

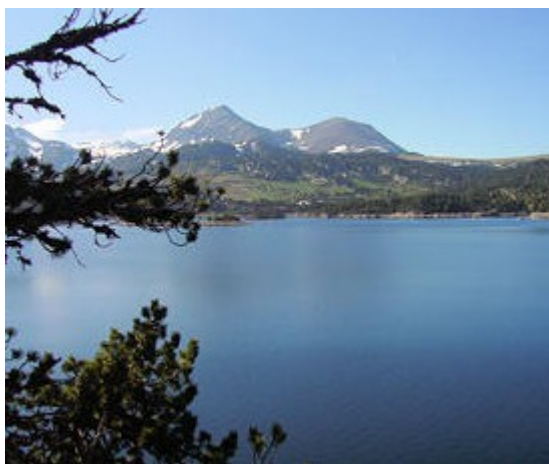
Le Tour du Capcir

du jeudi 29/05/2014 au dimanche 01/06/2014

Niveau : ▲ - Moyen +

Nombre de personnes : 8 avec organisateur compris

Date d'ouverture des inscriptions : mardi 18 février 2014



Le Capcir situé dans les Pyrénées-Orientales, en Pays Catalan, est une région qui a été rattachée à la France par le traité des Pyrénées en 1659.

C'est le plus haut plateau du massif des Pyrénées se situant entre 1300 et 1700 mètres d'altitude et où l'on trouve des lacs créés par des barrages hydrauliques. Les lacs de Puyvalador, de Matemale sur l'Aude et celui des Bouillouses sur la Têt contribuent à la beauté de la montagne catalane.

PROGRAMME

Jeudi 29/05 : Rendez-vous à 07h51 en gare de Latour-de-Carol (départ possible de Paris-Austerlitz à 21h57). Il faudra sortir de son sac son petit-déjeuner car il n'y a plus de buffet en gare.

A 08h28 nous prendrons le Train Jaune pour rejoindre à 10h13 l'arrêt de Bolquère, le point de départ de notre randonnée (1611m). Nous rejoindrons le lac de Matemale en traversant les forêts de Bolquère, de Barrès, du Senescal et atteindre en fin de journée Matemale (1524m). Nuit au gîte Le Dourmidou de Matemale et dîner à La Capcinoise. *Durée : 06h00 environ, distance : 20 km, dénivelé cumulé : +450 m / -550 m.*

Vendredi 30/05 : Nous reprendrons notre chemin vers le Puig dels Agrellons (colline des Agrellons) pour atteindre le Coll de Sansa (1775m), puis les Clots de la Falguera et le lac de Puyvalador (1421m). Nous rejoindrons ensuite Formiguères (1506m) en soirée. Nuit au gîte d'étape « La Dressere » et dîner à proximité. *Durée : 07h30 environ, distance : 22 km, dénivelé cumulé : 1050 m / -1020 m.*

Samedi 31/05 : Nous continuerons notre tour du Capcir en suivant la vallée du Galbe par les barraques de la Jaca de la Llosa puis en bifurquant nous atteindrons le refuge de Camporells à proximité des lacs Estany Gros et Estany del Mig (2255m), poursuite jusqu'au lac des Bouillouses (2016m). Nuit et dîner à l'hôtel-refuge « Les Bones Hores ». *Durée : environ 7h30, distance : 22 km, dénivelé cumulé : +1130 m / -650 m*

Dimanche 01/06 : Pour ce dernier jour, nous suivrons la vallée du Riu d'Agostrina (rivière d'Angoustrine) jusqu'aux bains romains de Dorres (1450 m). Si le temps le permet, possibilité de prendre un bain dans une eau sulfureuse chaude entre 37°C et 40°C, pensez à amener votre maillot de bain. Derniers sentiers pour rejoindre la gare de Latour de Carol (1230 m). Dîner tiré du sac avant de prendre le train de nuit à 20h20. *Durée : environ 6h30, distance : 22 km, dénivelé cumulé : +600 m / -800 m.*

Ce programme indicatif n'est pas contractuel. L'organisateur se réserve le droit de le modifier à tout moment, notamment en fonction des conditions de terrain posant danger, d'obstacles imprévus, de cohésion du groupe, de météo taquine, et pour d'autres raisons de sécurité. Les participants devront avoir le niveau demandé.

Coût prévisionnel : 175 € comprenant les nuits en gîte, les dîners, les frais CAF, les frais d'organisation (courrier, téléphone, cartes, etc...), mais ne comprenant pas les repas des midis et du dimanche soir, les en-cas et boissons diverses, ni les transports SNCF (train intercity et train jaune).

RENSEIGNEMENTS

Niveau technique ▲ : Itinéraire montagnard se déroulant essentiellement sur de bons sentiers ou hors-sentiers mais en terrain facile. Toutefois un enneigement tardif ou le mauvais temps pourraient nous contraindre à modifier notre itinéraire.

Niveau physique : Moyen +. Cette sortie est physiquement à la portée de tout randonneur en bonne forme et pratiquant régulièrement la randonnée (durée journalière de marche de l'ordre de 07h00).

Horaires de train : **chacun s'occupe d'acheter son billet de train aller-retour.**

Aller : mer 28/05 – départ de Paris-Austerlitz à 21h57 par Intercités de nuit n°3971, arrivée à Latour-de-Carol à 07h51. Correspondance par Train Jaune à 08h28 jusqu'à l'arrêt de Bolquère-Eyne, arrivée à 10h13.

Retour : dim 01/06 – départ de Latour-de-Carol à 20h20 par Intercités de nuit n°3970, arrivée à Paris- Austerlitz à 07h22.

Transports locaux : le train jaune mais décrit ci-avant.

Petit-déjeuner : prévoir celui du jeudi matin dans son sac. Les autres seront pris en commun dans les gîtes, pour celui du samedi matin il faudra tout de même le tirer de son sac ou alors faire quelques courses lorsque nous traverserons un village.

Repas du midi : à tirer du sac et à la charge des participants, ils seront pris sur le terrain.

Hébergement : hébergement en gîte d'étape, prévoir un drap-sac.

Equipement : classique du randonneur, prévoir pour la pluie et soleil, bonnes chaussures de marche, tenue de re-change pour le soir, gourde, affaires de toilette et serviette, pharmacie personnelle, carte du CAF à jour de cotisation.

Inscription : en ligne ou auprès du secrétariat du CAF Ile de France, date d'ouverture le mardi 18 février 2014. L'inscription n'est effective qu'après le versement de 175 €. Il existe une assurance annulation, se renseigner au secrétariat du CAF pour plus de renseignements. Date limite d'inscription le 27 avril 2013.

Pour en savoir plus : carte IGN 1/25 000 n°2249ET et 2249OT.