



Réveillon Montserrat à Barcelone



Un week-end mi rando, mi "city-trek", une approche mi-nature mi-culturelle, pour une soirée du nouvel An 100% fiesta à Barcelone.

**4 jours - 3 nuits - 2,5 jours
de marche et visites**

- Départ garanti à partir de 5
- Séjour itinérant
- Sans portage
- Accompagné

Code voyage :
FP4BARC



Les points forts

- un prix incluant toutes les visites
- la fête dans une grande ville d'Espagne !
- un rendez-vous sur place pour plus de rando !



Avant votre départ, pensez à vérifier la validité de la fiche technique sur notre site web.

http://www.labalaguere.com/montserrat_barcelone.html

Par des températures toujours douces, et des cieux cléments, même en hiver, une randonnée riche en contrastes. Le Monastère de Montserrat dans son site superbe, grandiose, se prête si bien à la balade. Barcelone, patrie de Gaudi le célèbre architecte, site olympique, mégalopole riche d'art, de culture, capitale de la catalanité, port adossé à la montagne, sera le théâtre d'une visite mi-pédestre, mi-festive, pour mieux se donner l'envie d'y revenir.

■ PROGRAMME

JOUR 1

Rendez-vous à Barcelone. Transfert vers Montserrat, balade en boucle dans la montagne de Montserrat, à travers les roches de conglomérats et les sommets aux formes fantasmagoriques. Ascension du Sant Jeroni (1236 m) à la vue très aérienne. Large panorama, vue sur le curieux pic de Cavall Bernat.

Temps de marche : 4 à 5 h. Dénivelé : + 700m / - 700m. Temps transfert : 1H.

JOUR 2

Visite du Monastère de Montserrat, puis petit transfert. Itinéraire magique en balcon au-dessus de Barcelone, arrivée dans le cœur de la ville. Nuit à Barcelone.

Temps de marche : 4h. Dénivelé : + 200m / - 500m. Temps transfert : 1h.

JOUR 3

Une journée à la carte pour découvrir quelques aspects de la vie Barcelonaise : dont les œuvres laissées par l'architecte Gaudi. Remontée incontournable des "Ramblas" qui débouchent sur la place de Catalunya. Soirée fiesta-Réveillon à Barcelone. Nuit à Barcelone.

Temps de marche : 4 à 5 h. Dénivelé : + 200m / - 200m.

JOUR 4

Fin du séjour.

Des éléments indépendants de notre volonté (météo, niveau du groupe, aléa logistique, divers...) peuvent amener notre équipe à modifier le programme. Nous demeurerons attentifs à votre satisfaction mais votre sécurité sera systématiquement privilégiée.

■ INFOS PRATIQUES

RENDEZ-VOUS

A 13h30 en gare de Barcelone «Sants» (TGV direct en provenance de Paris).

FIN DU SÉJOUR

Fin du séjour après le petit-déjeuner à Barcelone.

ACCÈS AU LIEU DE RENDEZ-VOUS

EN TRAIN : Train couchettes en provenance de Paris arrivant tôt le matin ou TGV direct. Tél SNCF : 36 35. <http://www.voyages-sncf.com/>

EN AVION : L'aéroport de Barcelone est situé à une vingtaine de minutes de la gare. De l'aéroport, prendre la ligne Rodalies R2 jusqu'à la gare Estacion Sants (environ 19 min de trajet). <http://www.aeropuertobarcelona-elprat.com/>

EN VOITURE : Afin d'avoir une description précise pour vous rendre à la gare de Barcelone Sants, il est préférable d'utiliser le site interne « www.mappy.fr ».

Pour limiter vos frais de déplacements et d'émission de carbone, pensez au covoiturage en tant que chauffeur ou passager : <http://www.covoiturage.fr/>

PARKING

Il y a un parking à la gare Estacion Sants.

SI VOUS DESIREZ ARRIVER LA VEILLE OU RESTER APRES LE SEJOUR :

Adresse d'hébergement à proximité du point de rendez-vous :

- Hôtel* Transit (<http://www.hoteltransit.es/home.php>), rector Triado 82, à Barcelone (Espagne), situé environ à 150 m. de la gare. Tél : 0034 934 24 60 13 Mail : reservas@hoteltransit.es

DÉPART GARANTI À PARTIR DE (PERS.)

5

GROUPE LIMITÉ ENVIRON À (PERS.)

15

NIVEAU

1 journée de 5 heures de marche sur sentier avec 700 m. de dénivelé environ. 1 demi-journée de marche pour arriver dans Barcelone, puis découverte de la ville à pied.

PORTAGE

Vous ne porterez que vos affaires de la journée ; vos bagages seront transportés en véhicule par nos soins.

ENCADREMENT

Par un accompagnateur en montagne diplômé d'état et spécialiste de la région.

HÉBERGEMENT

En chambre double, avec 1 nuit en hôtel *** et 2 nuits en hôtel 1*.

DÉPLACEMENTS

En fonction des effectifs, les transferts sont effectués en bus, minibus ou taxis.

FORFAIT TOUT COMPRIS EXCEPTÉ

Les boissons en dehors de celles prévues pour le soir du Réveillon, les frais d'inscription et l'assurance.

FORMALITÉS

Carte d'identité ou passeport en cours de validité ; évitez les cartes d'identité ayant une date de fin de validité dépassée.

N'oubliez pas dans votre sac à dos, le contrat d'assistance-rapatriement.

Au minimum 15 jours avant votre départ, demandez à la sécurité sociale une carte européenne ou une attestation européenne valable 3 mois afin d'éviter l'avance obligatoire de frais médicaux.

Si vous vous déplacez en véhicule en Espagne, sont obligatoires sous peine d'amende : gilet fluorescent + 2 triangles de signalisation.

PENSEZ-Y

Idées sympas :

N'hésitez pas à amener une spécialité de votre région pour la partager avec le groupe.
Au début du séjour, vous pouvez confectionner une caisse commune qui servira aux pots et achats de groupe.

■ ÉQUIPEMENT

CONSEILS POUR LE CHOIX DE VOTRE ÉQUIPEMENT

Pour le haut du corps : quelle que soit la région ou la saison, le principe des 3 couches respirantes (Tee-shirts - pull ou veste chaude - surveste imperméable/coupe-vent) permet de répondre à la plupart des situations.

Opter pour des vêtements qui sèchent rapidement -fibres synthétiques- et proscrire le coton (séchage trop lent => inconfortable). La laine est une fibre naturelle qui possède aussi d'excellentes qualités et qui, grâce aux nouveaux procédés de fabrication, connaît un retour en force dans la confection des vêtements Outdoor.

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 -surtout en hiver- car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés. Proscrire les anoraks, qui peuvent transformer une agréable randonnée en véritable calvaire !

Pour le bas du corps : shorts et pantalons en toile solide, en matière synthétique, permettent aussi un séchage rapide et procurent donc plus de confort.

Apportez un soin particulier au choix des chaussettes : prenez des chaussettes de randonnée, renforcées (solidité) et à coutures plates (pour éviter les ampoules). En hiver, choisissez des chaussettes chaudes. Dans ce domaine aussi, proscrire le coton.

LES BAGAGES

Pour votre séjour, prévoyez :

- 1 sac de voyage par personne (ou valise à roulette). Ne prenez pas un bagage trop volumineux afin d'éviter des soucis d'encombrement du bus ou d'organisation logistique.

Sur les séjours itinérants ou semi-itinérants, limitez également le poids à 10-12 kgs, car l'accès malaisé à certains hébergements pourrait compromettre la livraison des bagages.

Evitez absolument d'y laisser des objets fragiles et/ou de valeur.

- 1 sac à dos de 35-40 litres environ, avec ceinture ventrale et un dos bien aéré pour votre confort

LES VÉTEMENTS

- 1 chapeau, ou casquette, ou foulard
- 1 bonnet, ou bandeau en polaire et/ou un tour de cou
- 1 paire de gants fins
- des tee-shirts en matière respirante à manches courtes (1 tous les 2-3 jours) et 1 ou 2 à manches longues
- 1 veste chaude type polaire (voire déperlante type "softshell") ou type "primaloft" (chaud et compressible)
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type "gore-tex" avec capuche
- 1 pantalon de trekking solide et déperlant
- 1 short ou short 3/4, confortable et solide

- des sous-vêtements
- 1 maillot de bain et 1 serviette qui sèche rapidement (facultatif en vue d'éventuelles baignades)
- des chaussettes de randonnée (au moins 1 paire tous les 2 jours) à bouclettes, en synthétique et/ou en laine
- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, à semelle type "Vibram". À éprouver impérativement avant votre séjour.
- ou si vous êtes habitués, une paire de chaussures basses type trail.
- 1 paire de guêtres (facultatif)
- des vêtements et chaussures confortables pour le soir

LE MATERIEL A EMPORTER

- 1 grand sac plastique à glisser dans votre sac à dos afin de protéger vos affaires des intempéries et/ou 1 sur-sac
- 1 pochette étanche avec : votre contrat d'assistance, vos papiers d'identité, carte vitale et tout autre document mentionné dans la rubrique formalités
- 1 parapluie solide et léger (facultatif mais très utile en cas de pluie)
- 1 paire de bâtons (facultatif)
- 1 paire de lunettes de soleil de bonne qualité (protection niveau 3) couvrant bien les côtés + crème solaire avec un bon indice de protection et écran labial (le tout systématiquement dans le sac à dos)
- 1 gourde isotherme ou aluminium de 1,5 litre mini ou gourde souple type Platypus (déconseillée en hiver) ou une simple bouteille en plastique
- 1 petit thermos 50 cl (facultatif et surtout utile en hiver si vous souhaitez amener thé, café...)
- 1 gobelet plastique ou aluminium avec anse isolée
- 1 couteau de poche pliant (type Opinel)
- pour le pique-nique : couverts et 1 boîte plastique de 0,5 litre minimum type Tuperwear (impératif même s'il peut arriver qu'elle ne serve pas)
- nécessaire de toilette
- boules Quiès ou tampons Ear (contre les ronflements de voisinage ou autres nuisances sonores)
- des mouchoirs
- du papier toilette
- 1 briquet (attention à ne pas provoquer d'incendie ; donc à n'utiliser qu'en cas de nécessité et avec un maximum de précautions)
- 1 frontale ou lampe de poche + couverture de survie : à mettre systématiquement dans le sac à dos, un retard imprévu suite à un incident peut subvenir même au cours d'une randonnée facile
- des lunettes de rechange (si vous portez des lunettes de vue)
- appareil photo, jumelles, matériel de peinture... (facultatif)

LA PHARMACIE

Prévenez le guide de toute maladie, traitement ou autre allergie qui pourraient compliquer une prise en charge médicale en cas d'incident, ou tout malaise éventuel qui pourrait vous arriver en cours de randonnée

- vos médicaments habituels
- médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- médicaments contre les troubles digestifs

- pastilles contre le mal de gorge
- bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 5 ou 8 cm de large x 2,5 m.
- pansements type Steri-Strip
- jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- double peau (type Compeed ou SOS ampoules)
- pince à épiler
- petits ciseaux
- vitamine C
- pince à échardes
- gel désinfectant utile pour se laver/désinfecter les mains (type "Stérilium gel")

LE MATÉRIEL FOURNI PAR LA BALAGUÈRE

- le guide est équipé d'une pharmacie de premiers secours mais qui n'est pas destinée à subvenir à vos besoins pour de petits aléas.

AUTRES PRÉCISIONS

N'oubliez ni votre bonne humeur, ni votre curiosité !

■ EN SAVOIR PLUS...

INFOSREGION

La Moreneta de Montserrat :

Elle est chère au cœur de tous les catalans, on y accourt de tous lieux pour respecter le Rite et formuler le vœu, du plus sacerdotal au plus profane. Elevée canoniquement par le Pape au rang de sainte patronne de la Catalogne, cette statuette de la vierge noire vous charmera autant par la pureté de ses lignes que par l'incroyable série de péripéties jalonnant son histoire ainsi que celle du sanctuaire marial érigée en son honneur.

La Sagrada Familia et Gaudi :

Grâce à un architecte passionné, un sculpteur méticuleux et 40 ouvriers spécialisés, la construction de la Sagrada Familia, la cathédrale chef-d'œuvre de l'architecte catalan Antoni Gaudi (1852-1926), s'accélère aujourd'hui, plus d'un siècle après le début des travaux.

Gaudi, artiste aussi inventif que contesté, n'a jamais pu terminer avant sa mort en 1926 son ambitieux édifice religieux. Depuis plus d'un siècle, les tours de la "Sainte Famille" s'élèvent au-dessus d'une nef ouverte aux quatre vents dans le centre de Barcelone. Après d'autres, Jordi Bonet, responsable des travaux, et son équipe s'activent depuis plusieurs années pour poursuivre la cathédrale d'inspiration néo-gothique architectonique - un travail de titan qui pourrait encore demander 50 ans.

En attendant, la nef principale de la Sagrada Familia devrait être couronnée prochainement par un ensemble de voûtes culminant à 65 mètres de haut. Les voûtes hyperboloides, comme suspendues dans les airs, sont des coupoles ouvertes à leurs extrémités pour laisser passer la lumière, reposant sur des colonnes obliques qui suggèrent quatre branches se détachant d'un pilier de granit, 30 mètres en contre bas. Dans le style propre à Gaudi, qui cherchait à imiter l'exubérance du monde végétal, les voûtes sont agrémentées d'azulejos multicolores qui descendent en dessinant des cercles ou des lignes obliques.

« C'est une œuvre unique au monde. Les calculs sont très difficiles car tout est inédit, et il faut la précision d'un laser et des ordinateurs : une erreur d'un millimètre pourrait être fatale à l'ensemble », explique Jordi Bonet. « Nous n'avons pas choisi la difficulté pour respecter Gaudi au pied de la lettre : après plusieurs études, nous en avons conclu que la meilleure façon de mener notre travail à bien était de respecter ce qu'il avait conçu il y a 70 ans », continue-t-il...

CARTOGRAPHIE

- Carte au 1/50000ème. Mapa comarcal de Cataluña. « Valles Oriental 41 » et « Barcelona 13 »

BIBLIOGRAPHIE

- « L'histoire des Catalans » de M.Bouille&C.Colomer. Ed. Milan.
- « Eloge de la marche ». D. Le Buiton. Ed. Métailié.
- « Marcher, méditer » de M. Jourdan. Ed. Albin Michel.
- « Gaudi, découvrons l'art » de Gérard Lemaire : Ed. Ceule d'Art

SUR LE WEB

- <http://www.ddgi.es/espais/cat/montseny000.html>

ADRESSES UTILES

- Office de tourisme d'Espagne à Paris : www.spain.info/ Tél. : 01 45 03 82 50

■ ASSURANCES

Conformément à la réglementation de notre profession, La Balaguère est assurée en Responsabilité Civile Professionnelle. Cependant, chaque participant doit être titulaire d'une responsabilité civile individuelle ainsi que d'une garantie individuelle multirisque dans le but de se protéger des incidents ou accidents pouvant survenir avant ou pendant la randonnée ou le voyage.

Nous vous rappelons qu'une carte de crédit ne couvre en général que l'assistance rapatriement et pas l'annulation de votre voyage, et ce, à condition d'avoir utilisé cette carte pour payer l'intégralité du voyage.

Nous vous proposons 3 formules d'assurance au choix à souscrire au moment de l'inscription.

Forfait N°1 : assurance annulation simple à 2,5 %

Cette assurance permet le remboursement des sommes engagées (à l'exclusion des frais d'inscription et du coût de l'assurance) en cas d'**annulation** liée à l'une des causes ci-après : **accident grave, maladie ou décès de l'assuré, de son conjoint ou de l'accompagnant, ainsi que de certains membres de leur famille.**

Forfait N°2 : assurance annulation simple ET assistance/rapatriement à 3,7 %

Cette assurance permet, en plus des garanties décrites dans le forfait N°1,

- de profiter de **prestations d'assistance** en cas de maladie ou blessure au cours du voyage ainsi que la **prise en charge de votre rapatriement à votre domicile si nécessaire.**
- d'être remboursé au prorata temporis (hors frais de transport et avec un délai de carence) en cas d'**interruption de séjour** suite à un accident, au décès d'un proche ou à certains sinistres.

Forfait N°3 : forfait "super multi-risques" : 4,8 %

Cette assurance propose, en plus des garanties décrites dans les forfaits N°1 et N°2,

- une garantie annulation plus étendue avec le remboursement des sommes engagées (déduction faite d'une franchise) en cas d'**annulation pour toute cause justifiée** y compris le **départ impossible** lié à un cas de force majeure
- la prise en charge d'une partie des frais sur place en cas de **retour impossible** lié à un cas de force majeure
- un dédommagement (plafonné) pour **la perte, le vol ou la destruction de bagages**
- le paiement d'une indemnité pour un **retard de livraison de bagages** de plus de 48H

Vous recevrez avec la confirmation de votre inscription un extrait des conditions générales du contrat choisi. Veuillez le lire attentivement pour connaître les exclusions au contrat, les montants des franchises, les formalités de déclaration. Emportez ce document avec vous lors de votre voyage. La durée de validité de toutes les garanties correspond aux dates de voyage indiquées sur la facture et ne s'applique qu'aux prestations vendues. Pour les départs et les retours différés, nous consulter.

Attention : si vous souscrivez uniquement le contrat N° 1 (assurance annulation simple), cela signifie que vous possédez votre propre assurance assistance-rapatriement (liée notamment à certaines cartes de crédit). Nous vous conseillons de bien vérifier votre contrat et les garanties couvertes. Dans ce cas, nous vous demandons de nous indiquer lors de votre inscription le nom de votre compagnie et votre numéro de contrat. Mais sachez que vous assumerez, de ce fait, la responsabilité des risques encourus, notamment peut-être l'avance de certains frais.

Important : Si vous devez utiliser l'assistance en cours de voyage, vous devez impérativement obtenir l'accord préalable d'Europe Assistance avant de prendre toute initiative ou d'engager toute dépense en téléphonant au : 33 1 41 85 85 85 et en rappelant le n° de contrat . 58 662 860.

■ CERTIFICATION ATR

La Balaguère est membre fondateur d'ATR « **Agir pour un Tourisme Responsable** ».

La certification « **Vers un Tourisme Responsable** » nous a été décernée en **septembre 2009** par l'AFNOR certification.

À partir de valeurs communes basées sur le respect, la solidarité et la qualité, ATR a pour objectif d'harmoniser les pratiques professionnelles de ses membres. La certification impose de respecter des critères exigeants :

- promouvoir un tourisme qualitatif pour une découverte authentique et un développement durable des régions d'accueil;
- veiller au respect de la législation du pays en matière de tourisme et de sous-traitance;
- veiller à ce que les retombées économiques soient le plus justement réparties entre les acteurs de nos voyages et assurent une juste rémunération des services ;
- respecter et sensibiliser aux usages et différences culturelles des régions d'accueil;
- respecter l'environnement et le patrimoine culturel et naturel;
- vous informer de façon transparente et sincère sur les conditions de votre voyage.

Nous vous invitons à partager nos engagements en vous référant notamment à la charte éthique du voyageur qui se trouve dans votre dossier voyage et qui vous accompagnera dans cette démarche. Plus d'informations sur la certification ATR sur www.tourisme-responsable.org

■ CONTACTS

Si nous n'avons pas répondu à toutes vos questions,

- consultez notre site sur : www.labalaguere.com
- appelez-nous au : 05 62 97 46 46
- envoyez-nous un fax au : 05 62 97 43 01
- un e-mail : labalaguere@labalaguere.com
- ou encore, écrivez nous à : La Balaguère Route du Val d'Azun, BP3 F 65403 Arrens-Marsous cedex

EN CAS D'URGENCE ABSOLUE

Si vos proches doivent vous contacter pendant ce séjour, Faites appeler le 05 62 97 46 46, nous vous mettrons en relation.



CHAQUE PAS NOUS RAPPROCHE

