



# Fiche technique « Rando Bota Pyrénées Orientales »

## Le séjour en résumé:

Lors des grands treks nous ne prenons pas assez de temps pour se pencher sur le monde végétal qui s'offre à nous à chaque vallon, au bord des rives de chaque lac, dans chaque chaos...

Ce week-end vous permettra d'approcher le monde de la botanique en randonnant dans des sites exceptionnels.

Le premier jour une approche de la reconnaissance des fleurs où les pauses seront fréquentes pour illustrer certains principes de fonctionnement de la flore: développement, entraide, concurrence, biotope... Selon l'intérêt des participants, la seconde journée sera un approfondissement de la première et/ou une ouverture sur l'utilisation des plantes sauvages (culinaire/médicinale). Nous n'oublierons pas de lever la tête de temps à autre pour contempler les immenses paysages intimement liés à notre thème. C'est par des observations, des expériences, de la reconnaissance, de la documentation que nous découvrirons ce fabuleux domaine de la botanique à la portée de tous...

Les randonnées sont d'un niveau moyen (300m à 600 m), elle permettent de découvrir une zone sauvage et riche sur un week-end. Ce mini séjour s'adresse aux passionnés de marche, de nature, de montagne...

**Durée :** 2 jours de marche / 1 nuits

**Hébergement :** 1 nuits en gîte

**Dénivelé moyen/ jours :** 500m

**Difficulté :** Moyen ; 5 à 6 heures de marche, 300 m à 600 m de dénivelé

## Les + :

- Des belles randonnées diverses
- Les chemins et passerelles vertigineux
- Les sources d'eau chaude à l'arrivée
- L'expérience en refuge gardé

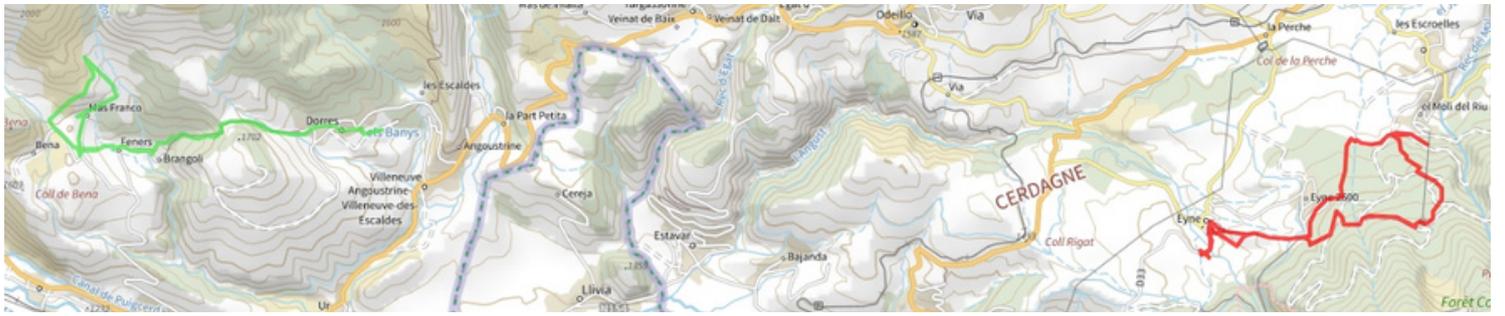
## Déroulement :

### **J1 : La fameuse vallée d'Eyne: 6h00, +500/ -500 m**

Reconnue pour sa flore exceptionnelle depuis le 18ème siècle... Autant dire que les arrêts ne manqueront donc pas... Sublime vallée étirée, nous traverserons d'abord les sous bois et forêts. Puis nous nous hasarderons dans les landes au dessus de l'orri (ancienne cabane de berger). Une Randonnée riche en paysage, riche en flore...

### **J2 : Les hauteurs de Dorres: 6h00, +500/ -500 m**

Les estives sont riches en flore, c'est d'ailleurs pour cela que les bergers recherchent souvent des sites spéciaux recelant certains types de plantes plutôt que d'autres ayant diverses vertus pour les animaux. Nous nous élèverons en direction de sommets raisonnables pour faire la rencontre des plantes qui tous ont été connues pour leur utilisations: « magique », culinaire, médicinale...



## Options :

Possibilité d'arriver sur le lieu de votre hébergement la veille ou rester sur le lieu d'hébergement le dernier jour

## Sont exclus du prix :

- Les boissons et dépenses personnelles
- Les assurances annulation, rapatriement, interruption, bagages
- Le pique nique du dimanche midi

## Lieux et horaires de rendez-vous et de dispersion :

Rendez- vous le dimanche matin à 09h00 à Latour de Carol (66).

## Découvrez la zone :

Ce plateau d'altitude, s'élevant à 1500 mètres d'altitude, est baigné par le soleil plus de 300 jours par an. Son climat pré-méditerranéen révèle sa proximité avec la côte. A la belle saison, la végétation ne s'y trompe pas, on reconnaît déjà quelques espèces méditerranéennes. La faune n'est pas en reste, cette zone accueille la plus grosse population de mouflons dans les Pyrénées. Les sommets jouant avec les 3000 mètres comme le Puigmal d'Err, le Carlit, le Campardos, les Pérics veillent sur les habitants de cette merveilleuse région protégée maintenant le Parc Naturel Régional des Pyrénées Catalanes.

Les sources d'eau chaudes foisonnent pour le bonheur de tous... Ces eaux remontent des profondeurs de la terre à des températures étonnamment hautes. Nous pourrons profiter de ces merveilles de la nature à ciel ouvert car la plupart des stations thermales possèdent une partie en plein air.

Aux richesses des éléments de la nature viennent s'ajouter les atouts d'un patrimoine historique que possède cette région. C'est l'art Roman qui domine en de nombreux endroits. Pour ne citer qu'eux : les édifices des chapelles de Belloc et de St Marty... Ce sera sur nos parcours à pied, qu'elles s'offriront à nos yeux et dévoileront leur histoire... D'une manière plus contemporaine, cette région fût l'un des fers de lance des énergies solaires, avec autant de soleil, les chercheurs ne se sont pas trompés pour installer le plus grand four solaire du monde...

## Accès :

### En voiture :

- De Toulouse : prenez l'A 66 Direction Foix.

À Tarascon sur Ariège prenez la N20 jusqu'au tunnel du puymorens .

Continuer sur la N20 jusqu'à Ur prenez la D30 puis la N116, puis continuez jusqu'à Llo.

Possibilité de vous garer devant le gîte.

- De Barcelone : prenez la C-16 jusqu'à Riu de Cerdanya prendre la sortie C-162.

Continuez jusqu'à Puigcerda pour prendre la N-152 à Bourg-Madame prendre la D30 récupérer la N 116 puis continuez jusqu'à Llo.

### En train :

- De Toulouse : direction la gare de Latour de Carol
- De Barcelone : direction la gare de Puigcerda

# Équipement :

## Habillement :

- Chaussures de randonnée à tige haute, confortables, imperméables et déjà portées...
- Une paire de sandales (pour le soir)
- Un pantalon de randonnée en coton ou synthétique (si possible respirant, déperlant, séchage rapide)
- Une veste en polaire
- Une veste de montagne à capuche (Si possible imperméable et respirante)
- Un ou deux autres pulls (réguler la chaleur de votre corps)
- Des tee-shirt manche courte et manche longue (Si possible synthétiques respirant)
- Des paires de chaussette (si possible en synthétique ou laine, coton=ampoules)
- Des sous vêtements
- Une cape de pluie (poncho)
- Un drap de bain séchage rapide
- Un maillot de bain
- Un bonnet
- Un pantalon léger (pour le soir)
- Une paire de gant
- Une écharpe ou un foulard

## Matériel :

- Un sac de voyage pour vos affaires personnelles
- Un sac à dos pour une journée de marche (40 L minimum)
- Une lampe frontale
- Une paire de bâtons de marche télescopiques (facultatif mais grandement recommandé)
- Une gourde d'eau (2 L)
- Un couteau de poche
- Une lampe frontale
- Lunettes de soleil, crème solaire
- Appareil photo, Jumelles
- Casquette ou chapeau
- Des boules Quies
- Nécessaire de toilette
- Votre pharmacie personnelle (Elastoplast, compeed, médicaments personnels)
- Quelques sacs poubelle pour protéger votre sac les jours de pluie
- Maillot de bain (les shorts de bains ne sont pas autorisés dans les bains publics)

## Budget :

Prévoir un budget en espèces pour vos dépenses personnelles.