

# Espagne

RANDO CONFORT : LES RANDONNÉES SECRÈTES D'ANDORRE EN HÔTEL 3\*

Code voyage : **FPA NDLIB**



TREK

A partir de **455 €**



**Voyage en liberté**

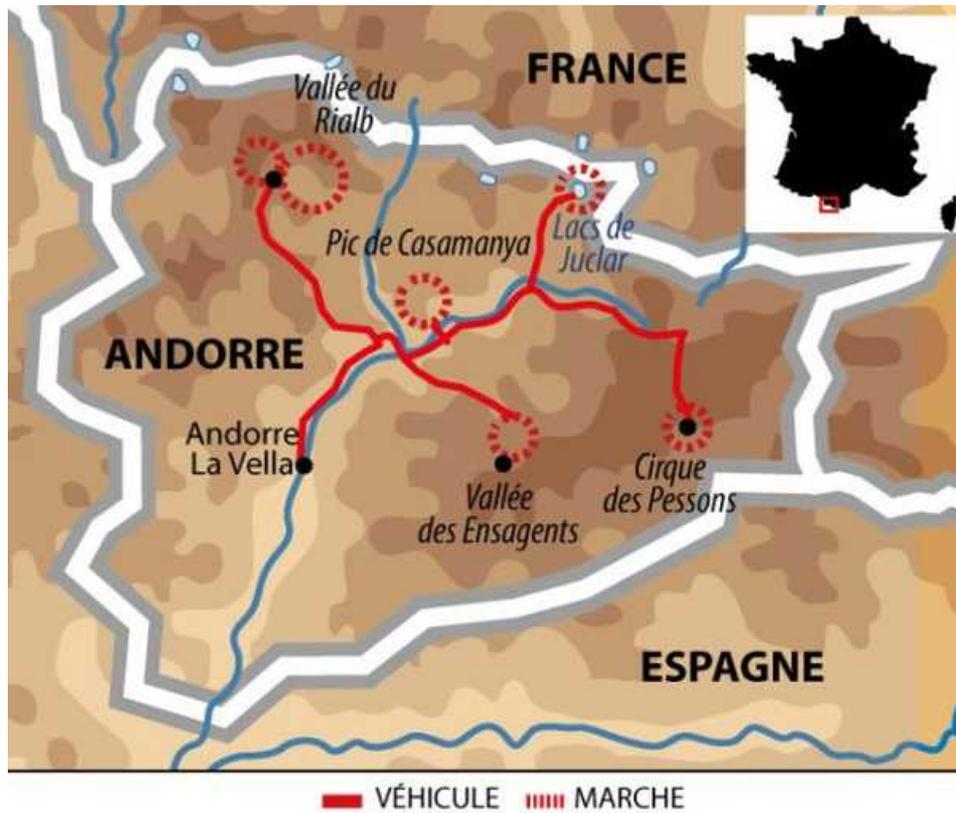


Niveau : **3/5**



**7 jours**

Confortablement installé au cœur cette belle vallée d'Andorre, dans un petit village isolé, vous partez découvrir les différentes vallées le sac à dos léger. Une ambiance conviviale pour découvrir l'âme de ces montagnes andorranes. Situé au cœur des Pyrénées Centrales, le petit état catalan d'Andorre, recèle de paysages superbes pour la randonnée à pied. On y parle aussi bien français, qu'espagnol, malgré sa tradition catalane. Magnifique petit état coïncé entre de belles montagnes, où se côtoient nature sauvage et traditions millénaires, on y trouve également un centre thermo ludique, pour se ressourcer en fin d'après-midi, pour ceux qui le souhaitent. Voilà, un séjour alliant le plaisir de la découverte avec le confort de votre hôtel et celui de la remise en forme.



#### POINTS FORTS

- Un espace protégé avec une flore et une faune exceptionnelles en liberté
- Une découverte de ce joyau pyrénéen, les nombreuses réserves andorranes
- Un hôtel 3\* familial, situé dans un village à 1550 m d'altitude, au cœur des montagnes
- Une ambiance conviviale pour découvrir l'âme de ces montagnes

# Jour par jour

JOUR 1

## INSTALLATION EN ANDORRE - LAC ESTANYO

Accueil en Andorre, installation rapide à l'hôtel. Ensuite petit transfert, pour débiter ce séjour dans la vallée de Sorteny, avec la montée vers le lac d'Estanyo, dans un écrin de verdure et de fleurs, pour une toute première approche de ces belles montagnes andorranes.

DÉTAIL

**Marche** : 5h

**Dénivelé positif** :

650 m

**Dénivelé négatif** :

650 m

**Hébergement** : Hôtel

**Déjeuner** : libre

JOUR 2

## LACS DE JUCLAR

Superbe et grandiose randonnée dans la vallée de Juclar, avec ses nombreux lacs d'altitude. Vous êtes aujourd'hui dans un décor de haute montagne avec des sommets déchirés, des torrents et des pelouses fleuries, un peu partout... Une fois passé les 2 lacs de Juclar, vous continuez votre chemin vers le Col de Juclar, où vous vous reposez pour la pause pique-nique.  
Séance Remise en Forme à Caldéa (en option).

DÉTAIL

**Marche** : 5h-6h

**Dénivelé positif** :

500 m

**Dénivelé négatif** :

500 m

**Hébergement** : Hôtel

**Déjeuner** : libre

JOUR 3

## VALLÉE DU RIALB

Aujourd'hui, une superbe randonnée dans un massif sauvage et magnifique, dans la réserve naturelle de Sorteny et de terminer sur le plateau du Rialb avec ses nombreuses cabanes de bergers. Descente vers la Portelle du Rialb (2509 m), pour la pause pique-nique. Descente à travers des paysages de landes de rhododendrons et de myrtilles, avant de retrouver le sentier.

DÉTAIL

**Marche** : 5h-6h

**Dénivelé positif** :

650 m

**Dénivelé négatif** :

650 m

**Hébergement** : Hôtel

**Déjeuner** : libre

JOUR 4

## LACS ENSAGENTS

Belle randonnée dans la vallée d'Ensagents, pour aller découvrir les beaux étangs d'Ensagents au pied de majestueux sommets ! Ensuite, vous revenez par un superbe sentier accompagné par les murmures de ces torrents impétueux.  
Séance Remise en forme à Caldéa (en option).

DÉTAIL

**Marche** : 5h-6h

**Dénivelé positif** :

650 m

**Dénivelé négatif** :

650 m

**Hébergement** : Hôtel

**Déjeuner** : libre

JOUR 5

## LACS ET CIRQUE DES PESSONS

Superbe et grandiose randonnée dans le cirque granitique des Pessons, avec ses nombreux lacs d'altitude. Ascension possible des crêtes de Gargantillar qui culminent à plus de 2800 m...

DÉTAIL

**Marche** : 5h-6h

**Dénivelé positif** :

550 m

**Dénivelé négatif** :

550 m

**Hébergement** : Hôtel

**Déjeuner** : libre

JOUR 6

## PIC CASAMANYA

Vous partez à la découverte d'un magnifique sommet très accessible : le pic de Casamanya. Un parcours qui commence en forêt avant d'atteindre une belle crête qui vous offre un panorama grandiose sur ces belles montagnes.  
Séance Remise en Forme à Caldéa (en option).

DÉTAIL

**Marche** : 5h-6h

**Dénivelé positif** :

750 m

**Dénivelé négatif** :

750 m

**Hébergement** : Hôtel

**Déjeuner** : libre



Fin du séjour, après le petit déjeuner.

**Déjeuner** : libre

**Dîner** : libre

#### À NOTER

##### **REMISE EN FORME :**

Cette option comprend 3 entrées au Centre thermoludique de Caldéa avec 2 massages individuels de 20 minutes.

Les transferts pour les remises en forme sur Caldéa seront le Jour 2, Jour 4 & Jour 6.

Ce centre se compose de :

- d'un espace Fitness avec saunas, hammans, brumisation, espace d'aquamassage, d'un passage Sirocco (air chaud relaxant)
- d'un espace « Bains » : avec de grandes lagunes extérieures avec jacuzzi, des lits à bulles, une rivière à courant, une grande lagune intérieure, avec une eau thermale à 32°C, toujours des jacuzzis, des sites pour la brumisation fasciale, des vasques d'hydro massage et des bains indo romains (des vasques avec de l'eau chaude à 36° et froide à 14°).

# Budget

(informations au 30/04/2024)

Période réalisable : **MAI, JUIN, JUILLET, AOÛT, SEPTEMBRE, OCTOBRE**

## **PRIX A PARTIR DE, DES 01/01/2024**

### **Du 01 JUIN au 30 JUIN**

### **Du 01 SEPTEMBRE au 31 OCTOBRE**

- **OPTION SANS REMISE EN FORME**

- Prix base 2 à 5 personnes (chambre double ou triple): 455 € par personne

- **OPTION AVEC REMISE EN FORME**

- Prix base 2 à 5 personnes (chambre double ou triple): 625 € par personne

L'option comprend 3 entrées au centre thermo ludique de Caldéa, avec présentation de voucher, séance de 2h, J2, J4, J6.

### **Du 01 JUILLET au 31 AOUT**

- **OPTION SANS REMISE EN FORME**

- Prix base 2 à 5 personnes (chambre double ou triple): 505 € par personne

- **OPTION AVEC REMISE EN FORME**

- Prix base 2 à 5 personnes (chambre double ou triple): 675 € par personne

L'option comprend 3 entrées au centre thermo ludique de Caldéa, avec présentation de voucher, séance de 2h, J2, J4, J6.



## Le prix comprend

- L'hébergement dans un hôtel 3\* situé à 1500 m d'altitude, dans un cadre idyllique, avec calme et tranquillité
- Les petits-déjeuners du jour 02 au jour 07
- Les dîners du jour 01 au jour 06
- 3 entrées au centre thermo ludique de Caldéa si vous avez réservé cette option (séance de 2h environ)
- Le carnet de route

# Le prix ne comprend pas

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne
- Un véhicule personnel, pour tous les transferts pour se rendre sur place tous les jours
- Les assurances

## À payer sur place

- Les boissons
- Tous les repas du midi
- Les dépenses personnelles



## Assurances au choix

- **Assurance multirisque** : 4,1 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque avec extension épidémie** : 5,1 % du voyage par personne
- **Assurance premium (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.)** 5 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque premium avec extension épidémie (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.)** : 6,1 % du voyage par personne

Pour ce voyage, nous vous recommandons notre assurance multirisque, spécialement étudiée pour le voyage d'aventure.

## Options

- Supplément chambre individuelle: 190 €.
- Tarif Nuit supplémentaire en demi-pension en chambre à partager (juin, septembre, octobre) : 50 € par personne en hôtel\*\*\*
- Tarif Nuit supplémentaire en demi-pension en chambre à partager (juillet, août) : 60 € \* par personne en hôtel\*\*\*
- Tarif Nuit supplémentaire en demi-pension en chambre individuelle (juin, septembre, octobre): 70 € par personne en hôtel\*\*\*
- Tarif Nuit supplémentaire en demi-pension en chambre individuelle (juillet, août) : 80 € \* par personne en hôtel\*\*\*

# Détail du voyage

## NIVEAU

Pour marcheurs pratiquants déjà la randonnée avec des dénivelées positives compris entre 600 et 800m et des étapes de 5h-6h en moyenne. Avoir l'habitude de marcher sur des sentiers de montagne, avec parfois quelques passages sur éboulis et parfois, hors sentier balisé.

Bonne condition physique et endurance requises. Aucune technique nécessaire, ni difficulté sur le circuit.

Transferts d'environ 3/4h - 1h pour rejoindre certaines randonnées.

## ENCADREMENT

Séjour sans accompagnateur avec **carnet de route** version papier (envoyé avant le départ).

Un dossier est fourni par groupe de 2 à 5 personnes, il vous sera envoyé environ 1 mois avant votre départ.

Ce dossier comprend :

- Les cartes IGN prêtées avec l'itinéraire surligné
- Un carnet de randonnée rédigé par nos soins
- La feuille de route avec la liste des hébergements
- Les informations complémentaires nécessaires au bon déroulement du voyage

## ALIMENTATION

Demi-Pension pendant toute la durée du séjour, petit-déjeuner et dîner prit à l'hôtel.

Possibilité, en option, de commander les repas du midi, la veille au soir, pour le lendemain, en supplément.

Les dîners sont l'occasion de goûter aux spécialités locales. Ils sont en général servis à partir de 19 h 30 et sont composés la plupart du temps du menu du jour (pas de choix de menu).

Les petits déjeuners sont traditionnels (parfois sous forme de buffet) et sont servis à partir de 8 h – 8 h 30. Si vous désirez prendre votre petit déjeuner plus tôt, voir avec votre hébergeur la veille si cela est possible.

Les boissons sont à votre charge.

## HÉBERGEMENT

Hébergement dans un hôtel 3\*\*\*, très confortable, situé à 1500 m d'altitude, dans un cadre idyllique, avec calme et tranquillité.

Le centre de Caldéa se situe à 20-25min en minibus de notre hôtel et se compose :

- d'un espace fitness avec saunas, hammams, brumisation, espace d'aquamassage, d'un passage Sirocco (air chaud relaxant)
- d'un espace « Bains » : avec de grandes lagunes extérieures avec jacuzzi, des lits à bulles, une rivière à courant, une grande lagune intérieure, avec une eau thermale à 32°C, toujours des jacuzzis, des sites pour la brumisation faciale, des vasques d'hydro massage et des bains indo romains (des vasques avec de l'eau chaude à 36° et froide à 14°).

## HEURE ET LIEU DE RENDEZ-VOUS

Le jour 01 vers 10h30 à votre hébergement à Andorre.

## ACCÈS AU LIEU DE RENDEZ-VOUS

### EN TRAIN

Se renseigner avec les horaires auprès de la SNCF en téléphonant au 3635.

### EN VOITURE

- depuis Toulouse : suivre la direction Foix, par la RN 20 puis Tarascon et Ax les thermes. Continuer en direction du Pas de la Case et ensuite, vous descendez vers Andorre la vieille.

Notre hôtel se trouve dans un site au calme, en altitude dans la vallée d'Ordino.

- depuis Narbonne : suivre la direction Perpignan, puis Prades et Andorre par la RN 116, en passant par Mont Louis et Bourg Madame. Ensuite direction le tunnel de Puy morens et vous montez vers le Pas de la Case, ensuite, il faudra suivre la direction d'Andorre la vieille, pour continuer sur la vallée d'Ordino.

## DISPERSION

Le jour 07 après le petite déjeuner, à Andorre.

## SE LOGER AVANT OU APRÈS LE CIRCUIT

Nuits supplémentaires : nous consulter

## DÉPLACEMENT

**Véhicule indispensable** pour effectuer ce circuit => En effet, tous les jours vous avez des courts transferts tous les jours afin de vous rendre sur les sites de randonnées, matin et soir.

Jour 1 : environ 20 minutes

Jour 2 : environ 40 minutes

Jour 3 : environ 10 minutes

Jour 4 : environ 10 minutes

Jour 5 : environ 45 minutes

Jour 6 : environ 30 minutes

### ATTENTION :

Concernant la législation espagnole, vous arrivez en voiture et vous devez vous munir de 2 triangles et de 2 gilets à laisser dans votre véhicule, la Police espagnole est très rigoureuse la dessus lors d'un contrôle automobile.

## POURBOIRES

Le pourboire n'est en rien une obligation et doit être laissé à l'appréciation de chacun. Son montant dépend de l'appréciation du service rendu et doit tenir compte de l'économie locale. Les pourboires trop importants, compte tenu du niveau de vie général du pays visité, déstabilisent les équilibres économiques locaux. Bien que très peu répandue en France, sa pratique l'est dans le monde entier.

# Equipement

## VÊTEMENTS À PRÉVOIR

La liste idéale : (à adapter suivant la randonnée et la saison)

- 1 chapeau de soleil ou casquette.
- 1 foulard.
- T-shirts manches courtes en matière respirante de préférence (1 pour 2 à 3 jours de marche).
- 1 sous-pull à manches longues en matière respirante ou une chemise.
- 1 veste en fourrure polaire.
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex avec capuche.
- 1 cape de pluie ou un sursac si vous possédez la veste ci-dessus.
- 1 pantalon de trekking ample.
- 1 short ou bermuda.
- Chaussettes de marche (1 paire pour 2 à 3 jours de marche) Privilégier la laine ou les chaussettes spécifiques randonnée. Attention au coton pour les ampoules.
- 1 paire de chaussures de randonnée montantes tenant bien la cheville et imperméables à semelle type Vibram. Pensez à « tester » auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps.
- Des sous-vêtements.
- 1 maillot de bain (facultatif).
- 1 pantalon confortable pour le soir.
- 1 paire de chaussures de détente légères pour le soir.
- En début et en fin de saison (mai – juin et septembre - octobre), il peut être utile d'avoir en plus guêtres, gants et bonnet.

## EQUIPEMENT À PRÉVOIR

- un sac à dos de 25 à 35 litres pour les affaires de la journée
- un sac de voyage ou une valise
- une bonne paire de chaussure à tige haute (pour un bon maintien des chevilles)
- des chaussettes
- une paire de guêtre (facultatif)
- des tee-shirts
- pantalon en toile
- fourrure ou un gros pull
- une veste de type Gore-Tex (imperméable et respirante)
- chaussure légères de détente pour le soir à l'hôtel
- protection contre le soleil (crème solaire, stick pour lèvres)
- un short
- sous vêtements de rechange
- couteau, gobelet et couvert personnels pour les repas du midi, en option
- une gourde (au minimum 1,5 litre)
- une paire de lacet de rechange

## BAGAGES

Vous prévoyez 2 sacs:

- Un sac de voyage contenant vos affaires personnelles de la semaine.

- Un petit sac à dos (35 à 40L idéalement) qui contiendra les affaires de la journée: gourde, appareil photo, cape de pluie, vêtements chauds et pique-niques de midi.

Attention, certains pays interdisent l'importation et l'utilisation des cigarettes électroniques, nous vous recommandons donc vivement de vous renseigner auprès des autorités compétentes (MAE, ambassade, consulat) avant votre départ.

## PHARMACIE

Votre accompagnateur dispose d'une trousse de secours de première urgence pendant le circuit. Toutefois, nous vous recommandons d'apporter vos médicaments :

- Médicaments personnels
- Anti douleur type Paracétamol
- Anti diarrhéique
- Traitement antibiotique à large spectre
- Pansement intestinal
- Crème solaire à forte protection pour les lèvres et la peau
- Collyre pour les yeux
- Crème hydratante pour le traitement des brûlures superficielles (ampoules et coups de soleil)
- Une bande élastique adhésive, une boîte de pansements adhésifs et compresses désinfectantes
- Pastilles purifiantes pour désinfecter l'eau
- Un répulsif anti-moustique
- Double peau pour les ampoules

Avant votre séjour, préparez votre corps aux futurs efforts physiques. Si vous pratiquez un sport pendant la semaine, ne changez rien! Si vous êtes plutôt voiture, ascenseur, bureau: essayez de prendre les escaliers, de marcher une à deux heures par semaine afin de solliciter, préparer vos muscles, articulations, votre coeur aux différentes activités physiques à venir (même en niveau facile).

# Formalités & santé

## PASSEPORT

Oui

## VISA

Non

## CARTE D'IDENTITÉ

Oui

## VACCINS

Non

## RECOMMANDATIONS SANITAIRES

Non