

Les grands espaces du Capcir (Pyrénées orientales)

Randonnée en raquettes 14-RQ02
Avec Jean-Charles Ricaud (☎ 06 72 20 85 29)
Du mercredi 19 au lundi 24 février 2014
Niveau physique : moyen
Niveau technique : ▲▲
Type : itinérant avec portage
Hébergement : refuges, gîtes d'étape
Transport : train
Participation aux frais : 240 €
Nb de places (y compris l'organisateur) : 8
Accord obligatoire : non
Validation des inscriptions : le 17 octobre 2013



Présentation

Réputé l'été pour sa douceur méditerranéenne, qui permet aux pins à crochets de monter très haut en altitude et de faire ainsi tout le charme de la région, le Capcir subit l'hiver une telle métamorphose que l'on peut sans exagération le comparer aux espaces nordiques du Grand Nord. Les journées ensoleillées peuvent alors alterner avec de terribles épisodes de blizzard.

Sur les sommets le séparant de la Cerdagne et de l'Aude, dans la vallée des Garrotxes le bordant à l'est, sur les plateaux lacustres de sa partie centrale, nous explorerons tous les recoins du Capcir et pourrons ainsi apprécier tous les aléas de son climat si particulier.

Transport

Le transport est libre et à la charge de chacun. Néanmoins nous nous adapterons aux horaires des trains suivants (**à confirmer**), que je vous conseille donc de prendre :

- Aller (dans la nuit du mardi 18 au mercredi 19 février) :
Paris - gare d'Austerlitz 21h57 → Latour-de-Carol 7h51, Latour-de-Carol 8h26 → Mont-Louis 10h31.
- Retour (dans la nuit du lundi 24 au mardi 25 février) :
Mont-Louis 18h41 → Latour-de-Carol 20h14, Latour-de-Carol 20h20 → Paris - gare d'Austerlitz 7h22.

Programme

Mercredi 19 février : Le col de la Quillane, où se situe la Maison du Capcir – Haut-Conflent, est la porte d'entrée sud du Capcir. Point de départ de notre randonnée, il en sera également le point d'arrivée, après une grande boucle de 5 jours. Pour aujourd'hui, un long parcours à travers de profondes forêts nous attend, jusqu'aux magnifiques lacs gelés de la Pradeille, Noir et Long. Plus loin, la forêt s'estompe et laisse place aux vastes étendues nordiques des Bouillouses. Nuit au refuge des Bouillouses.

⇒ *Durée : 4h45. Dénivelé cumulé : +510m / -210m.*

Jeudi 20 février : Longer le vaste lac des Bouillouses pris dans la glace est une balade incontournable du Capcir, dont on ne se lasse pas ! Au bout du lac, nous poursuivons jusqu'à la cabane de la Balmète, en nous faufilant à travers les pinèdes, puis abordons les flancs dégarnis du Puig del Pam (2470m), belvédère remarquable sur toutes les Pyrénées catalanes. À la redescente, il faut bifurquer vers le nord pour rejoindre le refuge des Camporells, isolé dans un site magique évoquant le grand nord canadien. À partir du refuge, un petit aller-retour à la cascade gelée "Salt dels Porcs" termine agréablement la journée.



⇒ *Durée : 5h. Dénivelé cumulé : +560m / -320m.*

Vendredi 21 février : En gravissant le méconnu pic de Mortiers (2605m) puis en traversant le vallon de la Peira Escrita, nous foulons la zone la plus sauvage et la plus mystérieuse des Camporells ! C'est donc presque avec regret que nous quittons ensuite ce secteur pour descendre dans la vallée du Galba et rejoindre le village de Formiguères, où nous nous ravitaillons.

⇒ *Durée : 5h45. Dénivelé cumulé : +460m / -1180m.*

Samedi 22 février : Nous traversons le plateau central du Capcir en passant au vieux village de Puyvalador, puis nous nous enfonçons dans de profondes forêts sillonnées de pistes enneigées qui nous conduisent au col de Sansa. Le refuge des Estagnols, non gardé mais bien équipé, n'est plus alors qu'à quelques encablures. Ce soir, nous faisons notre popote !

⇒ *Durée : 5h45. Dénivelé cumulé : +670m / -400m.*

Dimanche 23 février : Au programme de cette superbe journée, un parcours panoramique sur les crêtes délimitant le nord-est du Capcir, puis un grand plongeon dans la vallée des Garrotxes. Nous commençons par une montée au Pic de Madrès (2469m), situé sur la frontière avec l'Aude, puis poursuivons jusqu'au Pic de la Pelade (2370m). S'ensuit alors une longue descente vers le gîte d'étape du petit village de Sansa.

⇒ *Durée : 6h. Dénivelé cumulé : +830m / -1190m.*

Lundi 24 février : L'itinéraire de cette dernière journée zigzague dans la vaste forêt de Cami Ramader séparant le Capcir du Conflent. Notre sens de l'orientation est mis à rude épreuve jusqu'au refuge du Coll del Torn, après lequel il suffit de descendre une large piste pour retrouver le col de la Quillane. La boucle est bouclée !

⇒ *Durée : 5h45. Dénivelé cumulé : +750m / -470m.*

Comme toujours en montagne, le programme est susceptible d'être modifié si les conditions météorologiques ou nivologiques l'exigent.



Équipement

Vêtements :

- Casquette chaude ou bonnet
- 1^{ère} couche haut (sous-vêtement / T-shirt à manches longues)
- 2^{ème} couche haut (polaire)
- 3^{ème} couche haut (veste imperméable)
- Gants (deux paires : une légère et une grosse)
- 1^{ère} couche bas (sous-vêtement type carline) (éventuellement)
- 2^{ème} couche bas (pantalon imperméable)
- Chaussettes (grosses)
- Chaussures de montagne imperméables
- Guêtres (si pas intégrées au pantalon)
- Chaussons (pour les hébergements)

Équipement :

- Sac à dos (permettant d'y fixer les raquettes)
- Raquettes à neige

- Bâtons de marche avec rondelles neige
- Lampe frontale
- ~~Crampons~~
- ~~Piolet~~

Sécurité :

- Ensemble DVA (avec piles neuves) + sonde + pelle (peut être loué au club au prix de 12 € pour la sortie)
- Couverture de survie
- Sifflet

Petite protection :

- Lunettes ou sur-lunettes de soleil
- Crème solaire
- Protège-lèvres
- Petite pharmacie personnelle

Toilette :

- Trousse de toilette
- Serviette

Boire, manger :

- Gourde ou thermos
- Couteau-fourchette-cuillère
- Pique-niques du midi (en prévoir 3)
- En-cas énergétiques (éventuellement)

Orientation, cartographie :

- Carte IGN 2249ET (éventuellement)
- Boussole (éventuellement)
- Altimètre (éventuellement)

Divers :

- Boules Quiès (éventuellement)
- Drap-sac
- Sac(s) plastique
- Papier hygiénique
- Dans le portefeuille : carte d'identité, carte CAF, quelques espèces, carte bancaire, billets de train
- Appareil photo (éventuellement)
- Téléphone portable (éventuellement)

Inscription

Accord de l'organisateur exigé : non.

Les inscriptions se feront à partir du 17 octobre 2013, mais vous pouvez envoyer votre bulletin dès la parution de cette fiche.

Le budget indiqué en première page comprend :

- les hébergements en demi-pension,
- les déplacements en taxi entre Mont-Louis – Cabanasse et le col de la Quillane.
- les frais d'inscription (16 €),
- la contribution au développement de l'activité (6 €),
- la participation aux frais de l'organisateur.

Il ne comprend pas :

- les repas de midi, boissons et en-cas divers,
- la location éventuelle de matériel.

Ce budget ne pouvant être qu'estimatif, les comptes seront soldés individuellement à la fin de la sortie.



Vous voulez davantage de précisions ?

Les informations générales concernant les niveaux, les modalités d'inscription, etc. sont disponibles sur le site internet du club (<http://www.clubalpin-idf.com/randonnee/raquettes.html>) ou auprès du secrétariat (12 rue Boissonnade, 75014 Paris, ☎ 01 42 18 20 00). Mais il est préférable de me contacter si vous souhaitez avoir des informations plus précises sur cette sortie, si vous souhaitez avoir des conseils sur le matériel, les vêtements, etc.

À bientôt !