyne, dans un gîte d'étape et de séjour sympathique, à la table gourmande. Vos hôtes, véritable amoureux de la montagne, vous réservent un accueil chaleureux et familiale. Chambre simple, double ou triple avec douche et sanitaire.

REPAS

Les délicieux petits déjeuners et dîners seront pris à l'hébergement. Composé de recettes de terroir et cuisinés à base de produits locaux, ce sont de véritable moment de bonheur à partager. Nous pique-niquerons le midi sauf le deuxième jour où nous profiterons d'un déjeuner chaud composé de grillades aux saveurs catalanes perdu dans les bois. Repas de fête concocté par nos hôtes pour le soir du Réveillon.

DÉPLACEMENTS

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

FORFAIT TOUT COMPRIS EXCEPTÉ

Les boissons (excepté pour le repas du réveillon), les frais d'inscription, les éventuels bains (excepté l'entrée du J2 aux Bains de Llo) 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

