



SEJOUR EN ANDORRE

Du 17 au 20 Septembre 2019

Découvrir les paysages de haute montagne Andorrans, entre la France et l'Espagne

Accompagnement proposé par Joëlle et Jean pour les quatre randonnées avec

Trois nuits en hôtel au Pas de la Case

MARDI	17	▪ <u>Voyage en Covoiturage, départ à 7 heures depuis la Prade *</u>	
		<i><u>Le pic de la Coume d'Or (2 826 m)</u></i> : à partir du col de Puymaurens	
		Superbes points de vues au-dessus du Lanoux	680 m - 4 h 30
MERCREDI	18	<i><u>Le cirque des Peyssons (2400 m)</u></i>	
		Randonnée en boucle de lac en lac	500 m - 5 h
JEUDI	19	Le petit Cubil (2 700 m)	
		Les lacs des Peyssons vus depuis les sommets alentours	600 m - 5 h
VENDREDI	20	<i><u>Le pic de Casamanya (2 700 m)</u></i>	
		Ce pic au centre du massif Andorran permet une vue générale et panoramique de l'Andorre	750 m - 4 h 30
		▪ <u>Retour à St Cyprien le soir.</u>	

Pas de difficultés majeures hormis celles liées à l'altitude.

Les randonnées peuvent bien sûr être modifiées en fonction de la météo ou de la fatigue des randonneurs. Il pourra être prévu dans ce cas une sortie adaptée aux conditions environnementales et climatiques. le Col Blanc du Pas de la Case correspond par exemple à une petite sortie au Pas de la Case

Hébergement à l'hôtel « Les Neus » au Pas de la Case

TARIFS :	1 - Demi/Pension	32 € jour comprenant
		<i>boissons au repas du soir avec sangria - eau en bouteille à volonté , vins rouge , rose et blanc a volonté - coupe de champagne espagnol au dessert et digestifs aux choix et a volonté - gouter de 16h30 à 17h30 (café, croissant , chocolat , thés , chocolaines.</i>
	2 - Casse-croute midi	5 € (à définir sur place la veille au soir)
	3 - Covoiturage	21 € (au conducteur)

* *Prévoir le repas tiré du sac de Mardi*

Pour tout renseignement complémentaire, contacter Jean au 06 86 23 44 27

Une réunion d'information se tiendra mardi 3 septembre à 9 h 30 salle du 3^{ème} âge, place des évadés

.../... Bulletin reponse au verso

BULLETIN REPONSE
SEJOUR EN ANDORRE du 17 au 20 septembre 2019

Inscription avant le 15 AOUT 2019 (si possible avant le 15 juillet)

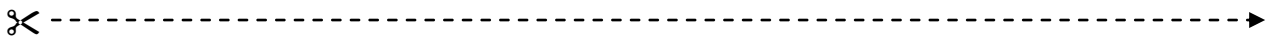
Mr, Mme.....participera

Mr, Mme.....participera

Chèque de 96 € par personne à l'ordre de St Cyp Randos

Inscription et chèque nécessaires pour une bonne organisation

Jean Obrecht tel 06 86 23 44 27 email j.obrecht@orange.fr



LA CHECK-LIST du randonneur

CONTENU DU SAC A DOS SEJOUR.

- | | |
|----------------------|--|
| Affaires de toilette | Brosse à dent <input type="checkbox"/> Dentifrice <input type="checkbox"/> Savon/shampooing <input type="checkbox"/> |
| Les médicaments | personnels <input type="checkbox"/> <i>Les animateurs disposent d'une trousse de secours</i> |
| Matériel | Sac à dos 20 à 40 litres <input type="checkbox"/> Chaussures de marche <input type="checkbox"/> Bâtons de marche <input type="checkbox"/> |
| Vêtements | Chaussettes <input type="checkbox"/> Pantalons <input type="checkbox"/> Short <input type="checkbox"/> K Way <input type="checkbox"/> Gants <input type="checkbox"/>
Sous-vêtements <input type="checkbox"/> Laine polaire <input type="checkbox"/> Chaussures d'intérieur <input type="checkbox"/> Maillot de bain <input type="checkbox"/>
Anorak en haute altitude <input type="checkbox"/> |
| Couchage | Lampe <input type="checkbox"/> Pyjama <input type="checkbox"/> ou autre |
| Protection | Lunettes soleil <input type="checkbox"/> Crème solaire <input type="checkbox"/> Chapeau <input type="checkbox"/> Bonnet <input type="checkbox"/>
Poncho ou imperméable <input type="checkbox"/> |
| Divers | Appareil photo <input type="checkbox"/> Jumelles <input type="checkbox"/> GPS <input type="checkbox"/> Cartes <input type="checkbox"/> |
| Autres | Barres énergétiques Etc. -----
----- |

ATTENTION

En montagne le temps change souvent et très rapidement avec des écarts de température absolument surprenants, de la forte chaleur l'on peut passer au gel en une demi-heure.

Il faut donc se prémunir