Atalante
L'ESPRIT TREK

PYRENEES

Le GR10 de Vernet les Bains à Banyuls - partie 8

- De la montagne à la mer, des paysages contrastés sous le soleil.
- Les senteurs de la Méditerranée : la garrigue, les vignobles et l'air marin.
- Le pic du Canigou et la célèbre Abbaye de Saint Martin.

À PARTIR DE	**625 €**
DURÉE	7 jours
TYPE	Voyage en liberté
NIVEAU	
THÉMATIQUE	Trek

Vous voici sur le dernier tronçon de cette grande traversée, qui relie Vernet-les-Bains à Banyuls, depuis le massif du Canigou jusqu'au bord de la mer, en cheminant dans un décor singulier. Cet itinéraire, riche en couleurs et en senteurs, vous mènera de refuge de montagne en hameau, de mines de fer abandonnées en ingénieux puits de glace. Ce sont aujourd'hui les vestiges d'un patrimoine culturel et historique riche.
Il traverse successivement les forêts de chênes-liège de la chaîne des Albères, les châtaigneraies du Vallespir, les hêtraies centenaires ou oliveraies, frôlant la frontière, surveillée par des tours de guet séculaires. Cette aventure se terminera sur la plage de Banyuls, perle de la côte Vermeille.
Profitez donc du GR10, pour découvrir tous ces paysages extraordinaires dans un massif d'un rare esthétisme, le tout à la sauce Catalane !

Itinéraire

JOUR 1

Villefranche de Conflent - refuge de Mariailles - refuge des Cortalets

TRANSPORT : TAXI (1H) | MARCHE : 6H30 | DÉNIVELÉ POSITIF : 950 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 550 M | HÉBERGEMENT : REFUGE | PETIT-DÉJEUNER : LIBRE | DÉJEUNER : LIBRE

Vous êtes accueillis à la gare de Villefranche de Conflent avant de rejoindre le refuge de Mariailles en taxi. C'est par un beau sentier souvent en balcon, à flanc de l'emblématique sommet du Canigou que vous montez jusqu'au refuge des Cortalets. Le passage par le col de la Jasse d'en Vernet vous offre une vue imprenable sur l'abbaye de Saint-Martin du Canigou et le Conflent. L'essentiel du dénivelé se faisant dans les deux dernières heures, il vous faudra bien gérer votre effort.
Ce soir, vous ne récupérez pas vos bagages, votre refuge étant isolé des routes.

JOUR 2

Refuge des Cortalets - balcon du Canigou - Batère

MARCHE : 5H15 | DÉNIVELÉ POSITIF : 350 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 1000 M | HÉBERGEMENT : GÎTE | DÉJEUNER : LIBRE

En quittant le refuge par le « balcon du Canigou », vous profitez d'un panorama époustouflant sur la plaine du Roussillon et le lac de Vinça ou sur la Cerdagne, le Capcir jusqu'à la Méditerranée. La fin du parcours passe sous les anciennes mines de fer de La Pinosa, qui appartiennent, avec celles de Batère, à la ceinture ferrifère du Canigou. Passé le col de Cirera, vous empruntez la piste d'exploitation minière jusqu'au refuge auberge.

JOUR 3

Batère - Arles sur Tech - Moli de Paletta

MARCHE : 6H30 | DÉNIVELÉ POSITIF : 750 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 1500 M | HÉBERGEMENT : ECO GÎTE | DÉJEUNER : LIBRE

Au départ du refuge de Batère, c'est une bonne descente par la vallée de Riuferrer qui vous attend, sur les traces de ces hommes, qui jusqu'en 1987, exploitaient le minerai de fer, dans des conditions de travail harassantes. Passé le charmant village d'Arles sur Tech, il vous faut remonter 650 mètres pour passer le col de Paracolls et atteindre votre gîte d'étape. Vous arrivez à l'éco-gîte de Moli de Paletta où vous passez la nuit.

JOUR 4

Moli de Paletta - Roc de France - Las Illas

MARCHE : 6H-7H | DÉNIVELÉ POSITIF : 1100 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 1050 M | HÉBERGEMENT : GÎTE | DÉJEUNER : LIBRE

Une longue et belle étape qui passe tout d'abord par le hameau de Montalba, puis s'élève vers la crête frontière, jalonnée par de nombreuses bornes en pierre. Magnifique belvédère sur la plaine catalane. Le long de cette crête se trouvait de nombreux puits à glace et notamment au Col del Pou de la Neu (Col du puits à neige). Descente en forêt jusqu'au hameau de Las Illas.

JOUR 5

Las Illas - col du Perthus - col d'Ouillat

MARCHE : 7H | DÉNIVELÉ POSITIF : 950 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 650 M | HÉBERGEMENT : GÎTE | DÉJEUNER : LIBRE

Une atmosphère différente pour cette avant-dernière étape. Vous quittez le massif des Salines pour celui des Albères, dernier contrefort avant la mer. Cet itinéraire est riche en histoire, depuis l'Antiquité jusqu'à nos jours, beaucoup de peuples ont utilisé ce relief, comme place-forte stratégique. Passage rapide par Le Perthus, qui a la particularité d'être à cheval entre les deux pays, pour remonter en montagne par une chênaie liège. Passage par St-Martin de l'Albère et sa petite église romane, avant de traverser la châtaigneraie jusqu'au Col d'Ullat.

JOUR 6

col d'Ouillat - Pic Neulos - Tour Madeloc - Banyuls

MARCHE : 6H30-7H | DÉNIVELÉ POSITIF : 650 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 1550 M | HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÉJEUNER : LIBRE

L'ultime étape de ce GR10, vous y êtes bientôt… Et pourquoi pas se laisser tenter par un plongeon dans la Grande Bleue.

Un parcours sur la Haute crête des Albères, une succession de Pic et de Col, comme le Puig Neulos, le Puig des Quatre-Termes et le Puig de Sailfort ou encore le Coll dels Terrers, ou le Coll des Emigrants. Passage sous la Tour Madeloc pour enfin amorcer la descente vers Banyuls, le long des vignobles.

JOUR 7

Banyuls

DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Fin du séjour après le petit-déjeuner

Transfert possible à Vernet-les bains, consulter l'onglet prix-option.

Budget

(informations au 19/05/2024)

PÉRIODE RÉALISABLE : JUIN À SEPTEMBRE

PRIX A PARTIR DE, DES 01/06/2024

Du 01 JUIN au 30 SEPTEMBRE

Avec assistance bagage :

Prix base 2 personnes : 710 euros par personne

Prix base 3 personnes : 695 euros par personne

Prix base 4 personnes : 640 euros par personne

Sans assistance bagage :

Prix base 2 personnes : 510 euros par personne

Prix base 3 personnes : 500 euros par personne

Prix base 4 personnes : 490 euros par personne

LE PRIX COMPREND

- 6 nuits en gîte, refuge ou chalet
- 6 petits déjeuners
- 6 dîners
- Le transport des bagages
- Le carnet de voyage

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne
- L'acheminement jusqu'au point de départ
- Le retour jusqu'à Villefranche

À payer sur place :

- Les déjeuners
- Les boissons
- Les éventuelles visites proposées au programme

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 pour le transfert retour de Banyuls à Villefranche de Conflent ou Vernet pour 1 à 4 personnes : 299 € par véhicule.

Détail du voyage

NIVEAU

Pour bons marcheurs, pratiquant déjà la randonnée, avec des dénivelés positifs de 300 à 1200 mètres. Étapes de 5 à 6h30 environ, sur sentier bien tracé et entretenu en montagne, avec quelques passages en crêtes, mais en règle générale aucune technique, ni difficulté sur le circuit.

ENCADREMENT

séjour sans accompagnateur avec **carnet de route papier** (envoyé environ 1 mois avant le départ).

Un dossier est fourni par groupe de 2 à 5 personnes.

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
- les vouchers.

ALIMENTATION

Les petit-déjeuners sont inclus du J2 au J7.
Les dîners sont inclus du J1 au J6.

Les repas du midi ne sont pas compris. Lors du trek, vous pouvez les réserver au gîte ou au refuge tous les soirs pour le déjeuner du lendemain.

HÉBERGEMENT

4 nuits en gîte d'étape, 2 nuits en refuge de montagne et un nuit en hôtel, en demi-pension.
Sélectionnés notamment pour la qualité de leur accueil, vous trouvez dans les gîtes une ambiance conviviale. Le plus souvent, vous partagez des dortoirs de 4/6 places.
Les nuits prévues en refuge, il n'y a généralement pas de salle de bain mais un point d'eau est à disposition.

HEURE ET LIEU DE RENDEZ-VOUS

J01 vers 09h, à Villefranche de Conflent.

ACCÈS AU LIEU DE RENDEZ-VOUS

En voiture : Autoroute vers l'Espagne. A Perpignan, prendre direction Andorre N116. Parking à la gare de Villefranche.

En train : Gare SNCF de Villefranche de Conflent – Vernet-les bainsHoraires et tarifs : Tél. 36 35 ou http://www.voyages-sncf.com

En avion : Aéroport de Perpignan puis navette jusqu'à la gare SNCF de Villefranche de Conflent

DISPERSION

J07, vers 9h30 à Banyuls.

QUITTER BANYULS :

Option Retour Villefranche ou Vernet : 299 € / Transfert (de 1 à 4 personnes)

BUS : Retour pour 1 € Retour en bus de Banyuls à Perpignan (ligne 540, départ toutes les heures) : compter 1h20Puis Perpignan à Vernet (ligne 521) : compter 1h20

PARKING PENDANT LE CIRCUIT

Il existe des parkings non gardés à la gare SNCF de Villefranche de Conflent.

DÉPLACEMENT

Vous avez le choix entre une formule avec ou sans assistance portage.

Si vous prenez l'assistance bagage, alors, vous retrouvez tous les soirs sauf le soir du J1, votre sac de voyage à l'étape suivante.

Equipement

VÊTEMENTS À PRÉVOIR

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

- chapeau de soleil ou casquette.
- foulard.
- T-shirts manches courtes en matière respirante de préférence (1 pour 2 à 3 jours de marche).
- sous-pull à manches longues en matière respirante ou une chemise.
- veste en fourrure polaire.
- veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex avec capuche.
- cape de pluie ou un sursac si vous possédez la veste ci-dessus.
- pantalon de trekking ample.
- 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.
- 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.
- sous-vêtements.
- maillot de bain (facultatif).
- pantalon confortable pour le soir.
- paire de chaussures de détente légères pour le soir.

En début et en fin de saison (juin et septembre), il peut être utile d'avoir en plus guêtres, gants et bonnet.

EQUIPEMENT À PRÉVOIR

Pas de duvet nécessaire, juste un drap ou « sac à viande », il y a assez de couvertures dans les dortoirs des gîtes et du refuge.

- protection contre le soleil (crème solaire, stick pour lèvres)
- couteau, gobelet et couvert personnels pour les repas du midi, en option
- une gourde (au minimum 1,5 litre)
- une paire de lacets de rechange
- lampe frontale
- bouchons d'oreilles
- boussole
- jumelles
- trousse de toilettes

BAGAGES

Si vous choisissez la formule avec assistance portage:

- 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.

Si vous choisissez la formule sans assistance bagage

- Un grand sac à dos de 80 litres.

PHARMACIE

- 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")

Formalités & santé

PASSEPORT

Oui

VISA

Non

CARTE D'IDENTITÉ

Oui

VACCINS

Non

RECOMMANDATIONS SANITAIRES

Non