



Bonjour et merci de vous être inscrit sur ce séjour de « l'Aventurine Rando ». Vous trouverez dans ce dossier les informations complémentaires nécessaires au bon déroulement des journées que nous passerons ensemble.

REVEILLON DE NOËL EN RAQUETTES

Au coeur du Parc Naturel Régional des Pyrénées Catalanes

4 jours / 3 nuits / 3 jours et demi de marche

La neige crisse sous les raquettes... En quelques jours, les hauts plateaux du Capcir avec leurs myriades de lacs glacés cèdent la place aux forêts profondes aux mille et une surprises. Tout là-haut, au milieu de ces grands espaces immaculés, les deux refuges hors du temps nous accueillent chaleureusement. Le soleil brille sur une corniche, le panorama se déroule à l'infini...

...Un dernier regard au paysage de pins et de neige constellée de paillettes givrées nous ramène tout doucement vers la plaine.

Le « Plus Aventurine Rando »

- Randonnée d'altitude conjuguant des ambiances hivernales très montagnardes et la clémence de la progression en terrain ouvert.

- Un site exceptionnel
- Une expérience conviviale unique

PROGRAMME

J1: Depuis les hauteurs de la station de Formiguères, nous approchons de la Serre de Maury, belvédère unique sur le site classé des Camporeils avant de plonger au coeur de cet amphithéâtre de neige sculptée au milieu et un lac jalousement gardé par le Puig Péric (2850M). Nuit au Refuge de Camporeils.

J2: Déambulant à la recherche de ces multiples laquets blottis au creux de combes infinies, et après quelques détours, l'immense Lac des Bouillouses nous apparaît, majestueux et grandiose. Nuit au Refuge des Bouillouses.

J3: Vagabondage au milieu de ce chapelet de lacs que sont les Etangs supérieurs du Carlit. Une approche "haute montagne" avec des reliefs très doux au pied du pic Carlit et au milieu des isards. Petit réveillon convivial au refuge.

J4: Reliques de l'érosion glaciaire, les Etangs Inférieurs jalonnent notre retour vers le Pla des Aveillans.

CARACTERISTIQUES DU SEJOUR

NOTA : En fonction des conditions météo et de sécurité, du nombre et du niveau des participants, nous pouvons être amenés à modifier l'itinéraire et le contenu du programme.

Niveau des participants : Modéré. 3 à 5H de marche par jour

Encadrement : Accompagnateur en montagne du pays et diplômé (Brevet d'Etat)

Groupe : 4 à 12 participants

Portage : J1 et J2: Portage

J3 et J4: Uniquement le pique-nique et les affaires de la journée

Séjour : Semi-itinérant

Altitude globale de la randonnée: entre 1700 m et 2400 m

Durée moyenne des étapes : environ 4h

Dénivelé moyen des étapes : 300 m

		J1	J2	J3	J4
Dénivelé Moyen	Positif	400	250	350	100
	Négatif	400	450	350	300
Durée Moyenne des étapes		4h30	5h	4H30	3h

Dénivelé maximum : 400 m (J1)

Altitude maximum de passage : 2400 m

Nature du terrain : Plateaux d'altitude, lacs gelés et forêts

Difficulté particulières : Aucune

CLIMAT

En journée, les températures s'échelonnent de -5° à $+10^{\circ}$, le temps est froid et sec - belles journées ensoleillées. Les nuits sont froides (de -15° à 0°)

HEBERGEMENT

Refuges de montagne gardés confortables, en dortoirs

Nourriture : pique-niques à midi, repas copieux et traditionnels le soir + repas de fête pour le soir de Noël.

Dépenses personnelles : Prévoir un budget pour vos boissons et dépenses personnelles.

EQUIPEMENT

HABILLEMENT :

Sous-vêtements chauds en fibre polaire (T-shirt + collant) et rechange, chaussettes en bouclette (3 paires), pantalon ou salopette de ski, chemise chaude, pull-over chaud, fourrure polaire, bonnet ou passe-montagne, gants de laine + surmoufles imperméables ou gants de ski de fond chauds,

veste d'altitude Goretex matelassée, guêtres ou surchaussures de fond, tennis pour le soir, chaussures de randonnée étanches, maillot de bain.

A proscrire : les boots de neige.

Prévoir drap de sac ou duvet. (Privilégier le drap de sac pour le portage)

PETIT MATERIEL

Lunettes de soleil, crème solaire, gourde (1,5 L), gobelet, couteau, un petit tupperware avec couvert (pour emporter et manger le pique-nique), pharmacie personnelle avec Elastoplast, double peau (protection contre les ampoules), nécessaire de toilette léger, lampe de poche ou frontale pour les refuges la nuit.

CONDITIONNEMENT DES BAGAGES

- Un sac de voyage ou sac marin pour vos affaires personnelles.
- Un sac à dos (30 à 40 L) pour les affaires de la journée et le repas de midi.

MATERIEL FOURNI

Pharmacie collective

Raquettes + Bâtons

RENDEZ-VOUS

Le premier jour du séjour à la gare de Latour de Carol à 9H

FIN DU SEJOUR

Le dernier jour vers 18h à la Gare de Latour de Carol.

MOYENS D'ACCES

En voiture :

Depuis Montpellier (Autoroute A3) : Montpellier/Perpignan (direction Andorre) / Montlouis /Latour De Carol.

Depuis Toulouse (Autoroute A61) : Toulouse/Foix/Ax les Thermes/Tunnel de Puymorens/La Tour de Carol.

En train :

Train direct Paris Austerlitz- Latour de Carol.

Départ : 21H56- 7H55

Retour : 20H30 – 7H27

« Dans tous les cas veuillez vérifier auprès de la SNCF vos horaires de train au 08.92.35.35.35 ou sur le site www.sncf.com. »

HEBERGEMENT AVANT ET APRES LE SEJOUR :

A Pyrénées 2000 : Gîte des Ramiers Tel : 04 68 30 37 48

A Angoustrine : Le Relais du Belloch Tel : 04 68 30 07 24

PARKING : Non gardé devant la Gare.

A SAVOIR

- Pour être contacté pendant votre randonnée, seulement en cas d'urgence, faites appeler le 04 68 30 40 31/06 16 23 38 01, nous transmettrons les coordonnées pour vous joindre ou contacterons votre accompagnateur.
- Avant le départ, veuillez nous signaler tout renseignement important pour le bon déroulement de votre séjour (régime alimentaire spécifique, allergies...)

Nous prévenir à l'avance si vous arrivez en voiture .

Le prix comprend : l'hébergement en pension complète en gîte (dont un souper « amélioré » le soir du 24/12, le transport des bagages et de personnes, l'encadrement et les activités, la location des raquettes et bâtons.

Le prix ne comprend pas : les assurances (3,5% facultatives), les boissons en dehors et au cours des repas, les dépenses personnelles .

POUR MIEUX CONNAITRE LA REGION

BIBLIOGRAPHIE :

- Connaître le Roussillon et la Cerdagne – Editions Sud Ouest – Albert RECHE
- Pyrénées Orientales – Encyclopédies Benneton

CARTOGRAPHIE :

- Top 25 IGN – 2249 ET- FONT ROMEU CAPCIR
-

