

VANSCAPE
ORRIS · VW Crafter 4x4

Au départ de Font-Romeu · Pyrénées

COURT SÉJOUR · 5 JOURS

Pyrénées & Méditerranée

Du toit du Carlit aux criques du Cap de Creus — un condensé de la Catalogne.

≈ 700 km

Itinéraire suggéré · vanscape.com

PROGRAMME

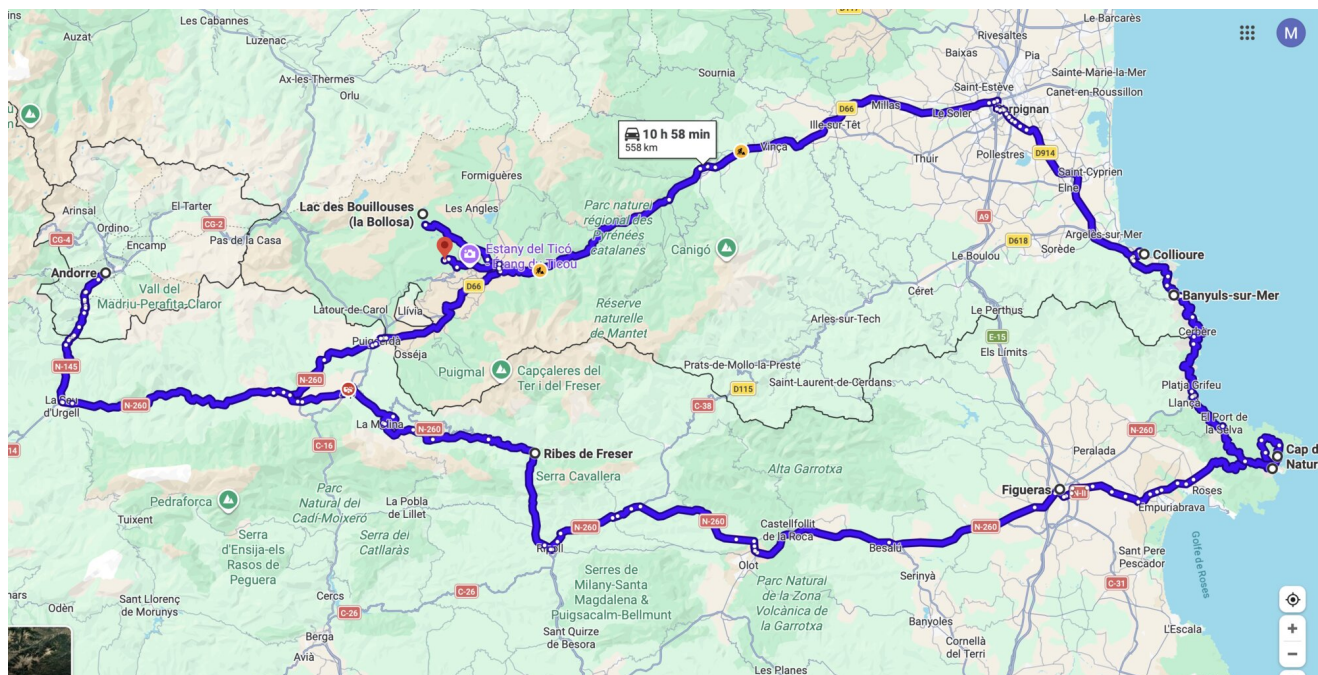
Pyrénées & Méditerranée

Cinq jours pour traverser tous les paysages catalans : haute montagne, Andorre, vignobles en terrasse et la mer turquoise du Cap de Creus.

« *Le matin sur les lacs glaciaires, le soir un verre d'Empordà face à la Méditerranée.* »

Durée	Court séjour · 5 jours	Distance totale	≈ 700 km
Limite incluse	200 km / jour	Départ & retour	Font-Romeu (66)
Saison conseillée	Avril à octobre	Points clés	10 étapes

VOTRE PARCOURS



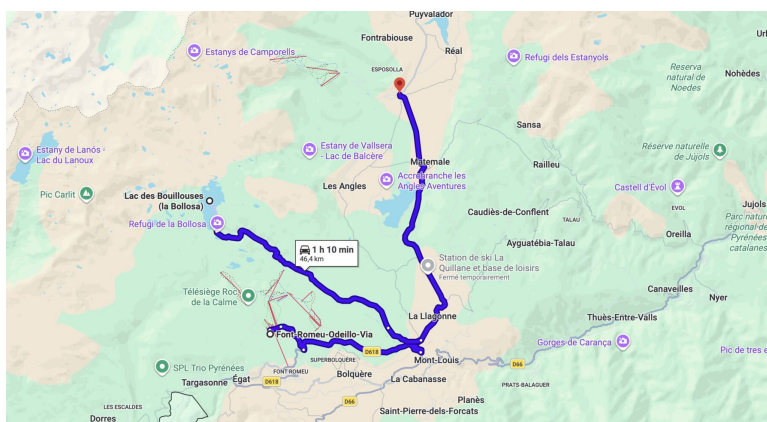
Tracé suggéré. Les villes marquées correspondent aux étapes principales — les détails et incontournables sont décrits jour par jour ci-après.

JOUR 01

≈ 80 km

Le toit de la Cerdagne

Font-Romeu → Lac des Bouillouses → Carlit → Capcir



Matin · Bouillouses & Pic du Carlit

Accès au **Lac des Bouillouses** (navette en été depuis Pyrénées 2000). Ascension du **Pic du Carlit (2921 m)** pour les sportifs (6h A/R, 1 000 m D+), ou **tour des 12 lacs glaciaires** pour une journée plus tranquille (3h). Bivouac en altitude possible au refuge.

Option vélo · Col de Mantet

Pour les cyclos : **Col de Mantet (1761 m)** depuis Olette — un des plus durs des Pyrénées-Orientales (pourcentages à 13 %, 8 km de montée). Pour les VTT : single track du **Bike Park de Font-Romeu**.

Soir · Capcir

Bivouac dans les forêts de pins à crochets autour du **Lac de Matemale**. Restauration possible à **Formiguères** (tartiflettes, cuisine de montagne).

◆ À NE PAS MANQUER

Pic du Carlit

2921 m, point culminant 66, 6h A/R.

Col de Mantet

Col mythique vélo, 13 % moyen.

Lac de Matemale

Bivouac, paddle, baignade l'été.

Tour des lacs glaciaires

12 lacs, 3h, accessible à tous.

Bike Park Font-Romeu

8 pistes VTT, télésiège.

Stage altitude

Font-Romeu à 2 000 m : CNEA, prépa marathon.

SPORT

Font-Romeu est l'un des centres d'entraînement d'altitude les plus prestigieux d'Europe — idéal pour préparer une compétition.

JOUR 02

≈ 150 km

Andorre, cols & lacs glaciaires

Capcir → Puymorens → Andorre la Vella → Vall d'Incles



Cols mythiques

Col de Puymorens (1920 m) côté français puis **Pas de la Casa** et **Col d'Envalira (2408 m)** — le plus haut col routier des Pyrénées. Terrain de jeu mythique pour le vélo de route comme pour le road trip.

Andorre la Vella · détaxe & spa

Plein d'essence, alcool, parfums, sport, chocolats : tout est détaxé. Pause au **Caldea** (37 €), plus grand centre thermo-ludique d'Europe du Sud. Shopping aux **Pyrénées** ou centre commercial Illa Carlemany.

Soir · Vall d'Incles

Vallée glaciaire au nord d'Andorre, paradis des bivouaqueurs (réglementé). Rando vers les **Lacs de Juclar (2580 m)** en 3h A/R, ou les **Estanys de Tristaina** en 1h30. Coucher de soleil sur le pic de Coma Pedrosa.

◆ À NE PAS MANQUER

Col d'Envalira

2408 m, plus haut col routier des Pyrénées.

Lacs de Juclar

2580 m, 3h A/R, paysage alpin.

Vallnord Bike Park

Étape Coupe du Monde VTT DH.

Caldea

Plus grand spa d'Europe du Sud, 37 €.

Estanys de Tristaina

Trois lacs, 1h30, accessible familles.

Pas de la Casa

Détaxe carburant + alcool + chocolats.

BON PLAN ESSENCE

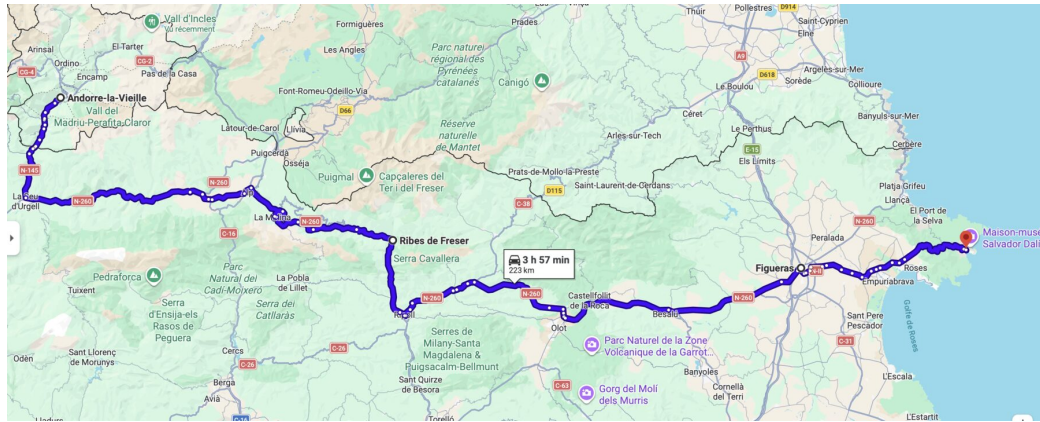
1 L gasoil ~30 % moins cher en Andorre. Faites le plein avant de remonter en France.

JOUR 03

≈ 200 km

Descente vers la Costa Brava

Andorre → Ribes de Freser → Vall de Núria → Figueres → Cadaqués



Matin · Vall de Núria, train à crémaillère

Détour spectaculaire depuis Ribes de Freser. Embarquement sur le **train à crémaillère le plus long du sud de l'Europe** (12,5 km, 1 062 m D+ en 40 min). **Aucune route ne mène à Núria** — accès exclusif en train ou à pied. Arrivée au sanctuaire de Núria (1 967 m), cirque alpin, restaurant en altitude, randos.

Après-midi · Théâtre-Musée Dalí à Figueres

L'œuvre la plus folle du maître du surréalisme — conçue par Dalí lui-même comme son chef-d'œuvre total. 1h30 de visite, réservation obligatoire. À combiner avec une pause tapas dans la vieille ville de Figueres.

Soir · Cadaqués

Arrivée au village blanc de **Cadaqués**, l'un des plus beaux d'Espagne. Apéro vermouth face au port, dîner anchois marinés + suquet de peix (ragoût de poisson). Bivouac dans les parkings autorisés autour du village.

◆ À NE PAS MANQUER

Train à crémaillère Vall de Núria

Le plus long du sud Europe, 40 min.

Pic du Puigmal (2910 m)

3h A/R depuis Núria, vue spectaculaire.

Cadaqués village blanc

Port pittoresque, suquet de peix.

Théâtre-Musée Dalí

À Figueres, réservation obligatoire.

Vieille ville Figueres

Tapas, marchés, vermouth.

Cala Portlligat

Crique privée derrière Cadaqués.

AUTOROUTES GRATUITES

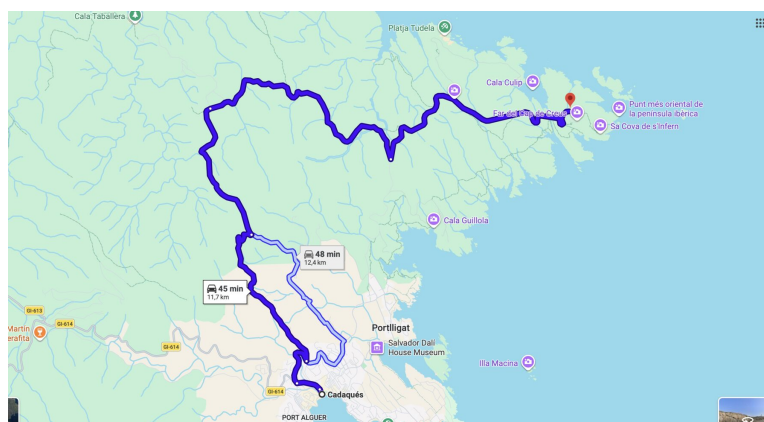
Catalogne = autoroutes gratuites depuis 2021. Économie ~30 € sur ce trajet par rapport à la France.

JOUR 04

≈ 30 km

Cap de Creus, fin du monde catalan

Boucle Cap de Creus + Portlligat



Matin · Maison de Dalí à Portlligat

La maison-atelier de **Salvador Dalí**, à 1 km de Cadaqués. Visite obligatoirement sur réservation (8 personnes max par créneau, durée 1h). Une plongée dans l'intimité du peintre, atelier, jardin sculpté, vue mer.

Après-midi · Parc Naturel du Cap de Creus

Pointe la plus orientale de l'Espagne — premier rayon de soleil de la péninsule. **Paysages lunaires** sculptés par la tramontane, sentier du phare au **Monastère Sant Pere de Rodes** (4h, 8 km). Baignade dans les calanques sauvages : **Cala Jugadora, Cala Culip, Cala Tavallera**.

Soir · Tapas à Cadaqués

Apéro vermouth maison, anchois de l'Escala, calçots grillés (selon saison), vin blanc de l'Empordà. Le village blanc le soir, sans la foule du midi, vaut le détour.

◆ À NE PAS MANQUER

Maison-atelier de Dalí

Portlligat, réservation obligatoire, magique.

Monastère Sant Pere de Rodes

Rando 4h, monastère roman du XIe siècle.

Cala Culip

Plus sauvage, accessible à pied.

Phare du Cap de Creus

Point oriental d'Espagne, premier soleil.

Cala Jugadora

Crique turquoise, baignade rocheuse.

Cap Norfeu

Sentier côtier, panoramas vertige.

MER TURQUOISE

Le Cap de Creus est probablement l'un des plus beaux spots de Méditerranée à 2h30 de Font-Romeu.

JOUR 05

≈ 240 km

Côte Vermeille & retour

Cadaqués → Collioure → Banyuls → Mont-Louis → Font-Romeu



Matin · Collioure, village des Fauves

C'est ici que **Matisse et Derain** ont inventé le fauvisme en 1905. Château royal, clocher emblématique reflété dans la baie, ruelles ocre, marché aux poissons. Goûtez les **anchois de Collioure AOP** chez Roque ou Desclaux.

Midi · Banyuls, vignobles en terrasses

Vignobles classés au patrimoine UNESCO en terrasses face à la mer. Dégustation à la **Cave des Templiers** (vins doux naturels, banyuls grand cru) ou au **Cellier des Dominicains**. Plage de pierre, aquarium Arago pour les familles.

Retour · Vallée des Pyrénées-Orientales

Remontée par Perpignan (brioche catalane) → Prades → **Mont-Louis**. Dernier coup d'œil sur le Train Jaune. Restitution Font-Romeu en fin de journée.

◆ À NE PAS MANQUER

Collioure village des Fauves
Château royal, clocher iconique.

Cave des Templiers
Banyuls, dégustation vins doux.

Aquarium Arago
Banyuls, idéal familles avec enfants.

Anchois de Collioure AOP
Maison Roque ou Desclaux.

Vignobles UNESCO Banyuls
Terrasses face mer, sentier balisé.

Cathédrale de Perpignan
Patrimoine catalan, cloître magnifique.

VINS

La Côte Vermeille est l'une des régions viticoles les plus spectaculaires de France — vins doux naturels uniques au monde.

MÉMENTO

Avant de partir.

Cet itinéraire est un point de départ — adaptez-le, raccourcissez-le, prolongez-le, restez deux nuits où ça vous plaît. C'est tout l'intérêt du van : la liberté avec le confort.

« Le bon voyage n'est pas celui qui est planifié à la minute, mais celui qui sait s'écarter du plan. »

À EMBARQUER

Documents	Permis de conduire (B suffit), pièce d'identité, attestation Yescapa.
Vêtements	Polaire ou veste chaude pour les soirées en altitude, maillot pour mer + bains thermaux.
Équipement sport	Vos vélos (4 emplacements intérieurs), chaussures de rando, sac à dos jour, lunettes de soleil.
Bonus	Maillots de bain pour bains chauds, jumelles pour faune, appareil photo pour les couchers de soleil.

RÉSERVATION & CONTACT

Réservation	sur Yescapa
Site	vanscape.com
Email	my.begue@live.fr
Base du van	Font-Romeu · Cerdagne (66)

Bon voyage avec Orris — et envoyez-nous une photo de votre plus beau bivouac.

— VANSCAPE · ORRIS