



# ENTRE MER ET MONTAGNES, LES PYRÉNÉES EN FAMILLE

Séjour multi-activités en famille à partir de 8 ans  
Séjour en étoile - 7 jours / 6 nuits - Pyrénées Orientales

Mise à jour : 29/01/2024

Au cœur de sites naturels protégés, direction le Parc naturel régional des Pyrénées Catalanes pour une escapade 100% nature !

Au pied du Canigou, les coteaux tapis de vignes, la garrigue, les ports de pêches et les plages de sable doux. L'ancien royaume catalan occupe une bonne partie de la région, d'où son accent si particulier, avant de se fondre dans le Roussillon.

Nous vous proposons une aventure originale qui vous conduira durant le séjour à partager tout ce que la région offre de plus beau: randonnées en montagne vers des cascades rafraichissantes, via ferrata, canyoning, trottinette de descente et kayak de mer sur les eaux turquoises de Collioures. Chaque soir, votre confortable hôtel \*\*\* vous attend pour vous remettre de vos émotions.

## **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. Mais 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:**

Accueil à votre hôtel \*\*\* à partir de 17h.

Dîner et nuit à votre hébergement à Vernet-les-bains sur les pentes du célèbre Mont Canigou, la montagne sacrée des catalans.

## **Jour 2:**

Après votre petit-déjeuner, présentation du séjour par votre accompagnatrice en montagne locale. Départ de la randonnée directement depuis votre hôtel. Rien de tel qu'une randonnée en montagne vers de rafraîchissantes cascades (un bel objectif pour petits et grands) pour bien démarrer ce séjour. En ce mois d'été, vous appréciez l'agréable fraîcheur de l'eau de la rivière de Saint-Vincent qui descend tout droit des Conques du Canigou. Les paysages de montagne, l'ambiance des gorges et le grondement des cascades sauront ravir toute la famille.

Dîner et nuit à votre hôtel \*\*\*.

**4h de marche. D+ 400m / D- 400m**

## **Jour 3:**

Ce matin, vous partez pour une très jolie via ferrata en famille dans les Fenouillèdes offrant un panorama exceptionnel sur les Pyrénées- Orientales. Différents types de progressions s'offrent à vous : passages en crête, goulets, ponts himalayens, ponts de singes... pour une aventure partagée en famille.

L'après-midi, vous partez pour une magnifique randonnée aquatique dans un cadre unique. Surplombées par l'Hermitage de Galamus, vous nagez dans une eau turquoise colorée par la clarté de la roche calcaire. Excellente initiation au canyoning, vous avancez tout en douceur. Vous franchissez des petits toboggans et des sauts facultatifs (jusqu'à 6m).

Dîner et nuit à votre hôtel \*\*\*.

**5h d'activités.**

## **Jour 4:**

Rendez-vous à 9h30 sur la plage (45min de trajet). Départ pour une matinée d'initiation et de balade en kayak dans les Pyrénées Orientales le long de la côte rocheuse. Vous découvrez le coin le plus sauvage de la côte Vermeille avec ses eaux limpides, ses belles falaises et ses grottes secrètes. Le site magnifique de Paulilles est à l'abri du vent, sûr pour les familles et les plus sportifs auront la possibilité de faire le tour de la baie. L'après-midi, vous pourrez simplement profiter des plages sauvages, ou visiter les villages voisins de Collioure ou de Banyuls sur mer.

Dîner et nuit à votre hôtel \*\*\*.

## **Jour 5:**

Après un court transfert (15 min), vous retrouvez votre accompagnatrice en montagne locale Françoise pour un départ du col de Jou, à 1125m d'altitude. Vous empruntez le célèbre GR10 (grande traversée des Pyrénées) pour rejoindre le refuge de montagne de Mariailles, camp de base des randonneurs partant à l'assaut du Canigou.

Vous profitez de l'ambiance paisible du refuge, au milieu des estives en pleine montagne.

Dîner et nuit à votre hôtel \*\*\*.

**4h de marche. D+ 350m / D- 350m**

## **Jour 6:**

**Trottinette de descente le matin.**

Plus accessible que le VTT de descente, ludique et très maniable, la trottinette tout terrain s'adresse à toute la famille à partir de 8 ans. Avec un départ au col de roque Jalere à 1000 m d'altitude, la descente nous offre un panorama magnifique sur la vallée de la Têt face au Canigou. Profitez de 700m de dénivelé sur 12 km de piste au guidon de votre trottinette tout terrain avec freins à disques et double suspensions.

### **Canyoning de Molitg (prononcez Molitch ;- ) l'après-midi.**

La rivière de la Castellane a creusé au fil du temps ce canyon dans le granite, offrant l'accès à de magnifiques gorges et des paysages à couper le souffle. Cette sortie canyoning, est idéale pour découvrir en douceur et à votre rythme, toutes les belles sensations que vous réserve cette activité aquatique. Complet et ludique, vous vous essaieriez à toutes les techniques du canyoning : descentes en rappel, sauts, toboggans naturels... Ce canyon accessible à tous, même aux débutants, vous garantit un moment de convivialité, à partager en famille.

Dîner et nuit à votre hôtel \*\*\*.

***4h d'activité.***

### **Jour 7:**

Fin de séjour après votre petit-déjeuner.

Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction. Des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté tels que les conditions climatiques peuvent en modifier le déroulement. Des décisions de modification du séjour (modification de tracé ou transfert entre les hébergements) peuvent être prises au fil des jours par l'organisateur (direction et/ou accompagnateur), responsable de ce voyage.

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. En dehors de l'activité canyoning et kayak, les enfants sont sous la responsabilité des parents lors des baignades quotidiennes. L'accompagnatrice n'a aucune compétence de surveillant de baignades.

# FICHE PRATIQUE

## ACCUEIL

Rendez vous le 1er jour, le dimanche, à l'hôtel \*\*\* PRINCESS à Vernet les Bains

## SI VOUS VENEZ EN TRAIN:

Arrivée à la gare de Perpignan, puis train (TER à 1€) jusqu' à Villefranche de Conflent/Vernet-les-Bains ou bus (ligne 521) pour Vernet-les-Bains en fonction de vos horaires d'arrivée.

## SI VOUS VENEZ EN VOITURE:

Autoroute A9 jusqu'à Perpignan (à 55km) puis la N116, direction Andorre, jusqu'à Villefranche de Conflent (à 5km), puis la D116 jusqu'à Vernet-les-Bains.

## DISPERSION

le jour 7 après le petit déjeuner et en fonction de vos horaires de retour (notamment pour les personnes en train)

## 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.

## NIVEAU

**Niveau modéré:** les dénivelés positifs sont compris entre 200 à 500m par jour, le terrain peut présenter des passages techniques au niveau du sol. Prévoir donc des chaussures de randonnée à tige haute pour le maintien des chevilles. Des baignades sont prévues lors des pauses repas afin que les enfants et parents puissent partager des moments uniques. Le portage consiste uniquement au transport des affaires de la journée (vêtements et pique-nique du groupe à partager).

Nous avons décidé d'attribuer le niveau modéré à ce séjour car ce sont les enchainements des activités qui peuvent présenter une difficulté physique plus que technique.

L'intégralité des activités est adaptée aux enfants à partir de 8 ans. Les enfants ne sachant pas nager ne peuvent pas réaliser le canyoning pour des raisons de sécurité individuelle mais aussi de groupe. Les intervenants sont des professionnels diplômés d'Etat chacun dans leur spécialité.

## HEBERGEMENT

Hôtel \*\*\* Possibilité de stationner votre voiture dans la rue de l'hôtel puisque celle ci n'est pas passante, ou bien au parking de la poste à quelques pas votre l'hôtel.

L'hôtel offre aussi la possibilité de garer quelques véhicules dans le parking sous-terrain sous vidéo surveillance pour 10.50€/jour (à régler sur place).

## REPAS:

Le dîner et le petit-déjeuner sont préparés par nos hôtes. La restauration servie est équilibrée et variée. La cuisine est copieuse, traditionnelle et adaptée au programme des randonneurs. Les pique niques sont préparés par l'hébergeur.

En cas d'intolérance ou de régime alimentaire, vous devez impérativement nous le préciser lors de votre inscription.

### **TRANSFERTS INTERNES**

Les transferts durant le séjour se font avec vos véhicules personnels en co-voiturage.

### **PORTAGE DES BAGAGES**

Le portage consiste uniquement au transport des affaires de la journée et du pique-nique.

### **GROUPE**

De 4 à 14 personnes.

### **ENCADREMENT**

Françoise, accompagnatrice en montagne diplômée d'Etat, connaissant parfaitement le massif. Professionnelle de la montagne, elle 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 et à la nivologie.
- 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.

### **MATERIEL FOURNI**

Pour les activités canyoning, kayak, via-ferrata et trotinette de descente l'ensemble du matériel d'utilisation et de sécurité est prévu. Prévoir uniquement de votre côté des chaussures pour aller dans l'eau (pas de chaussures souples néoprène type planche à voile) et les chaussures de randonnée.

### **EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR**

#### **POUR LA RANDONNEE:**

pantalons de toile - shorts - T-shirts

6 à 7 paires de chaussettes de randonnée

1 imperméable type Kway

1 chapeau de soleil ou une casquette

1 maillot de bain

1 paire de chaussures de randonnée (avec membrane imperméable et respirante dans lesquelles vous êtes bien ! Il faut «casser» les chaussures neuves avant de partir en randonnée en les portant quelques semaines auparavant afin d'éviter les désagréments des ampoules et échauffements...

pour les enfants, DECATHLON font une paire de chaussures parfaite pour ce type de séjour, la crossrock kid.

1 paire de lunettes de soleil avec verres d'indice 3 minimum.

1 grand sac plastique solide pour envelopper les vêtements et affaires dans le sac à dos (en cas de forte pluie)

mouchoirs en papier.

1 pochette pour contenir vos papiers et valeurs : passeport ou carte d'identité, contrat d'assurance, carte vitale, certificat de vaccinations, billets d'avion, de train, carte de crédit, argent...)

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, Antidiarrhéique et antiseptique intestinal, Antisapsmodique, Antihistaminique (allergies), sérum physiologique ou collyre oculaire, somnifère léger, crème solaire haute protection pour la peau et les lèvres, crème hydratante type Biaffine (coups de soleil et brûlures), crème ou spray antimoustique...

Pour les activités autres que randonnée: 1 paire de basket type tennis avec laçage et chaussettes. Pas de chaussure aquatique à tige souple et semelle fine type planche à voile et autres activités de mer.

#### **POUR L'ETAPE:**

tenues de rechange et chaussures confortables  
affaires de toilette minimum

#### **POUR LES PIQUE-NIQUES:**

1 gourde de 2L et/ou une bouteille thermos ou camel bag. Boire est indispensable en randonnée.  
1 couteau pliant type couteau suisse + couverts + gobelet. - 1 boîte type « tupperware » avec couvercle pour les pique-niques.

#### **En + pour vos enfants:**

Utilisez une crème d'indice de protection solaire élevé (coeff. 50 au minimum) et comprenant une filtration des UVA à appliquer sur toutes les zones exposées en couche épaisse toutes les deux heures, même en cas de couverture nuageuse, et après chaque bain. Pour leur santé nous vous conseillons des crèmes solaire minérales.

Les lunettes de soleil bien enveloppantes avec un indice de catégorie CE 3 ou 4 sont indispensables. Elles préviennent les lésions solaire de la rétine et de la cornée, en bloquant 99% des UV. N'hésitez pas à en prévoir une paire supplémentaire de rechange en cas de perte !

Enfin, prévoyez une gourde car il est important de donner régulièrement à boire et tout aussi important pour les parents de donner eux-mêmes l'exemple ! Un petit sac à dos ajusté à la taille de votre enfant lui offrira une certaine autonomie.

#### **LE PRIX COMPREND**

- la pension complète (3 étoiles, chambres de 2 à 5 places aux choix) du dîner du jour 1 au petit déjeuner du jour 7
- toutes les activités mentionnées au programme
- les moniteurs brevetés d'Etat du jour 2 au jour 6
- les visites mentionnées au programme
- les frais d'inscription

#### **LE PRIX NE COMPREND PAS**

- le trajet de votre domicile au lieu de rendez-vous et retour
- les dépenses personnelles et boissons dans et en dehors de l'hôtel
- les transferts durant le séjour
- les assurances: annulation voyage (4% du montant du séjour). responsabilité civile obligatoire

