

## Randonnée raquette en Capcir et au pied du Carlit



### Infos Technique

#### Public:

Tout public

#### Transport:

Transfert gratuit depuis la gare routière et ferroviaire de Mont-Louis.

#### Climat:

Climat montagnard. Il peut y faire très froid même dans la journée comme il peut faire bon s'il y a du soleil

#### Repas:

Les repas du soir et les petits déjeuners sont confectionnés par les différents hébergements. Vous découvrirez la gastronomie traditionnelle préparée avec des produits locaux et parfois d'agriculture biologique.

#### Encadrement:

Accompagnateur en montagne diplômé d'état.

#### Niveau:



#### Deplacement:



#### Hebergement:



#### Portage:



#### Trousseau:

[www.trek-etic.com/trousseau.php?id=6](http://www.trek-etic.com/trousseau.php?id=6)

#### Propose par:

Clovis Challamel

[clovis@trek-etic.com](mailto:clovis@trek-etic.com)

0672148713

Fiche vue sur : [www.trek-etic.com](http://www.trek-etic.com)

Il est donné à titre indicatif, il est fonction de la saison, de la météorologie, etc. Avant le départ du séjour, et sur place, dans l'intérêt du groupe ou de la découverte, des variantes pourront être apportées par l'accompagnateur. L'itinéraire pourra être modifié ou interrompu pour des raisons de sécurité à l'initiative de l'accompagnateur.

J1 : Accueil au gîte d'Equisud, aux Angles

Accueil des randonneurs aux Angles, au gîte d'étape "Equisud", situé à la sortie du village, à partir de 17 heures. Nous faisons un point sur le séjour et nous procédons à la distribution et au réglage des raquettes.

Diner et nuit au gîte.

J2 : Equisud ? Equisud

Cette journée sera l'occasion de s'habituer à la marche avec des raquettes. Nous effectuons un parcours à plat, au bord du lac de Matemale, dans la forêt de pins, puis empruntons le barrage pour retourner au gîte.

Diner et nuit au gîte.

4 heures. 70 mètres de dénivelé positif et 70 de dénivelé négatif.

J3 : Equisud ? Equisud

Nous partons vers le nord, dans la grande forêt de Matemale. Après avoir passé un col nous rejoignons une ancienne vallée glaciaire où se trouve un village abandonné avec son église en ruine. Nous passons ensuite sous le village des

Angles pour rejoindre le gîte

Diner et nuit au gîte.

4 heures 30. 320 mètres de dénivelé positif et 320 de dénivelé négatif.

J4 : Equisud ? Equisud

Cette journée est la première où l'on prend vraiment de l'altitude. Nous montons le long des contreforts du massif du Madres, frontière occidentale du massif. Nous passons par le col del thorn, d'où nous aurons un panorama sur le plateau et sur la région des garrotxes.

Diner et nuit au gîte.

5 heures. 5-60 mètres de dénivelé positif et 560 de dénivelé négatif.

J5 : Equisud - refuge des Bouillouses

Après avoir pris une navette qui nous amène au Pla del Mir, nous chaussons les raquettes et nous dirigeons vers le refuge. Nous évoluons dans un milieu sauvage, au pied du pic d'Aude. Nous longeons le lac d'Aude, où le fleuve prend sa source. Nous gagnons le refuge en fin de journée

Diner et nuit au refuge.

5 heures. 560 mètres de dénivelé positif et 340 de dénivelé négatif.

J6 : refuge des Bouillouses ? refuge des Bouillouses

Journée à une altitude moyenne de 2100 mètres. Nous longeons dans un premier temps le lac des Bouillouses, gelé à cette période de l'année. Nous le quittons à son extrémité en direction de l'imposant sommet du Carlit. Nous allons jusqu'au pied de celui-ci puis redescendons jusqu'au refuge.

Diner et nuit au refuge.

5 heures 30. 550 mètres de dénivelé positif et 550 de dénivelé négatif.

J7 : refuge des Bouillouses ? Equisud

Nous redescendons en direction du village des angles en empruntant la haute-vallée de Targassonne que nous quittons rapidement. Nous traversons la vallée de la Têt puis regagnons la vallée de l'Aude. De là, nous atteignons le Pla del Mir, d'où nous reprenons la navette pour le gîte

Diner et nuit en gîte.

5 heures. 370 mètres de dénivelé positif et 600 de dénivelé négatif.

J8 : Equisud

Départ des Angles après le petit déjeuner.

Prochaines dates	Prix	Départ assuré
Du 11/12/2010 au 18/12/2010	640 euros	à partir de 5
Du 08/01/2011 au 15/01/2011	640 euros	à partir de 5
Du 15/01/2011 au 22/01/2011	640 euros	à partir de 5
Du 12/03/2011 au 19/03/2011	640 euros	à partir de 5

Informations complémentaires pour votre santé: rien à signaler