



NOUVEL AN sur la Costa Brava

ESPAGNE



Un mini séjour pour admirer et découvrir tout en douceur la Costa Brava, avec le passage de la nouvelle année, en bord de mer, dans des sites sublimes pour randonner.

Ici la nature a su, avec délicatesse, marier le vert intense des pinèdes, la douceur du sable doré avec le bleu azur de la mer. Le caractère sauvage de ces chemins côtiers et de ces criques, garantit aux randonneurs, des paysages insoupçonnés! De magnifiques chemins de ronde, vous accompagneront, où parfois, quelques pins accrochés aux parois, se penchent doucement, pour garantir des coins ombragés!

Une autre façon de fêter le passage de la nouvelle année!



4 jours / 3 nuits
3 jours de marche



4 à 8 personnes



En étoile



★★



Hôtel



Code : 1466

LES POINTS FORTS :

- Un hôtel en bord de mer, avec les spécialités de la région
- Un espace protégé avec une flore et une faune exceptionnelle
- Un circuit découverte avec de beaux sentiers côtiers
- Soirée dansante pour votre réveillon!



PROGRAMME JOUR PAR JOUR

JOUR 1 : LE CASTELL DE SANTA CATERINA

Accueil à Perpignan. Transfert à l'hôtel à l'Estartit. Nous commençons par découvrir, les paysages du Parc Naturel de Montgri : la montanya de Santa Caterina. Ce magnifique belvédère sur toute la Costa Brava, au milieu des dunes et d'une immense pinède, nous offre un superbe panorama à 360°, de toute cette région, de Girona jusqu'aux Pyrénées.

▲ 5h de randonnée, +450m/-450m de dénivelé

JOUR 2 : LES CALANQUES DE MONTGRI

Au départ de l'Estartit, direction les calas vierges et secrètes aux reflets turquoise. Les sentiers côtiers du massif de Montgri nous amènent à la découverte, des Iles Medes (classées en réserve naturelle). Les embruns se mêlent aux douces odeurs des pins, qui nous transportent au cœur même de la Costa Brava sauvage.

▲ 5h de randonnée, +400m/-400m de dénivelé

JOUR 3 : CALA SA TUNA - BEGUR

Balade en boucle au départ du village médiéval de Bégur, pur descendre en bord de mer. Nous traversons de belles calanques, en longeant des sentiers en balcon sous les pinèdes, avant de remonter vers Bégur en fin d'après-midi.

Pour le soir du Réveillon une soirée dansante est organisée avec un repas confectionné spécialement pour l'évènement.

▲ 5h de randonnée, +400m/-400m de dénivelé

JOUR 4 : BEGUR - PERPIGNAN

Transfert vers la gare SNCF de Perpignan vers 11h.

IMPORTANT ITINÉRAIRE :

- Les durées de nos randonnées sont données à titre indicatif. Elles peuvent varier en fonction de plusieurs éléments lors du déroulé de notre séjour (niveau des participants, météo, état du terrain, etc...). Les durées de transfert peuvent aussi fluctuer en fonction des conditions climatiques et de l'état des routes.
- Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction et peut être sujet à des modifications dans un souci de qualité. De plus, des situations indépendantes de notre volonté peuvent modifier le déroulement de votre séjour (météo, routes coupées, vols annulés ou retardés, grèves, fêtes locales...). Nos guides feront de leur mieux pour s'adapter à ces aléas, avec leur expérience et leur professionnalisme. Votre satisfaction et votre sécurité sont les éléments qui prédominent dans ces décisions de modification.
- En cas de nombre insuffisant de participants, nous pouvons être amenés à annuler un séjour jusqu'à 3 semaines avant le départ. Nous anticipons au maximum cette prise de décision, parfois à 5-6 semaines de votre départ, afin de vous permettre de vous organiser au mieux. Si vous vous rendez au point de RV du séjour en transport en commun, nous vous recommandons d'éviter les tarifs non modifiables - non remboursables tant que le départ n'est pas confirmé, ou de prévoir une assurance annulation auprès des compagnies de transport.

Repas de Réveillon :

- Tartare d'avocat, faux foie et saumon mariné
- Ombrine confite à l'huile de calmar, pil pil de sa tête et wacame
- Veau à la bordelesa et bouillon de légumes anisés
- Cadran en chocolat noir, Baileys, mousse de lait et cannelle moulue
- Vin blanc Puntils, Cava familia oliveda brut nature
- Café et liqueurs
- Nougat
- Soirée dansante avec de la musique

NUITS SUPPLÉMENTAIRES :

Possibilité de demander des nuits supplémentaires à l'hôtel (tarifs sur demande, nous consulter). Nous vous recommandons donc de nous communiquer au plus tôt vos demandes de nuits supplémentaires.

PERSONNALISER SON VOYAGE :

Un séjour été d'une semaine sur la Costa Brava, en étoile, existe (nous consulter).

FICHE PRATIQUE

NIVEAU PHYSIQUE :

- Marcheur Régulier
- Pour marcheur motivé, en forme, pratiquant une activité physique variée et régulière.
5h de marche chaque jour, et dénivelés de +/-400m à +/-450m par jour



NIVEAU TECHNIQUE :

Etapes sur sentier côtier, le plus souvent, bien tracé et entretenu, avec quelques passages sur éboulis, en dévers, mais en règle générale aucune technique ni difficulté sur le circuit.

ENCADREMENT :

Par un accompagnateur en montagne connaissant bien le massif et son parcours.

HÉBERGEMENT :

En hôtel 3* confortable.

Pension complète pendant toute la durée du mini séjour, petit-déjeuner et dîner pris au restaurant. Les repas du midi seront préparés par nos hôtes et pris le matin avant le départ.

TRANSPORT DES BAGAGES :

Vous portez uniquement vos affaires de la journée.

TRANSFERTS :

En minibus privé, pour tous les transferts du premier et dernier jour de Perpignan à l'Estartit.

GROUPE :

4 à 8 personnes maximum.

RENDEZ-VOUS :

Le jour 1 vers 9h à la gare SNCF de Perpignan.

DISPERSION :

Le jour 4 suivant vers 11h à la gare SNCF de Perpignan.



DATES ET PRIX

NOTRE PRIX COMPREND :

- L'encadrement par un accompagnateur en montagne,
- L'hébergement en pension complète du midi du jour 1 au midi du jour 4, avec le repas et la soirée dansante du réveillon,
- Les boissons (eau +vin) sont incluses pendant les 2 repas (29 + 30) et le 31 décembre (eau + vin + cava + café + liqueurs) sont inclus également,
- Le transfert de Perpignan à Estartit (aller/retour).



NOTRE PRIX NE COMPREND PAS :

- Les boissons avant et après les repas du soir,
- Les assurances,
- Le supplément chambre individuelle,
- Les frais d'inscription éventuels,
- D'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans "Le prix comprend."

FRAIS D'INSCRIPTION :

Les frais d'inscription sont des frais administratifs. Ils sont applicables à chaque personne inscrite.

- Pour toute inscription à plus de 90 jours du départ : pas de frais d'inscription.
- Pour toute inscription à partir de 90 jours du départ : 15€/personne.

EN OPTION :

- Supplément chambre individuelle (sous réserve de disponibilité) : 195€

ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ

BAGAGES :

- ✓ Un sac ou une valise pour vos affaires des 4 jours
- ✓ Un sac devrait peser environ 6-9 kg maximum.

VÊTEMENTS :

La technique des 3 couches permet de rester au chaud et au sec.

- ✓ Couche respirante
 - ✓ Couche isolante
 - ✓ Couche protectrice
- Pour appliquer cette méthode, il vous faut
- ✓ Tee-shirts manches longues ou courtes et respirants (pas de coton)
 - ✓ Veste ou sweat polaire type Polartec
 - ✓ Gilet sans manche coupe-vent
 - ✓ Veste imperméable, respirante et coupe-vent avec capuche. (Le Gore-Tex reste le matériau de référence)
 - ✓ Un pantalon de randonnée léger et stretch ou un pantalon transformable
 - ✓ Un short
 - ✓ Paires de chaussettes semi montantes ou basses
 - ✓ Casquette
 - ✓ Bonnet
 - ✓ Gants légers ou sous-gants en soie.
 - ✓ Une paire de chaussures légères pour le soir
 - ✓ Pour les lunettes de vue, pensez à prendre une paire de rechange
 - ✓ Trousse de toilettes



MATÉRIEL :

- ✓ Un sac à dos de 30/40 litres avec une ceinture ventrale
- ✓ 1 paire de bâtons de marche
- ✓ Une housse de protection du sac à dos (souvent intégrée dans celui-ci)
- ✓ Une paire de chaussures imperméables avec un bon maintien de la cheville
- ✓ Une pochette étanche pour vos papiers, téléphone etc...
- ✓ Une poche plastifiée pour protéger vos affaires à l'intérieur du sac à dos
- ✓ Protection solaire (crème et stick à lèvres)
- ✓ Lunettes de soleil catégorie 2, 3 ou 4
- ✓ Une boîte avec un couvercle hermétique (type Tupperware) pour le pique-nique
- ✓ Une gourde
- ✓ Couverts, couteau et gobelet
- ✓ Petit tapis de sol (pour vous asseoir pendant la pause déjeuner)
- ✓ Papier toilette avec une petite poche (pour ne pas le laisser dans la nature)
- ✓ Un briquet
- ✓ Couverture de survie
- ✓ Une paire de lacets de rechange.

PHARMACIE :

Le guide est équipé d'une pharmacie de premiers secours (non destinée à subvenir à vos besoins pour de petits aléas). Néanmoins, il n'est pas autorisé à administrer tout médicament à un participant sans prescription médicale ou accord médical des secours.

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 (facultatif)
- ✓ Antistaminiques contre les piqûres d'insectes par exemple (facultatif)
- ✓ Pastilles contre le mal de gorge (facultatif)
- ✓ Bande adhésive élastique en 5 ou 8 cm de large x 2,5 m (facultatif)
- ✓ Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- ✓ Collyre (en cas de poussières ou irritation/sécheresse oculaire)
- ✓ Double peau pour protéger les ampoules aux pieds (facultatif)
- ✓ Pince à épiler (facultatif)
- ✓ Petits ciseaux (facultatif)
- ✓ Vitamine C (facultatif)
- ✓ Pince à écharde (facultatif)
- ✓ Gel hydroalcoolique antibactérien utile pour se laver/désinfecter les mains.



FORMALITÉS

FORMALITÉS :

➤ Durant le séjour, vous devez être en possession de votre carte d'identité en cours de validité ou passeport, de votre carte vitale, du numéro de contrat et numéro de téléphone de votre assurance personnelle (en cas de non souscription à notre assurance). Pour les séjours en Europe, de votre carte européenne d'assurance maladie. Très pratique en cas de souci pour l'avance de frais pour les soins dans les pays européens, cette carte est à demander au moins 15 jours à l'avance à votre centre de sécurité sociale.

ASSURANCES :

A l'inscription, vous pouvez souscrire une assurance assistance rapatriement et/ou annulation qui s'ajoute au prix du séjour.

- Assurance annulation : 3% du montant du séjour (elle comprend le remboursement des sommes retenues en cas d'annulation avant votre départ).
- Assurance assistance rapatriement : 2% du montant du séjour.
- Assurance annulation - rapatriement : 4% du montant du séjour.

Textes complets des assurances envoyés sur demande.



NOUS CONTACTER



Notre agence est ouverte du Lundi au Vendredi de 9h à 18h30, et le Samedi de 9h à 17h
En cas de problème de dernière minute, appelez :
au **04 90 09 06 06** ou sur notre téléphone d'urgence au **07 77 08 14 68 (7j/7 24h/24)**



infos@cheminsdusud.com



57 rue François Gernelle BP 155
84 120 PERTUIS

Notre agence est ouverte du Lundi au Vendredi de 9h à 18h30, et le Samedi de 9h à 17h



www.cheminsdusud.com

Dernière mise à jour : 12/10/2023