



TREKKING EN SIERRA D'AITANA, PERLE D'ALICANTE

Séjour de randonnée accompagnée
Séjour en étoile - 7 jours / 6 nuits - Espagne

Mise à jour : 12/12/2023

Au centre de la province montagneuse d'Alicante, la Sierra d'Aitana, avec ses impressionnantes parois calcaires, est le site le plus exceptionnel du massif Méditerranéen espagnol. Les premiers grimpeurs qui ont visité cette Sierra la comparait aux Dolomites pour sa grandeur. Bien que proche de la Costa Blanca, le spectaculaire massif d'Aitana est resté secret pour tous, exceptés quelques visiteurs exigeants. Un fantastique voyage à pied, vous attend pour explorer point par point les vallées et gravir les sommets. Nous évoluerons à travers les traditionnels sentiers pédestres ainsi que des sentiers muletiers. Nous suivrons principalement des lignes de crête, nous proposant des vues panoramiques spectaculaires. Puis nous redescendrons vers de belles vallées, avec des sources naturelles, des amphithéâtres calcaires spectaculaires, et nous observerons les châteaux qui parsèment les sommets des collines lointaines. Aussi, au fil du voyage, vous découvrirez les petits secrets et la vie du village de la paroisse de Las Marinas.

L'ETAT D'ESPRIT CANOPEE:

Vous vous préparez à nous suivre sur un de nos voyages d'aventure. Derrière cette fiche technique se cache un travail d'équipe et une véritable culture du voyage que nous tenons à partager avec vous.

Nos objectifs sont de tenter de vous faire découvrir des régions en y apportant nos touches personnelles, celles de découvrir des territoires sauvages, des hébergements locaux et petits hameaux qui se fondent dans les massifs. Il s'agit aussi de développer sur ces territoires l'emploi que ce soit directement pour le biais de l'embauche ou par le choix de prestataires locaux qui sont, à nos yeux, les référents de leur territoire. Aussi vous faire découvrir la faune et la flore. Les rencontres humaines sont, sans aucun doute, pour nous, le point primordial de nos voyages. Elles

sont la clef de voûte de la transmission du savoir et de l'épanouissement personnel afin que vous repartiez de nos séjours la tête remplie d'étoiles.

Vous venez donc, avec nous, pour découvrir ces valeurs, vous ouvrir à ce partage et vous immerger dans ces territoires qui n'attendent de vous que la curiosité et le respect.

... Bienvenue chez Canopée Voyages

PROGRAMME

Jour 1

Rendez-vous à l'aéroport de Valencia à 16h ou l'Hôtel Odon*** (+34 96 559 12 12) à partir de 17h30. Transfert (si rendez-vous à l'aéroport), installation, présentation du programme, puis dîner à l'Hotel Odon*** de Cocentaina.

Jour 2

La montagne de Montcaber (1390m) est très appréciée des habitants de toute la région. Elle offre une vue panoramique à 360° et vous pourrez voir tous les sommets que nous ferons dans les prochains jours, à l'exception du Puig Campana. Depuis notre lieu de stationnement nous gravirons le versant nord-est par le Parc Naturel de Mariola et nous profiterons de ce joyau naturel abritant plus de 1 200 espèces végétales très appréciées par la communauté scientifique. Visite des caves de neige, utilisées lors d'une petite période glaciation survenue il y a plus de 300 ans. Une fois au sommet du Montcabrer, nous descendrons par le versant ouest où se chachent plusieurs sources d'eau jusqu'à Cocentaina.

5h30 de marche. 11kms. D+ 650m D- 895m.

Jour 3

Nous partons en randonnée pour l'ascension du sommet du Puig Campana (1410m). Presque tous les sommets et crêtes traversés les jours précédents peuvent être vu.

L'approche se fait par un très jolie sentiers sur la face nord, se lançant dans une douce montée, passant par le Collado Pouet, qui sépare le soment du Ponoig et le Puig Campana. De là, nous empruntons un sentier plutôt raide traversant le pierrier nord, mais l'effort en vaut la peine, la vue est magnifique à tout moment. Une fois au sommet nous redescendront jusqu'à la source de la Font del Moli.

6h de marche. 12kms. D+ 775m D- 1030m

Jour 4

Beaux parcours en descendent depuis le parc naturel de la Font Roja jusqu'à Cocentaina. En début de matinée nous partons d'un ancien monastère en grande partie rénové. De ce point de départ, jusqu'à l'arrivée à Alcoy, tout se déroulera en descente, en suivant principalement le GR-7. Une fois que nous quitterons le parc naturel de Font Roja, nous cesserons de voir cette végétation méditerranéenne originale avec des chênes verts, des chênes, des frênes, etc. Nous continuons près du cours d'une rivière jusqu'à atteindre Alcoy. Une journée de repos actif pour affronter les jours suivants puisqu'il s'agit en grande partie d'un parcours de descente.

3h30 de marche. 10kms. D+ 70m D- 500m

Jour 5

Après un transfert à Fageca, nous suivons dans une petite vallée le versant Nord de Serrella qui nous mènes au col puis au sommet du Pla de la Casa (1385m). Si c'est la saison propice, nous pourrons voir des amandiers en fleur (janvier/février). Puis nous marchons jusqu'au sommet du Pla de la Casa. Nous nous arrêtons pour profiter d'une vue imprenable sur la chaîne d'Aitana ainsi que sur les montagnes de Valencia. Lors d'un jour clair, on peut voir l'Île d'Ibiza et la Méditerranée.

Passage aux Aiguilles des Frares de la Serrella, une formation géologique particulière très importante et connue dans la région avant Puis d'arriver au petit village de Quatretondeta.

4h30 de marche. 9,5kms. D+ 650m D- 770m

Jour 6

De la Font de Partagat, nous grimpons par le versant nord jusqu'au Pas de la Rabosa, le seul passage possible à pied sur l'Aitana, le sommet plus haut d'Alicante. Nous déjeunerons aux crevasses calcaires des Avencs de Partagat, site géologique impressionnant et un endroit parfait pour pique-niquer. Nous reprendrons la raodnnée pour arriver au sommet de l'Aitana oriental. Sur la descente on verra à tout moment la méditerranée et presque tous les sommets de la région d'Alicante.

4h de marche. 7kms. D+ 600m D- 600m

Jour 7

Départ du l'Hotel Odon*** après le petit déjeuner vers l'aéroport, avec votre accompagnateur et leurs véhicules.

Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction.

Aussi, des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté tels que les conditions climatiques et l'enneigement peuvent en modifier le déroulement. Des décisions de modification du séjour (modification de tracé par exemple) peuvent être prises au fil des jours par l'organisateur, responsable de ce voyage. Nos guides et accompagnateurs sauront d'autant mieux gérer ces aléas, si chacun garde sa bonne humeur.

Nous attirons votre attention sur le fait que ce séjour se déroule en zone de montagne. Il est donc nécessaire que chacun des participants en ai conscience tant au niveau du respect de l'environnement et des habitants mais surtout concernant le niveau d'engagement que cela nécessite. Il est donc indispensable de se préparer à ce type de séjour et d'informer « Canopée » de toutes problématiques liées à la santé des participants.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Rendez-vous le premier jour, le dimanche, à partir de 16h à l'aéroport de Valencia avec votre accompagnateur ou à l'hôtel Odon*** à Cocentaina.

Si vous arrivez la veille ou repartez le lendemain du programme, possibilité de réserver dans le même hôtel: Hôtel Odon*** Cocentaina Tel. +34 96 559 12 12.

SI VOUS VENEZ EN TRAIN:

Prévoir une arrivée en gare de Valencia. Notre accompagnateur passera vous récupérer vers 15h.

SI VOUS VENEZ EN AVION:

Prévoir d'être au lieu de rendez vous à l'aéroport de Valencia à 16h.

SI VOUS ARRIVEZ EN VOITURE:

rendez vous à partir de 17h30 à l'Hôtel Odon*** Avda. Pais Valenciano, 145 - Cocentaina (Alicante).

Tel. +34 96 559 12 12

<https://hotelodon.com/>

DISPERSION

Fin de séjour après le petit déjeuner vers 9h30. Dispersion pour les personnes en voiture. Transfert gare et aéroport pour les personnes en train et avion. Comptez 1h30 de trajet soit une arrivée sur Valencia vers 12h.

FORMALITES

Durant la randonnée, vous devez être en possession des documents suivants :

- carte d'identité en cours de validité ou Passeport.
- dépliant de votre assurance voyage reçu lors de votre inscription (si vous avez souscrit l'assurance que nous proposons) ou de votre assurance personnelle (numéro de contrat + numéro de téléphone).
- carte vitale européenne.

NIVEAU

NIVEAU MODERE: randonnée sur terrain variable mais plutôt rocailleuse niveau modéré. 8 à 12kms de randonnée journalière avec une moyenne de dénivelé de 600m, il faut être en bonne forme physique. L'aspect découverte est privilégié sur l'aspect sportif. Les pauses sont fréquentes, nous prenons le temps !

Le programme des randonnées sera adapté en fonction du niveau des participants et des conditions météorologiques.

HEBERGEMENT

Hôtel Odon*** Cocentaina Tel. +34 96 559 12 12.

Les inscriptions individuelles sont regroupées en chambre non mixte de 2 à 3 personnes.

Supplément chambre individuelles: + 90€. A réserver à l'inscription.

L'hôtel est dans la ville de Cocentaina, idéalement placé, entre la Ville de Alcoi et le village de Cocentaina.

Vous êtes hébergés en formule nuit + petit-déjeuner + diner.

Repas:

Les repas du soir seront pris dans le restaurant Las Moreras, de l'Hôtel Odon***. La restauration servie est équilibrée et variée. La cuisine est traditionnelle et adaptée au programme des randonneurs.

Les repas froids pris au cours de la randonnée sont copieux et accompagnés de vivres de course (fruits secs, chocolat, biscuits). Ces pique-niques sont préparés par l'accompagnateur à l'aide des commerces locaux. Si la température est basse, votre accompagnateur fera le maximum pour trouver un abri (chalet ou cabane) de manière à profiter du repas et de la pause de midi.

TRANSFERTS INTERNES

En minibus et voiture de location si groupe de plus de 8 personnes. Il sera demandé à un des participants de conduire la voiture de location dans le cas où l'accompagnateur conduit le minibus.

PORTAGE DES BAGAGES

Durant la journée vous transportez vos affaires personnelles de la journée et le partage du pique-nique. prévoir un sac à dos de randonnée de 30L environ muni d'une ceinture ventrale.

GROUPE

De 6 à 12 participants

Groupes constitués :

Vous êtes membres d'une association, d'un comité d'entreprise, d'une collectivité, vous êtes une famille ou un groupe d'amis désirant randonner ensemble : nous organisons cette randonnée aux dates que vous choisissez, avec un tarif étudié.

Vous avez un rêve, un projet..., consultez-nous.

ENCADREMENT

Séjour accompagné par Raül, accompagnateur en montagne diplômé d'Etat (Espagnol et Français) connaissant parfaitement le massif et natif du massif.

Professionnel de la montagne, il s'engage à :

- Gérer au mieux le déroulement de votre randonnée en toute sécurité : choix de l'itinéraire, rythme de progression, logistique, santé, adaptation aux aléas météorologiques.
- Assurer la dynamique et la cohésion du groupe.
- Vous faciliter l'approche du milieu montagnard et vous faire partager avec passion ses connaissances pour la nature.
- Être disponible et à votre écoute.

En cas de questions et de retard de dernière minute vous pouvez joindre Raül au (+34 636 921 395).

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

POUR LES RANDONNEES :

Pour le haut du corps, le principe des 3 couches permet de gérer quasiment toutes les situations :

- un sous-pull à manches longues en matière respirante (fibre creuse).
- une veste en fourrure polaire chaude.
- une veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex.

En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par temps de pluie, neige ou vent, il suffit de rajouter la veste imperméable. Par grands froids ou lors des pauses, la veste polaire est un complément indispensable.

Prévoir des vêtements qui sèchent rapidement et donc proscrire le coton. Préférez la laine (les sous-vêtements en laine mérinos sont confortables et génèrent peu de mauvaises odeurs), la soie et les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible.

Pensez à vous couvrir avant d'avoir froid, mais surtout à vous découvrir avant d'avoir trop chaud. La sueur est l'ennemi du randonneur, car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés lors des pauses. Ainsi, il est très rare d'effectuer une ascension vêtu d'une veste polaire.

Eviter les anoraks et proscrire les combinaisons de ski, trop chauds et encombrants.

- 1 chapeau de soleil ou casquette.
- 1 foulard ou tour de cou.
- 1 bonnet.
- 1 paire de moufles avec éventuellement des gants en soie et une paire de gants supplémentaire.
- T-shirts manches courtes en matière respirante de préférence (1 pour 2 à 3 jours de marche).
- 1 sous-pull à manches longues en matière respirante ou une chemise.
- 1 veste en fourrure polaire.
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex avec capuche.
- 1 cape de pluie ou un sursac si vous possédez la veste ci-dessus.
- 1 pantalon de trekking ample.
- 1 surpantalon imperméable et respirant type gore-tex (si votre budget vous le permet).
- 1 caleçon (peut-être utilisé le soir à l'étape).
- 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.
- 1 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. Proscrire absolument les bottes et après-skis, ainsi que les chaussures de trail.
- 1 paire de guêtres.
- Des sous-vêtements.
- Bâtons télescopiques.
- 1 sac à dos de 35/40 litres à armature souple, muni d'une ceinture ventrale et permettant d'accrocher les raquettes.
- Un grand sac plastique permettant de protéger l'intérieur du sac à dos.
- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité avec protection latérale.
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre son argent, carte d'identité, carte vitale et contrat d'assistance.
- Papier toilette.
- 1 petite pharmacie personnelle (Attention liste non exhaustive à adapter en fonction de vos propres besoins médicaux) : pansements stériles prédécoupés, antiseptique local à usage externe (plaies), Elastoplaste et/ou double peau (ampoules), Antalgique type paracétamol, Anti-diarrhéique et antiseptique intestinal, Anti-sapsmodique, Antihistaminique (allergies), sérum physiologique ou collyre oculaire, crème solaire haute protection pour la peau et les lèvres, crème hydratante type Biaffine (coups de soleil et brûlures), 1 stick à lèvres...

POUR LES PIQUE-NIQUES:

- 1 thermos ou une gourde de préférence isotherme (1,5 litre minimum).
- 1 couteau de poche type Opinel.
- Boite plastique hermétique (contenance 0,5 l minimum) + gobelet + couverts.

POUR L'ETAPE:

- 1 pantalon confortable.
- 1 paire de chaussures de détente légères.
- Nécessaire de toilette (privilégiez l'indispensable, les petites contenances, les échantillons et les kits de voyages).
- Boules Quiès ou tampon Ear (facultatif).
- 1 frontale ou lampe de poche.

LE PRIX COMPREND

- Les frais d'organisation et d'encadrement.
- l'hébergement en pension complète du dîner du jour 1 au petit déjeuner du dernier jour
- L'encadrement
- Les transferts prévus au programme.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- **Le trajet depuis votre domicile au lieu de rendez-vous et retour**
- **Les dépenses personnelles**
- **Les boissons dans et en dehors de l'hébergement**
- **les assurances: annulation voyage (4% du montant du séjour). Responsabilité civile obligatoire.**

