

# SUR LES HAUTEURS

RANDONNÉES ET VOYAGES À PIED

v o t r e t r e k c o m m e n c e i c i . . .

## MONTAGNES ET SENTIERS COTIERS DE MAJORQUE EN LIBERTE

Randonnées en liberté en semi itinérance, sans portage, en formule B&B

Séjour 8 jours, 7 nuits, 6 jours d'activités

En hôtel \*\* ou \*\*\* en bord de mer à Puerto Soller, en hôtel \*\* ou \*\*\* à Palma et dans un monastère au cœur de la chaîne de montagne de Tramuntana !

				Saison		Départ garanti 				
3 Chaussures	Hôtel ** ou *** Et monastère	Semi itinérant	Portage de vos affaires personnelles pour la journée	J	F	M	A	M	J	A partir de 2 personnes
				J	A	S	O	N	D	



Bien loin des images touristiques habituelles, l'île de Majorque réserve encore des espaces variés, protégés et d'une grande beauté.

Criques sauvages aux reflets bleutés, sentier côtier en balcon, douceur des vallons ombragés, tranquillité des chemins ancestraux à l'ombre des oliviers centenaires.

Magnifique itinéraire semi-itinérant avec des transferts en bus publics, avec le petit train en bois et vieux tramway, le long de la mer, des hébergements de qualité, hôtel en bord de mer sur le joli petit port de Puerto Soller, puis dans le monastère de Lluç, de niché au cœur de la chaîne montagneuse de la Tramuntana, font de ce voyage, un surprenant cocktail de découverte et d'exotisme.

Un trek en liberté, à ne pas manquer !

## NOS POINTS FORTS

- Sentier en balcon dans les pinèdes en bord de mer,
- Ascension d'un haut sommet : **Le Pic de la Massanella** (1365 m, second sommet de l'île)
- **Tranquillité et sérénité du monastère de Lluc,**
- Un road book bien détaillé, avec une carte scannée de chaque randonnée

## DATE

Départ possible selon votre convenance de **mars à fin mai et de septembre à fin Octobre 2024**

*\*Pas de dates en été, car les hôteliers n'acceptent pas de réservation pour quelques nuits !*

## TARIFS

**Tarif base 2 à 4 personnes : 755 €** par personne

**Tarif base 5 à 8 personnes : 720 €** par personne

**Tarif Single : + 195 €**

### LE TARIF COMPREND

- l'hébergement **en B&B en hôtel \*\* ou \*\*\* à Puerto Soller,**
- l'hébergement **en hôtel \*\* sur Palma en B&B,**
- l'hébergement au monastère de Lluc **en B&B,** en base chambre double, avec la nuit et le petit déjeuner,
- un road book complet avec la description de chaque randonnée, avec une carte scannée pour 2 à 4 personnes,
- **transfert privé le jour 5,**
- une carte locale,
- la taxe de séjour.

### LE TARIF NE COMPREND PAS

- le vol international (aller / retour),
- les taxes d'aéroport,
- tous les transferts locaux mentionnés dans le circuit, train en bois et tramway en bois,
- transfert en **bus de ligne** de l'aéroport au centre-ville, A/R,
- en bus de ville **pour prendre le train en bois,**
- **tous les déjeuners et tous les diners,**
- les boissons avant les repas, pendant les repas et après les repas,
- les entrées musées et monuments,
- tous les repas de midi,
- les repas à Palma.

### BUDGET A PRÉVOIR :

Prévoir un budget de **160 €** par personne, pour les transports locaux, les repas et les piques niques du midi.

### RÈGLEMENT :

**A l'inscription :** Acompte de 30 % du prix du séjour

**Un mois avant le départ :** Le solde sans appel de notre part

Chèques vacances acceptés et paiement par carte bancaire possible

### LES ASSURANCES :

Nous vous proposons 3 formules d'assurances :

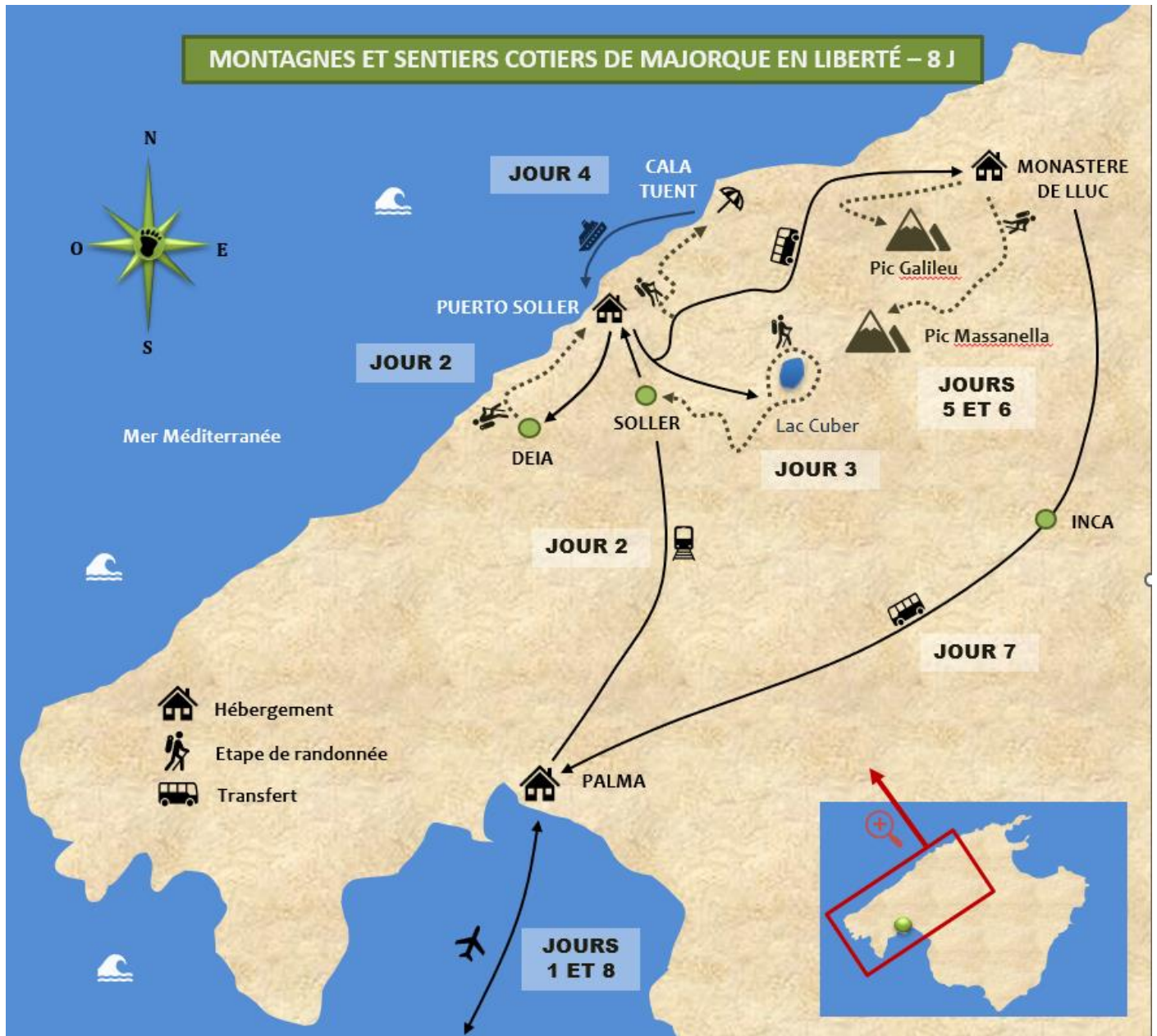
**Assurance Annulation** + bagages + extension pandémie et épidémie (**3,4%** du montant du séjour).

**Assurance Assistance Rapatriement** + RC + pandémie et épidémie (**2%** du montant du séjour).

**Assurance Multirisques :** Annulation, Assistance Rapatriement, bagages, Retard transport + interruption séjour + extension pandémie et épidémie : (**4,8%** du montant du séjour).

Si vous avez votre assurance, il nous faudra une photocopie de votre attestation.

# Votre itinéraire



# Déroulement du trek

## Jour 1 : ARRIVÉE



Arrivée à Palma.

Transfert en bus de ville, jusqu'à votre hôtel, au centre de Palma, pour passer la première nuit sur Palma.

Nuit à l'hôtel \*\* en B&B.

## Jour 2 : RANDO AUTOUR DE PUERTO SOLLER



Transfert avec le petit train jusqu'à Puerto Soller.

Belle randonnée en bord de mer, entre forêts de pins et rochers blancs.

Vous aurez la possibilité de vous baigner dans les nombreuses criques aux eaux bleutées transparentes...

3h de marche, nuit en hôtel \*\* ou \*\*\* en B&B

## Jour 3 : BARRAGE DE CUBER



Transfert en bus public vers le barrage de Cuber, puis belle randonnée en longeant ce grand lac avant de descendre dans la vallée des orangers. Belle descente sur Puerto Soller par un sentier millénaire.

6h de marche dénivelée positive de 380 m et négative de 950 m  
Nuit en hôtel \*\* ou \*\*\* en B&B

## Jour 4 : MIRADOR ES BARQUES



Transfert en bus public sur Miradors Es Barques pour suivre un sentier à travers champs et culture avant d'arriver sur une ferme agrotourisme. En effet, vous goûterez un jus d'orange excellent avant de repartir pour longer une superbe côte avec des criques aux eaux bleutées. Pause baignade dans la crique de Cala Tuent en attendant votre transfert, en bateau.

5h30 de marche, dénivelée positive de 400 m.  
Nuit en hôtel \*\* ou \*\*\* en B&B

## Jour 5 : LE PUIG D'EN GALILEU



Transfert en bus pour le monastère de Lluc. Départ du monastère pour aller faire le Puig d'En Galileu. Cette ascension se déroule dans un superbe décor de haute montagne, vous offrant au sommet un point de vue exceptionnel. Descente par le même itinéraire.

*5h de marche, dénivelée positive de 650 m.*

Nuit au **monastère en B&B**

## Jour 6 : PIC DE MASSANELLA



Vous partez aujourd'hui en direction du Pic de Massanella. Départ dans un massif forestier important avant de découvrir la montée sur ce géant. Cette journée sera l'occasion de découvrir une source souterraine sur le chemin du retour. Un itinéraire en boucle dans un décor de haute montagne et pourtant vous êtes sur une île presque paradisiaque....

*5h à 6h de marche, dénivelée positive de 750 m.*

Nuit au **monastère en B&B**

## Jour 7 : PALMA



Transfert en bus public, pour la petite ville d'Inca, pour terminer ce circuit en boucle, en prenant cette fois-ci le train « rapide » pour relier la capitale. Visite libre de superbes endroits comme : la cathédrale, les petites ruelles étroites commerçantes, etc...

Nuit en **hôtel \*\* sur Palma en B&B**

## Jour 8 : RETOUR






Vol retour sur la France.

**Note :** nous pouvons être amenés à modifier quelque peu l'itinéraire indiqué en cas de force majeure en fonction de la météo, de la date, du nombre et/ou du niveau des participants

# Info trek

## NIVEAU : 3 CHAUSSURES

Pour bons marcheurs, étapes entre 3 et 6 h de marche, sur sentier en montagne. Dénivelée positive de 380 à 750 m.

	NIVEAU	Dénivelé	Temps de marche
	1	Jusqu'à 400 m	4 à 5h
	2	300 à 600 m	3 à 5h
	3	600 à 800 m	5 à 6h
	4	700 à 1200 m	5 à 7h
	5	1000 m et +	7h et +

### PORTAGE :

Pas de portage, uniquement les affaires de la journée, dans votre sac à dos. Votre sac de voyage lui, suivra avec vous, lors de vos transferts et restera à l'hôtel, pendant quelques jours, car vous êtes, en semi-itinérance.

Vous aurez toujours avec vous, vos bagages pendant les transferts soit, en bus publics, en train, ou en tramway.

Lors de vos transferts sur un autre hébergement, vous devez prendre vos sacs de voyage avec vous !

### GROUPE :

De 2 personnes minimum

Possibilité de réaliser ce trek avec des groupes, ou même « à la carte ».

N'hésitez pas à nous contacter.

### ENCADREMENT :

Sans accompagnateur en montagne, vous marchez sous votre propre responsabilité.

**HÉBERGEMENT :** Tous les repas sont libres (midi et soir).

En hôtel **sur Puerto Soller \*\* ou \*\*\***, en **B&B**, selon les disponibilités au moment de votre réservation.

Au **monastère de Lluc, en formule B&B**, sur la base de chambre double en lits séparés.

**Possibilité de Single** et de **chambre Triple** au monastère.

En **hôtel \*\* ou \*\*\* sur Palma**, en **formule B&B**, avec le petit déjeuner, selon les disponibilités au moment de votre réservation.

### REPAS :

Les petits déjeuners seront pris au restaurant de l'hôtel.

**Tous les repas du midi et du soir, ne sont pas compris dans la formule liberté.**

Vous avez la possibilité de faire des courses chaque soir dans des superettes.

### SANTÉ :

Aucun certificat de vaccination n'est exigé pour les voyageurs.

### **Etre à jour de ses vaccinations.**

Penser à apporter votre Carte Européenne d'Assurance Maladie, qui est valable 1 an et qu'il faudra demander à votre Caisse d'Assurance Maladie 15 jours avant votre départ.

Cependant les rappels du tétanos sont néanmoins conseillés

### **DÉPLACEMENT :**

En bus de ligne, en train authentique en bois de Palma à Puerto Soller, en tramway authentique sur la baie de Puerto Soller et ensuite en train rapide d'Inca à Palma pour le retour.

**Lors de tous ces déplacements, vous aurez avec vous, vos valises ou sacs de voyage.**

### **SOUVENIR :**

Beaucoup de souvenirs dans les commerces à Palma, artisanat, poterie, bijoux (perles), vêtements, ....

### **AÉRIEN :** En option

En effet, la plupart du temps, les participants réservent eux-mêmes leur vol suivant leurs souhaits, leurs dates, et de notre côté, nous nous occupons des prestations terrestres (transfert bagages, réservation hébergements, etc...)

Néanmoins, nous pouvons faire votre réservation de l'aérien. En effet, nous réalisons des devis avec les tarifs des compagnies aériennes à l'instant T, c'est-à-dire que, plus le temps passe, plus les tarifs changent, car l'avion est compartimenté en plusieurs classes, avec des tarifs différents.

Si votre réponse dépasse un certain laps de temps, nous ne pourrions vous garantir le tarif initial !

**Remise des billets à l'aéroport sur présentation de votre convocation**

### **CONVOCATION :**

Elle vous sera envoyée quelques jours avant votre départ en mentionnant les horaires de départ et de retour.

# Les Baléares

## SITUATION GÉOGRAPHIQUE

Située dans la partie ouest de la Méditerranée, à mi-chemin entre la péninsule Ibérique (environ 250 km de Barcelone ou de Valence) et le sud de la France, Majorque est la plus importante des 4 îles des Baléares.

**Population :** 800.000

**Capitale :** Palma 320 000 ha

**Superficie :** 364 080 ha

**Langues :** espagnol et catalan

**Réseau routier :** très bon

**Climatisation :** partout dans les hôtels

## CLIMAT

<u>T° de l'air</u>	<u>T° de la mer</u>
Janvier : 15°	Janvier : 14°
Février : 15°	Février : 13°
Mars : 17°	Mars : 14°
Avril : 20°	Avril : 15°
Mai : 24°	Mai : 17°
Juin : 27°	Juin : 21°
Juillet : 33°	Juillet : 21°
Août : 33°	Août : 25°
Septembre : 28°	Septembre : 24°
Octobre : 24°	Octobre : 21°
Novembre : 19°	Novembre : 18°

## LA VIE CULTURELLE

Les îles Baléares recèlent une vie culturelle étonnante et énergique marquée par des répertoires classiques et historiques, des opéras et du folklore traditionnel. On peut facilement y pratiquer le vélo, la marche, ou participer à des ateliers de peinture et découvrir la cuisine locale.

## HISTORIQUE

Les premiers peuplements humains dans les Baléares dateraient de 5 000 av. J.-C. Comme en témoignent les nombreux vestiges découverts dans ces îles. Ces communautés préhistoriques bâtissent des maisons de pierre, pratiquent une agriculture sommaire et fabriquent outils, poterie et bijoux. D'autres vestiges attestent d'échanges avec les Phéniciens, les Grecs et les Ibères entre 1500 et 1300 av J.C. Les spécialistes s'accordent à y voir l'âge d'or de la civilisation mégalithique aux Baléares. Aux Romains succèdent les Wisigoths, puis les musulmans, qui envahissent les Baléares au Vème siècle. Leur domination dure plus de trois siècles. Ils laissent derrière eux un héritage culturel, architectural notamment, encore manifeste aujourd'hui.

La reconquête chrétienne est menée par Jacques I le Conquérant, roi d'Aragon, qui s'empare de Palma de Majorque en 1229. En 1343, les îles sont réunies à la couronne d'Aragon. Isolées du continent, en proie aux famines et aux assauts des pirates, les Baléares connaissent une période de déclin durant le XV<sup>e</sup> siècle. Au siècle suivant, Palma de Majorque est quasiment anéantie par les Turcs.

Après avoir appartenu aux Espagnols, aux Maures, aux Musulmans, aux Français et aux Anglais elles redeviennent, en 1802, définitivement espagnoles. Les Baléares émergent d'un marasme chronique avec l'arrivée du tourisme, dans les années 1950. Depuis 1983, l'archipel forme une province autonome



de l'Espagne dont la capitale est Palma.

### **HERBES ET PALO, de bonnes liqueurs**

Les liqueurs les plus traditionnelles de Majorque et Eivissa trouvent leur origine dans les breuvages médicinaux que les apothicaires du XVI<sup>e</sup> siècle préparaient pour combattre les épidémies. Deux d'entre elles sont les *herbes* et le *palo*, appellations d'origine contrôlée.

Bien que de saveurs différentes, les herbes de Majorque et Eivissa sont élaborées sur la même base de diverses herbes ; dans certains cas, plus de 30 espèces différentes sont utilisées. Fenouil, romarin, menthe, feuilles d'oranger, de citronnier, camomille et mélisse macèrent pendant plusieurs mois et le concentré ainsi obtenu se mélange en petites proportions avec de l'anis doux pour l'élaboration des *herbes dolces* (herbes douces) et avec de l'anis sec pour les *herbes seques* (herbes sèches), à plus forte teneur en alcool.

Traditionnellement considérées comme digestives, ces herbes se prennent après le repas. On peut les boire fraîches, avec ou sans glace. Elles sont aussi délicieuses accompagnées de citronnade ou orangeade, bien que cela soit peu commun dans les îles.

### Un remède contre le paludisme

Le palo est une liqueur exquise dont l'origine remonte aux XVI<sup>e</sup> et XVII<sup>e</sup> siècles, quand Majorque comptait encore de nombreux terrains marécageux et que les moustiques transmettaient une terrible maladie : le paludisme. Pour le combattre, on utilisait deux plantes, le quinquina calisaia et la gentiane, que l'on conservait dans l'alcool pour éviter qu'elles ne fermentent. On ajoutait aussi du sucre pour en diminuer l'amertume. La majeure partie de la production est concentrée à Majorque bien qu'Eivissa en produise aussi.

Au fil du temps, l'élaboration du Palo a connu quelques modifications et actuellement elle se prépare avec du sucre brûlé, tout le secret de cette liqueur. Selon les connaisseurs, tous les Palos se préparent avec la même base mais aucun n'a la même saveur.

### **LA SERRA DE TRAMUNTANA À MAJORQUE**

Véritable succession de montagnes accidentées et de vallées paisibles et fertiles, la Sierra de Tramuntana occupe environ un tiers de la superficie de Majorque. Le littoral commence et prend fin dans deux enclaves uniques : l'île Dragonera et le cap Formentor.

Avec plus de 1.000 km<sup>2</sup>, elle est constituée par diverses formations de sommets orientés SO-NE. Sa grande richesse naturelle et sa valeur environnementale en font l'objet d'un projet actuellement en cours dont le but est d'en élargir la protection et d'obtenir le classement de la Serra de Tramuntana en tant que parc naturel.

Les montagnes se distinguent tout particulièrement avec des sommets supérieurs à 1.000 m entre Valldemossa et Escorca, comme en témoignent le Puig de Massanella (1.367 m) ou le Puig Major de Son Torrella (1.445 m). Chevauchant 19 communes au total, l'ensemble du massif revêt différentes configurations : des crêtes de trois vagues successives aux vallées irrégulières et échelonnées, reliées entre elles par des précipices, aux montagnes accidentées pourvues de talwegs fertiles, comme à Sóller, Andratx ou Pollença.

### **RÉSERVOIR HYDRIQUE DE MAJORQUE**

Sa formation géologique, où prédominent les roches calcaires, en fait la principale réserve hydrique de Majorque. En ce qui concerne la végétation, la chênaie occupe le pied des montagnes. Parmi la faune, on peut souligner les oiseaux, en particulier la silhouette majestueuse du *voltor negre* (vautour noir), tandis que la chèvre, l'une des rares espèces de mammifères à avoir survécu, est assez répandue.

Le littoral est parsemé de tours et de phares, constructions d'une valeur historique inestimable. Parmi les premières, on distingue celle de sa Calobra, la torre Picada, sa Pedrissa ou la tour de sa Mola. Les phares les plus intéressants sont ceux de Formentor, celui de la Creu (dans le port de Sóller) ou encore les deux présents dans l'île de Dragonera.

Le paysage constitue l'une des plus grandes richesses de ce massif. Divers miradors et belvédères offrent des vues imprenables, tels que Ses Tres Creus, à Sóller, qui offre un fabuleux panorama. La Serra de Tramuntana réunit 19 communes de Majorque et s'étend de façon parallèle au littoral nord-est de l'île, d'Andratx et Calvià, au sud, à Pollença, située au nord.

### **LE MONASTÈRE DE LLUC**

Le monastère de Lluc est le centre spirituel de Mallorca. C'est aussi un lieu de pèlerinage pour les promeneurs, attirés par la beauté de son paysage de montagne, ses rocaïlles et ses bois.

Le monastère se trouve à Escorca, municipalité qui concentre les cimes les plus hautes de la Sierra de Tramuntana. La construction fut lancée au XVII<sup>e</sup> siècle, sur un emplacement préhistorique qui, si l'on en croit son étymologie, dut considérer comme un lieu sacré la chênaie qui l'entourait. Lluc vient de « lucus », bois en latin.

L'église abrite l'image de la Mare de Déu de Lluc, une vierge noire que l'on mentionne déjà dans un inventaire de 1420 et qu'un berger, dit la légende, trouva au cœur d'un bois. Le monastère est le siège de la manécanterie des 'Blauets', la plus ancienne de l'île. Il compte aussi un musée, avec des sections de numismatique, imagerie religieuse, céramique, d'intéressantes pièces préhistoriques et une collection ethnologique recueillie par l'artiste Coll Bardolet

### **Un cadre sans égal**

On entre par la place dels Peregrins, aux beaux jardins et magnifiques porches datant de la fin du XVI<sup>e</sup> siècle, à l'époque logements et étables. A noter aussi la croix de Ca s'Amitger, de 1400, seul exemplaire qui nous soit resté des sept croix d'origine marquant l'ancien chemin de Lluc. De là, la façade de style moderniste, à l'instar de la décoration intérieure, surprend par ses dimensions. Sur cette place, les mois d'été, se tient un marché de produits artisanaux et du terroir, avec appellation d'origine.

## **Nécessaire et Indispensable**

### **Pour l'hôtel**

- Un sac ou une valise pour vos affaires des 8 jours
- Vos affaires de rechange
- Une trousse de toilettes
- Une paire de chaussures légères pour le soir
- Pour les lunettes de vue, pensez à prendre une paire de rechange.

### **Équipement vestimentaire pour la randonnée**

La technique des 3 couches permet de rester au chaud et au sec.

1. Couche respirante
2. Couche isolante
3. Couche protectrice

Pour appliquer cette méthode, il vous faut

- Tee-shirts manches longues ou courtes et respirants (pas de coton)
- Veste ou sweat polaire type Polartec
- Gilet sans manche coupe-vent
- Veste imperméable, respirante et coupe-vent avec capuche. (Le Gore-tex reste le matériau de référence)
- Un pantalon de randonnée léger et stretch ou un pantalon transformable
- Un short
- Paires de chaussettes semi montantes ou basses
- Casquette
- Bonnet
- Gants légers ou sous-gants en soie.

### **Pour la randonnée**

- Un sac à dos de 30/40 litres avec une ceinture ventrale
- Une housse de protection du sac à dos (souvent intégrée dans celui-ci)
- Une paire de chaussures imperméables avec un bon maintien de la cheville
- Une pochette étanche pour vos papiers, téléphone etc...
- Une poche plastifiée pour protéger vos affaires à l'intérieur du sac à dos
- Protection solaire (crème et stick à lèvres)
- Lunettes de soleil catégorie 2, 3 ou 4
- Couverts, couteau et gobelet
- Une gourde
- Petit tapis de sol (pour vous asseoir pendant la pause déjeuner)
- Papier toilette avec une petite poche (*pour ne pas le laisser dans la nature*)
- Couverture de survie
- Une paire de lacets de rechange.

*Une petite pharmacie personnelle (votre guide a une pharmacie pour le groupe)*

- Vos médicaments si traitement
- Médicament antalgique (douleurs et fièvre), anti diarrhéique, anti-inflammatoire et un antispasmodique
- Pansements et double peau type Compeed

**Petits conseils et astuces** : vos affaires de rechange, classez-les et ranger-les dans des poches plastiques afin de mieux les protéger de la poussière ou autre durant votre séjour.

# En vous souhaitant un agréable trek Liberté ...

Si nous n'avons pas entièrement répondu à toutes vos questions sur ce voyage :

- Appelez nous au : 05 61 97 66 04
- Un e-mail à : [info@surleshauteurs.com](mailto:info@surleshauteurs.com)
- Ou bien un courrier à :

**SUR LES HAUTEURS**  
RANDONNÉES ET VOYAGES À PIED  
v o t r e t r e k c o m m e n c e i c i . . .

23, Rue Gambetta  
31390 CARBONNE  
TEL : 05 61 97 66 04  
[www.surleshauteurs.com](http://www.surleshauteurs.com)  
[info@surleshauteurs.com](mailto:info@surleshauteurs.com)

Agence de voyage N° IM031170004  
SARL Sur Les Hauteurs au capital de 15 000€  
R.C.P : MMA entreprise, MMA BP27 69921 OULLINS  
Garantie financière : Groupama caution  
Code APE : 9329 Z SIRET : 828 692 442 000 19  
TVA intracommunautaire : FR27828692442