

### L'île de Minorque à pied Randonnées douces entre mer et soleil

8 jours 7 nuits dont 6 jours de marche

Niveau physique 2/5

Randonnée en liberté



Une superbe randonnée au cœur de la Méditerranée sur l'île des Baléares la plus préservée. A Minorque, la nature s'exprime sans retenue.

Le tour de Menorca fait la part belle à la découverte des beautés naturelles de l'île par les sentiers cachés.

Visite des plus belles cirques (calas) comme Binimel. La Turqueta ou Macarella, plages sauvages aux eaux turquoise considérées comme les plus belles de Méditerranée et accessibles uniquement à pied. Sans oublier les fameux sites archéologiques talayotiques, vestiges de la présence humaine de plus de 4000 ans sur cette île.

Un itinéraire spécialement conçu pour le plaisir entre amis ou en famille.

#### POINTS FORTS :

- De belles randonnées au bord de l'eau
- Richesses archéologiques
- Une île préservée du béton et de l'urbanisation
- Les plus belles plages de Méditerranée

**SARL LaRébenne** au capital de 5000€ RCS de Foix 1 place du 8 Mai 1945.09000 Foix  
Tel : 05.61.65.20.93 / 06.81.53.77.75

contact@larebenne.com www.larebenne.com www.gr10-pyrenees.com  
RCP : 115 769 365 MMA IM009100007 N° de TVA FR 3350215707600014  
Garant : Groupama N° 4000714358/0 N° SIRET : 502 157 076 000141

## PROGRAMME – JUIN 2020

### **J1 : Arrivée à Mao (Mahon) et installation à l'hôtel.**

Pour cette soirée, vous découvrez la belle ville de Mahon avec son centre historique et son vieux port situé au centre de la ville, nuit à l'hôtel en B&B pour 2 nuits.

*(si vous arrivez en bateau à Ciutadella, vous pourrez rejoindre Mao en bus de ligne)*

### **J2 : A la découverte de Mahon et de ses trésors 10km 3h Dénivelé : +150m -150m**

A partir du centre historique, court transfert pour arriver à la forteresse de la Mola et la punta de S'Espero à l'extrême Est de l'île (visite libre de 1h30). Ensuite c'est un voyage dans le temps quand vous arrivez au petit village de Sa Mesquida qui semble avoir été figé dans les années 60.

Randonnée en direction du parc naturel de s'Albufera des Grau et sa réserve ornithologique que vous pourrez visiter. Retour à Mahon en bus de ligne et nuit en hôtel en B&B.

### **J3 : De Mao, Binimel. Les plages sauvages 18km 5h30 Dénivelé : +470m -460m**

Transfert à Binimel La en mini-bus privé (possibilité de réduire l'étape).

Aujourd'hui, c'est plein Nord vers les plages sauvages de Binimel.La, Pregonda, els Alocs. Pour finir à la Cala d'Agaiarens à travers la forêt de Minorque la Marca d'Alforinet et la Illa del Pilar. Transfert en bus de ligne à Ciutadella. A visiter, la très belle cité de Ciutadella avec son marché couvert, son centre ancien avec son ambiance du 19<sup>ème</sup> siècle.

Nuit à Ciutadella en B&B pour 2 nuits au même hôtel.

### **J4 : Le Cap Nati et la cala Morel 14km 4h Dénivelé : +200m -160m**

Une belle randonnée entre plateau calcaire et falaises au-dessus de la grande bleue.

En prenant le bus pour la Cala Blanes (15mn), c'est aujourd'hui une randonnée dans une partie de l'île sauvage et magnifique.

Ensuite, c'est la visite du site unique de la nécropole de la Cala Morel et de ses 14 grottes creusées dans la roche dont certaines sont soutenues par des piliers.

Après la visite, possibilité de se baigner dans les eaux magnifiques de la cala.

Retour à votre hôtel en bus de ligne.

Nuit à Ciutadella en hôtel en B&B.

### **J5 : Les plages du Sud 16km Dénivelé : 5h +145m -150m**

Du centre de Ciutadella vous prenez le bus de ligne pour arriver à Cap D'artrutx.

A partir de là, c'est la découverte des belles et célèbres plages du sud de Minorque tel que les calas Talaier, Turqueta, Macarella et pour finir Cala Galdana.

Nuit à la cala Galdana en hôtel en demi-pension.

### **J6 : De cala Galdana à Son Bou 15km 5h Dénivelé: +250m -170m**

C'est toujours à la rencontre du Sud et ses trésors que vous passez la journée avec la cala Mitjana, la cala Trebalüger et les grandes plages de sable fins de Binigaus et San Thomàs.

Pour finir, arriver à son Bou. Possibilité de visiter les ruines de la basilica de Son Bou.

Nuit en hôtel\*\*\*\* à Son Bou en demi-pension.

### **J7 : De son Bou à Cova Coloms 12km 3h Dénivelé : +100m -100m**

Départ à pied de votre hôtel pour repartir en sens inverse sur les plages de San Thomàs et Binigaus. A la fin de celle-ci et par un portail en bois, vous rentrez dans le barranc de Binigaus où de nombreux oiseaux nichent au creux de ces falaises. Après une montée douce, vous arrivez à l'immense grotte d'en Coloms (visite libre et gratuite). Retour tranquille par le même chemin avec la possibilité de profiter des magnifiques plages.

Nuit à Son Bou en hôtel\*\*\*\* en demi-pension.

### **J8 : Mao ou Ciutadella.**

Après le petit déjeuner, transfert au port de mao ou Ciutadella ou à l'aéroport de Mao. Fin du séjour.

Pour les groupes constitués, nous pouvons proposer un programme accompagnant et nous adaptons le niveau, la durée, le prix et le programme à la demande.

CONTACTEZ-NOUS

**SARL LaRébenne** au capital de 5000€ RCS de Foix 1 place du 8 Mai 1945.09000 Foix

Tel : 05.61.65.20.93 / 06.81.53.77.75

contact@larebenne.com www.larebenne.com www.gr10-pyrenees.com

RCP : 115 769 365 MMA IM009100007 N° de TVA FR 3350215707600014

Garant : Groupama N° 4000714358/0 N° SIRET : 502 157 076 000142

# PENDANT VOTRE SÉJOUR

## **ENCADREMENT :**

### **Formule :**

#### **Randonnée en liberté avec portage des bagages par taxi : A partir de 2 personnes**

Équipés du matériel d'orientation que nous vous remettons : cartes avec itinéraire surligné, traces GPS et feuille de route en français, vous partez seuls à la découverte de circuits conçus par notre équipe.

(Voir la grille des tarifs sur le site Internet)

### **PORTAGE DES BAGAGES :**

Le portage est limité aux affaires de la journée et au pique-nique. Les bagages sont transportés par véhicule.

### **VOTRE HÉBERGEMENT :**

7 nuits en chambre double en hôtel confort \*\*, \*\*\* dont 2 nuits en \*\*\*\*

En Bed-and-breakfast pour les J1, J2, J3 et J4, et en demi-pension pour les J5, J6 et J7.

Les hôtels proposent un bon niveau de confort.

### **LA NOURRITURE :**

Pas question de faire un régime pendant votre séjour mais c'est plutôt l'occasion de goûter à la cuisine locale. Nous attachons une grande importance à la qualité de la nourriture : équilibre diététique, apport énergétique et spécialité du pays sont les ingrédients de chaque repas.

Pour les dîners des étapes en formule Bed-and-breakfast (soit nuitée et petit déjeuner), nous avons sélectionné des restaurants de catégories différentes avec leurs coordonnées.

Nous les avons choisis selon différents critères, tels que la cuisine bien-sûr, mais aussi la qualité de service, le rapport qualité/prix et l'ambiance...

Pour les réservations, deux possibilités :

- Vous sélectionnez et effectuez vous-même la réservation dans le restaurant de votre choix.
- Vous nous renvoyez cette liste avec les restaurants que vous avez choisis et nous faisons les réservations pour vous gratuitement.

Pour les étapes des jours 5, 6 & 7 le dîner est prévu.

### **NOMBRE DE PARTICIPANTS :**

Départ libre à partir de 2 personnes.

# AVANT VOTRE DÉPART

## **TARIFS :**

Voir la grille des tarifs sur notre site internet.

## **S'INSCRIRE :**

La Rébenne privilégie le contact avec ses voyageurs. Nous aimons vous parler de nos voyages et souhaitons garder cette relation avec vous. Echange, partage et plaisir restent notre ambition pour les voyages La Rébenne.

Pour nous contacter et vous inscrire, c'est simple ! Appelez-nous ou envoyez-nous un mail rapide :

contact@larebenne.com  
Tél/Fax +33(0)5 61 65 20 93  
ou +33(0)6 81 53 77 75

## **Contrat de vente et acompte**

Nous vous envoyons le contrat de vente, le formulaire d'assurances ainsi que les conditions particulières et générales de vente. L'inscription est effective lorsque nous recevons le contrat signé accompagné d'un acompte de 40 % du montant du séjour. Un accusé de réception vous est ensuite envoyé.

## **Païement du solde :**

Le solde doit être versé un mois avant la date de départ. Si vous vous inscrivez moins d'un mois avant le départ, vous payez l'intégralité du prix du voyage lors de l'inscription.

## **Validation et convocation :**

A réception du règlement du solde, vous recevez votre dossier séjour (le lieu de rendez-vous, la liste de matériel à emporter ainsi que les contacts nécessaires...).

## **FORMALITÉS :**

Carte d'identité en cours de validité.

Carte européenne d'assurance maladie conseillée : c'est une carte attestant de vos droits à l'assurance maladie (les soins en cas de nécessité sont pris en charge) partout en Europe. Individuelle et nominative, elle est gratuite et valable un an. Vous pouvez l'obtenir sur simple demande à votre Caisse d'assurance maladie (par téléphone ou au guichet) ; vous n'avez pas de documents à fournir. Vous recevrez votre carte sous 15 jours. Si le délai est court, vous pouvez obtenir une attestation.

Assurance rapatriement fortement conseillée.

## **NIVEAU :**

### **Niveau physique : 2/5**

Vous pratiquez assez régulièrement une activité physique, sans pour autant être un athlète. 3 à 5 heures de marche par jour avec des dénivelés positifs de 100 à 500m.

## **PÉRIODE :**

Du 01.05 au 30.06 et du 01.09 au 31.10. Attention éviter la période des fêtes de la St Jean à Ciutadella (fin juin). Séjour possible sur juillet et août avec beaucoup de monde, nous consulter.

**DÉPART ET RENDEZ-VOUS :** Départ libre à partir de 2 personnes en autonomie.

### ⇒ **Comment y aller :**

En bateau : depuis le port de Barcelone où vous pouvez arriver en avion, train, bus ou voiture, vous pouvez prendre le bateau avec les compagnies maritimes.

Possibilité de laisser votre voiture au port de Barcelone : de 65 à 75€/voiture de 3 à 7 jours

En voiture : depuis Barcelone, bateau jusqu'à Ciutadella ou Mahon.

En avion : Aéroport de Mao puis navette jusqu'au centre de Mao.

**SARL LaRébenne** au capital de 5000€ RCS de Foix 1 place du 8 Mai 1945.09000 Foix

Tel : 05.61.65.20.93 / 06.81.53.77.75

contact@larebenne.com www.larebenne.com www.gr10-pyrenees.com

RCP : 115 769 365 MMA IM009100007 N° de TVA FR 3350215707600014

Garant : Groupama N° 4000714358/0 N° SIRET : 502 157 076 000144

### **LE PRIX COMPREND :**

- La réservation des hébergements.
- Les cartes, porte-carte, les traces GPS et la feuille de route en français.
- les hébergements selon programme.
- Les transports de bagages.
- Les 3 transports de groupe pendant le séjour.
- Le transfert en fin de séjour au port de Mao ou Ciutadella ou à l'aéroport de Mao.

### **LE PRIX NE COMPREND PAS :**

- Les assurances
- les boissons
- les pique-niques
- les dîners sauf jour 5, 6 et 7
- les dépenses personnelles
- les transferts de l'aéroport/port à l'hôtel
- la visite des monuments
- les 5 trajets en bus de ligne

### **OPTIONS :**

- Chambre simple (seul dans une chambre)
- Prolonger votre séjour à Minorque
- Programme accompagnant
- Transfert aéroport à l'hôtel

NOUS CONSULTER

### **ASSURANCES :**

Conformément à la réglementation de notre profession, LAREBENNE est assuré 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.

Toute assurance complémentaire est facturée par personne et doit être obligatoirement souscrite le jour de l'inscription au voyage.

Nous vous proposons 2 formules au choix : Multirisques, Annulation.

#### **Forfait n° 1 : La Multirisques**

Elle offre un combiné de garanties complètes en annulation, perte de bagages, assistance rapatriement, frais médicaux, interruption de séjour.

Cette assurance est souscrite auprès de la compagnie APRIL Voyages.

#### **Forfait n° 2 : Annulation**

Elle vous garantit exclusivement en cas d'empêchement avant le départ.

Cette assurance est souscrite auprès de la compagnie APRIL Voyages

Reportez-vous à la grille des tarifs sur le site Internet, rubrique infos pratique - assurances :

<http://www.larebenne.com/infos-pratiques/assurances.html>

**SARL LaRébenne** au capital de 5000€ RCS de Foix 1 place du 8 Mai 1945.09000 Foix

Tel : 05.61.65.20.93 / 06.81.53.77.75

contact@larebenne.com www.larebenne.com www.gr10-pyrenees.com

RCP : 115 769 365 MMA IM009100007 N° de TVA FR 3350215707600014

Garant : Groupama N° 4000714358/0 N° SIRET : 502 157 076 000145

## **Matériel conseillé à emporter**

Car une bonne préparation est souvent synonyme de séjour réussi, voici quelques conseils sur votre matériel à emporter pour que votre voyage se passe dans les meilleures conditions (non exhaustif).

### Votre bagage

Dans la mesure du possible, un seul bagage suiveur par personne : type sac de sport environ 55l. Ces bagages sont transportés par véhicule.

Nous vous donnerons des étiquettes adresse à attacher aux bagages.

### Le sac à dos

1 sac à dos moyen pour les affaires de la journée (type 55 litres)

### Le fond de sac

- Boussole et altimètre pour les randonnées en liberté.
- Un vêtement de pluie.
- Deux gourdes de 1 litre d'eau minimum.
- Une trousse à pharmacie (à constituer avec votre médecin) : pansements double-peau, désinfectant bio- gaze, bandes, gaze, micro-pur pour l'eau, aspirine, médicaments personnels et une couverture de survie.
- Vos objets personnels : appareil photo, chapeaux, jumelles etc.

### Les chaussures

Bonnes chaussures de randonnée montant au-dessus de la cheville. Elles doivent être avant tout confortables, imperméables et respirantes. Un bon maintien de la cheville est indispensable. Si vous devez acheter une nouvelle paire, nous vous conseillons d'essayer vos chaussures avant de commencer votre séjour. Ne prenez pas une pointure trop petite car vos pieds auront tendance à gonfler.

### Les vêtements

- Une veste coupe-vent imperméable (gore tex, poncho...).
- Un gros pull ou une veste polaire.
- Un pantalon confortable pour la marche.
- Un short, des tee-shirts..., ainsi que des sous-vêtements respirants.
- Vêtements de rechange et linge personnel.
- Un bonnet et une paire de gants.
- Un maillot de bain (pour certains séjours).

### Couchage (pour les nuits en gîte, en dortoir)

- Un sac de couchage ou sac à viande.
- Des boules Quiès® (on ne sait jamais !).

### Pique-nique

- Une boîte hermétique en plastique avec couvercle étanche pour une portion de salade avec vos initiales marquées sur le couvercle et sur la boîte.
- Couverts (fourchette, couteau pliant, cuillère).
- Vivres de course (barres énergétiques, fruits secs...).

### Petit matériel

- Chaussures légères et aérées pour le soir (tennis style jogging ou sandalettes).
- Une paire de bâtons télescopiques ou « bâton de berger ».
- Lunettes de soleil et crème solaire, protections pour les lèvres.
- Chapeau, casquette ou bob.
- Une petite trousse de toilette, avec serviette et papier hygiénique.
- Une lampe de poche ou frontale + piles de rechanges.

Et votre téléphone portable chargé avant chaque randonnée.



## APRÈS VOTRE RETOUR

Faites-nous part de vos impressions ! Et pour que ces bons souvenirs de voyage perdurent, nous serions très heureux de recevoir vos photos, vidéos, montages, commentaires... que vous avez effectués lors de votre circuit.

---

### A VOTRE SERVICE

Toute l'équipe de La Rébenne est à votre disposition pour la bonne réalisation de votre voyage, alors n'hésitez pas à nous contacter : nous ferons tout pour que votre séjour soit une réussite.

**Vous pouvez nous contacter par :**

- Téléphone : 05.61.65.20.93 ou portable 06.75.26.70.20
- Fax : 05.61.65.20.93
- Mail : [contact@larebenne.com](mailto:contact@larebenne.com)
- Courrier : 1 place du 8 mai 1945 09 000 FOIX