

N A T U R A

Randonnées et Aventures



La Traversée des Pyrénées par la HRP, la randonnée suprême

Sur la ligne de partage des eaux de l'Atlantique à la Méditerranée !

Elle se déroule sur 9 semaines et s'inspire quant à elle de l'itinéraire créé par Georges Véron mais en diffère parfois. Trois critères principaux ont été retenus lors du tracé du parcours.

Le premier résidait aussi dans une meilleure gestion de l'effort. En nous appuyant sur une logistique adaptée nous avons pu modifier le découpage des étapes de manière à rendre les durées effectives de marche journalière plus homogènes. D'autre part, nous avons aménagé des périodes de récupération (journées de repos, grasses matinées) à intervalle régulier. Enfin, grâce au ravitailleur, le sac à dos se trouve considérablement allégé (trois semaines s'effectuent sans portage, six semaines avec portage réduit) et quelque soit le type de portage vous retrouvez vos bagages tous les samedi.

La deuxième préoccupation était de traverser des massifs de grande beauté qui sont partiellement ou totalement occultés dans la H.R.P. Ainsi des lieux aussi magnifiques que les Aiguilles d'Ansabère ou les Canyons du Mont Perdu, pour ne citer qu'eux, peuvent être admirés lors de la traversée.

Enfin, innovation majeure, les ascensions des sommets les plus renommés, voire les plus mythiques, des Pyrénées, sont elles aussi intégrées à l'itinéraire : Rhune, Orhy, Anie, Ossau, Balaitous, Vignemale, Mont Perdu, Munia, Posets, Aneto, Mont Rouch, Certascan, Pique d'Estat, Carlit, Puigmal, Canigou, Roc de France, Sailfort... Quoi de plus frustrant en effet, durant un tel périple, de passer à proximité de grands sommets, sans y poser le pied! Aucun de ces sommets ne présente de véritables difficultés techniques. Cependant, à chacun son plaisir, ces ascensions, parfois effectuées en compagnie d'un guide de haute montagne, restent facultatives. Ainsi, en cas de fatigue, vous pouvez récupérer et rallier le terme de l'étape avec votre accompagnateur.

9ème partie : Du Canigou à la Côte Méditerranéenne

La Traversée des Pyrénées par la HRP, la randonnée suprême

9ème partie : Du Canigou à la Côte Méditerranéenne

Nous cheminons sur la ligne de partage des eaux, à travers la garrigue de plus en plus omniprésente du Vallespir et des Albères. De nombreux sommets s'égrènent sur notre route (Puig dels Tres Vents, Roc de France, Puig Neulos, Puig Sailfort, ...) avant de plonger sur... la Mer méditerranée pour une baignade vraiment bien méritée !!!

Jour 1 : Accueil à Prades, transfert, installation et présentation de la semaine.

Jour 2 : Nous débutons la journée par la traversée des Crêtes du Barbet avant de rejoindre le Puig des Tres Vents (2731 m) d'où un « itinéraire Natura » nous conduira au gîte.

Jour 3 : Parcours essentiellement forestier à travers les forêts domaniale de Haut Vallespir. Une longue mais très facile descente, empruntant quelques tronçons du GR10, nous conduit finalement à Arles-sur-Tech.

Jour 4 : Après la descente de la veille une belle montée !! Nous franchissons les cols de Paracolls (902m) puis de Cerda (1058m) avant de rejoindre la crête frontière au Roc de France (1450)..

Jour 5 : Nous demeurons la majeure partie de la journée sur le fil ondulant de la crête frontière. Nous passons par de multiples petits sommets et collets dont le Col du Perthus (280m) et sa célèbre redoute.

Jour 6 : La mer approche à grand pas et les ascensions faciles du Roc dels Tres Termes (1130m), du Puig Neulos (1256m), du Puig dels Quatre Termes (1158m) et du Puig Sailfort (981m) ménagent des vues surprenantes sur la « grande bleue ».

Jour 7 : Un dernier effort et nous atteignons la Tour de Querroig (672m) : vue splendide sur toute la côte. Une descente facile nous amène à l'extrémité orientale des Pyrénées symbolisée par la borne frontière n 601. Encore quelques mètres et les eaux de la Méditerranée s'offrent à nous pour la plus belle des baignades... Fiesta !!!

Jour 8 : Grasse matinée bien méritée, puis transfert, derniers adieux et dispersion...

Itinéraires susceptibles de modifications en fonction des conditions du milieu et du niveau des participants.

Caractéristiques du séjour

Type de randonnée : itinérant avec portage réduit

Niveau de la randonnée : soutenu

Difficultés particulières : quelques passages hors sentier, éboulis

Altitude globale de la randonnée : entre 0 et 2731 m

Dénivelé positif moyen : 925 m

Dénivelé maximum : 1440 m

Durée moyenne des journées : 7h00

Nature de l'hébergement : 7 nuits en gîtes-refuges gardés

Nombre de participants : 5 à 12 personnes

Infos pratiques

Dates :

du 25/08 au 01/09

Prix : 753 € tout compris

Sont inclus dans le prix :

- l'encadrement par un accompagnateur en montagne, diplômé d'état, et connaissant parfaitement les Pyrénées ;
- l'encadrement par un guide de haute montagne des ascensions glaciaires ou techniques ;
- les pensions complètes : hébergements, nourriture (petit déjeuner, déjeuner, dîner et vivres de courses) ;
- des petits sacs à dos ultra-légers pour les ascensions ;
- les transports locaux à partir du lieu de rendez-vous ;
- les transports hebdomadaires des bagages.

Sont exclus du prix :

- le trajet aller jusqu'au lieu de rendez-vous et retour à partir du lieu de dispersion;
- les boissons et dépenses personnelles;
- les assurances assistance-rapatriement-annulation-bagage-interruption (facultatives).

Rendez-vous : le samedi à 11h30 à la gare de Prades (66)

Dispersion : le samedi vers 11h00 à la gare de Cerbère (66)

Moyens d'accès : **en voiture :** depuis Perpignan N116 jusqu'à Prades

en train : gare de Prades-Moliglitg-les-Bains

en avion : aéroport de Perpignan

Office de Tourisme de Prades : 04.68.05.41.02

Infrastructure

En cas de problème avant le départ, contactez votre accompagnateur dont les coordonnées vous seront transmises.

En cas d'urgence pendant le séjour, possibilité de se faire appeler, par l'intermédiaire de Natura qui transmettra les coordonnées des hébergements où vous vous trouverez.

Pour mieux connaître la région

Bibliographie :

"Les Pyrénées", Collectif, Ed. Privat

Cartographie :

Cartes Randonnées pyrénéennes au 1/50 000ème, n 10 et 11 : Canigou et Albères-Roussillon

Equipement

Les chaussures : Choisissez des chaussures de randonnée confortables avec bonne tenue de cheville (couvrant les malléoles) et pourvues d'une semelle de qualité, crantée et relativement rigide (type vibram). Prévoir aussi éventuellement pour le soir des nu-pieds ou des tennis en toile légers.

Le sac à dos : Le portage étant réduit aux affaires personnelles du séjour et au pique-nique du midi, un sac à dos d'une capacité de 50 litres (mini 40 l) est le plus adapté. Prenez un sac solide, avec des bretelles matelassées et réglables, un dos à armature souple, une ceinture et un tissu résistant (type cordura).

L'habillement : Durant la randonnée veillez à **emporter**.

- | | |
|--|------------------------------------|
| chapeau, tee-shirts, short, chaussettes; | - pantalon et veste coupe-vent |
| - maillot de bain; | imperméables; |
| - pantalon ample (toile ou jogging); | - poncho ou cape imperméable; |
| - pull ou fourrure polaire; | - gants et bonnets (au cas où...). |
| - sous-vêtements de nuit; | |

Dans tous les cas veillez à limiter vos affaires au minimum.

Le couchage : Les refuges sont pourvus de couvertures, un sac de couchage n'est donc pas indispensable (un sac à viande, drap cousu, de même forme est suffisant, plus léger et moins encombrant).

Le petit matériel :

- | | |
|---|--|
| - 1 ou 2 bâtons télescopiques (facultatif) | - quelques grands "sacs poubelle" pour protéger le contenu du sac à dos en cas de pluie; |
| - une gourde d'au moins 1 litre; | - une petite pharmacie personnelle comprenant : elastoplast large, double peau (type compeed), médicaments personnels, boule quies!; |
| - un couteau de poche et une petite cuillère; | - jumelles, appareil photo ou caméscope selon vos désirs... |
| - une lampe de poche ou frontale; | |
| - lunettes de soleil, crème solaire, crème labiale; | |
| - un nécessaire de toilette réduit au maximum; | |
| - papier toilette; | |

Le budget : Prévoir un budget en euros pour vos boissons et achats personnels.

Les formalités : Carte d'identité ou passeport en cours de validité pour les ressortissants de la CEE et une Carte Européenne d'Assurance Maladie (valable un an et à demander au moins 15 jours avant le départ à la Sécurité Sociale).

Et enfin, une **spécialité régionale** ou collation et de la **bonne humeur** à partager avec le groupe seront toujours les bienvenus !!!