

SEJOUR KAYAK DE MER MENORCA 2016

Je me permet de vous suggérer de profiter de votre déplacement pour combiner le séjour kayak avec quelques jours de tourisme à *Menorca, Mallorca* ou dans d'autres îles des Baléares et ou d'une escale dans la ville de Barcelone. Vous serez ravi de vos vacances car l'Espagne offre une ambiance unique avec des centres d'intérêts variés et des tarifs beaucoup plus raisonnable qu'en France.

Je considère que les mois de Juin et Septembre sont des périodes exceptionnelles pour ceux qui peuvent se libérer. En juin les jours sont très longs et permettent de profiter au maximum de nos activités, la chaleur est moins écrasante et surtout ces îles nous appartiennent. Plus tard il faut partager le paradis avec trop de monde à terre, sur les plages et même sur l'eau en navigation. En Septembre la température de l'eau est toujours à son meilleur niveau, la lumière idéale pour les photos et la chaleur adoucie.

Je ne garantie pas que nous trouvions ces îles aussi paradisiaques en pleine saison et ce n'est en tous cas pas l'ambiance que je souhaite vous faire découvrir. Pour cette raison les séjours sont programmés jusqu'au 03 Juillet seulement puis à partir du 30 Aout.

CALENDRIER :

Du Dimanche 29 Mai 09 H 00 au Vendredi 03 Juin 2016 vers 17 H 00

Du Dimanche 05 Juin 09 H 00 au Vendredi 10 Juin 2016 vers 17 H 00

Du Dimanche 12 Juin 09 H 00 au Vendredi 17 Juin 2016 vers 17 H 00

PROGRAMME INDICATIF :

Ce programme peut être modifié par le guide sans préavis pour des raisons de sécurité de conditions météorologiques ou autres considérations nécessitant des adaptations pour le bon déroulement du séjour.

Jour 1 : *Es Grau – Platja des Savimar* : Environ 3 H

RV à 09 H à Mahon .

Chargement des kayaks et départ pour rejoindre la *Platja des Savimar*.

Cette navigation commence par le cabotage de la *illa d'en Colom* se poursuit par une succession de jolies plages dont la plupart ne possèdent pas d'accès routiers et de zones rocheuses aux couleurs chaudes dont le passage du cap de *Favàritx* demeure le symbole fort. Bivouac sur la magnifique plage de *Savimar* et ses dunes arborées de grands pins.

Jour 2 : Matin : *Platja des Savimar – Aréнал d'en Castell* : Environ 2 H 15

Après midi : *Aréнал d'en Castell – Cala pudent* : 1 H 15

Ce joli parcours nous permettra de découvrir les îles d'*Addaia* puis une alternance de paysage de roche de petits ports typiques de petites plages accueillantes et de superbes plages plus urbanisées comme *Aréнал d'en Castell* ou nous déjeunerons. Nous pouvons choisir à notre goût un coin plus ou moins sauvage, la belle ombre des pins et d'une terrasse avec tous les charmes de cette station balnéaire à l'heure ou peu de touriste sont présents. L'après midi nous naviguons pour atteindre la petite crique sauvage de sable fin de *Cala Pudent*.

Jour 3 : Matin : *Cala Pudent – Cala Cabra Salada* : Environ 2 H 15

Après midi : *Cala Cabra salada – ou cala Tirant* : De environ 1 H 45 à 2 H 15

Au cours de la navigation matinale nous doublerons l'imposant promontoire calcaire de la *mola de Fornells* dont la façade Est matérialise l'entrée du premier des deux parcs marin que nous traverserons durant notre périple. C'est dans la baie de *Fornells* que nous caboterons l'après midi et profiterons d'une petite plage sous l'ombrage des pins pour le pic nic du midi et la sieste . En fin d'après midi nous irons à pied découvrir le village de *Fornells* qui symbolise la synthèse parfaite de *Menorca* entre un port de pêche ouvert sur la mer et sa baie profonde enclavée à l'intérieur de terres à vocations agricoles. Nous prendrons le temps de profiter de l'ambiance du village et d'un repas au restaurant (compris).

Jour 4 : Matin : *Cala Cabra Salada* ou *Cala Tirant* – *Cala Roja* : De environ 2 H 30 à 3 H30

Après midi : *Cala Roja* – *Cala Pregonda* : Environ 1 H

Cette journée de navigation dans la réserve marine Ouest de la côte Nord nous conduira à doubler le cap *Cavalleria* avancée la plus septentrionale de *Menorca* puis faire du rase cailloux dans les paysages somptueux de *cala Roja* (rouge) qui comme son nom l'indique est bordée de roche rouge contrastant avec ses eaux turquoise sa plage de sable fin et ses superbes dunes fleuries. C'est là que nous déjeunerons à l'ombre de la terrasse d'une cabane qui domine la baie. Dans l'après midi par une courte navigation ou chaque coup de pagaie dévoile des roches aux couleurs chatoyantes et des criques de sable fin nous arriverons dans un site magique de cette côte Nord : *Cala pregonda* et *l'escutar* du même nom..incontournable

Jour 5 : Matin : *Cala Pregonda* – *Platja d'es bot* : Env 3 H

Après midi: *Platja d'es bot* – *Cala Morell* : Environ 50 Mn

Encore une journée sous le signe de paysages magnifiques et de plages accueillantes avec le passage de zones rocheuses parmi les plus anciennes des Baléares (- 400 Million d'année)et l'arrivée à *la platja d'es bot* bordée par sa pinède et sa zone humide ou nous prendrons notre pique nique et passerons les heures chaudes de la journée.

Départ en fin d'après midi pour rejoindre *cala Morell* et une nuit sur la plage de ce petit port surmonté d'un ensemble urbanisé qui heureusement à cette période est presque désert. Cette escale est surtout stratégique en vue de la navigation du lendemain.

Jour 6 : Matin: *Cala Morell* – *Ciutadella* : Environ 3 H 30

Après midi : *Ciutadella* – *Cala Blanca* : Environ 40 Mn

Cette navigation est la plus engagée par le fait qu'il n'y pas d'abris entre le point d'arrivée et départ ne sera pas entreprise en cas de météo défavorable. C'est une zone rocheuse austère de toute beauté ou l'on pourra débusquer la présence d'aigles balbuzards de faucons mais aussi de vautours Percnoptères. L'arrivée dans le port de *Ciutadella* est un must et permet la visite de son centre historique, ses ruelles et maisons typiques.

En fonction de nos désirs et de la fréquentation du port nous aurons le choix de dormir sur les quais et profiter d'une soirée et d'un restaurant dans la cité mais avec une nuit dans un environnement plus bruyant ou bien choisirons nous une courte navigation de 40 minutes pour rejoindre *Cala blanca* et sa petite plage de sable fin moins urbaine. Nous profiterons de ce dernier soir ensemble pour un diner convivial dans un restaurant.

Jour 7 : Matin : *Cala Blanca* – *Son Xoriguer* : Environ 2 H

Après midi : Retour en véhicule à la base, rangement du matériel et fin du séjour vers 16 H.

ECHELLE DE DIFFICULTE :

3 sur une échelle de 5.

3 : Séjour à destination d'un public en bonne forme physique sans difficulté technique mais avec une durée d'activité de 4 H 30 à 5 H 30 voir 6 H exceptionnellement à intensité modérée et en conditions d'hébergement rustiques (belle étoile, bâche) sans accès à des sanitaires autres que ceux offerts par la nature (douche dans la mer et besoins comme les chats).

PRIX : 580 Euros.

Ce tarif comprend :

- L'encadrement par Brevet d'état Français parlant Espagnol.
- Le prêt du matériel de navigation (Kayak, pagaie, gilet de sauvetage.etc)
- La nourriture dont 2 repas au restaurant depuis le Samedi 14 H jusqu'au Vendredi suivant 14 H.
- Le transfert aller et retour depuis votre hôtel à Mahon pour rejoindre et quitter Es grau.
- Tous les transferts en véhicule nécessaires pour l'activité.

Ce tarif ne comprend pas :

- Vos transferts aériens et ou par ferry pour rejoindre *Menorca*.
- Les boissons supplémentaires aux restaurants ou autre paillotes et bars.
- Une petite spécialité de votre région que vous voudriez bien faire découvrir (sucrée, salée, alcool) et partager pour faire connaissance du groupe dans la convivialité.
- Vos assurances personnelles obligatoires, RC, annulation, rapatriement a voir lors de votre inscription.
- Nous pouvons vous proposer un contrat avec notre partenaire Europe assistance pour un coût de 3,84 % du prix du séjour, si vous ne possédez pas déjà votre contrat (annulation, rapatriement).

HEBERGEMENT :

A *Menorca* la législation interdit l'utilisation des tentes de camping, afin de ne pas promouvoir le camping sauvage et autres occupations intensives des espaces protégés. Nous dormirons donc à la belle étoile et seule une bâche pourra être déployée en cas de pluie (assez rare en période estivale à *Menorca*). Généralement peu importuné par les moustiques l'achat d'une petite moustiquaire peut néanmoins être une alternative efficace pour les plus sensibles désirant un confort optimum (les insectes pouvant être la seule source d'inconfort possible) lors des nuits à la belle.

REPAS :

Comme à mon habitude j'essaye toujours de vous proposer une bonne proportion de spécialités locales et de toutes les façons j'achète tous les produits alimentaires à *Menorca*.

- Le petit déjeuner : Thé, lait, café, chocolat, biscuits, confiture, miel, pain, jus de fruit.
- Le midi : Salade composée de légumes de saison, de charcuteries et fromages locaux, fruits, pain et ou féculents.
- Le soir : Un repas chaud à base de pâtes, riz, pomme de terre, quinoa ... adaptés aux produits et spécialités locales, yaourts ou desserts lactées, gâteaux etc... dont 2 Repas au restaurant (compris dans le tarif du séjour) pour profiter de l'ambiance et mettre les pieds sous la table sans avoir à éplucher les oignons ou faire sa vaisselle...la fête quoi !!

TRANSPORT :

Nous vous recommandons vivement de pouvoir arriver un jour avant la date de début du séjour et de repartir le jour d'après la fin de celui ci. Ainsi vous aurez de la marge et ne serez pas dans le stress notamment concernant les soucis d'un éventuel retard de votre vol dans le cas d'horaires trop proches du début et fin de l'activité. Bien sûr cela implique des hébergements à Mahon par exemple. Les hôtels que nous vous conseillons sont très accessibles, sympathiques et très bien placés pour profiter du port et du centre ville très agréable (tarifs aux alentours de 30 E / pers / la nuit, voir la rubrique infos pratique plus bas dans ce texte). Dans ce cas notre navette viendra vous récupérer à votre hôtel vers 12 H 00 le jour du départ et vous raccompagnera vers 16 H 00 lors de la fin du séjour.

Pour les personnes qui arrivent et ou repartent le jour même de début ou de fin du séjour nous vous recommandons de choisir des trajets directs en taxi (à votre charge) ou bien sûr de profiter de notre navette incluse dans le cas ou vous êtes aux lieux de RV aux heures précises fixées pour l'ensemble du groupe.

ENCADREMENT :

Guide (brevet d'état canoë-kayak, voile et randonnée pédestre) Français parlant Espagnol spécialiste de la région.

LES FORMALITES :

Pour les Français votre passeport ou CNI en cours de validité et idéalement obtenir une carte ou attestation Européenne auprès de votre caisse d'assurance maladie afin de pouvoir être pris en charge en cas de consultations médicales ou soins en Espagne.

PREPARATION PHYSIQUE :

Vous préparer physiquement à votre séjour vous permettra toujours de profiter plus sereinement de chaque instant. Le corps est une "machine" qui se conditionne ou déconditionne très vite aux tâches qu'elle doit accomplir. Pratiquer un peu d'activité sportive les 2 à 3 semaines précédents le séjour vous mettra en de bien meilleures dispositions physiques. Bien entendu plus l'activité que vous pratiquez ressemble à celle que vous préparez, plus c'est efficace, mais si vous n'avez pas la possibilité de naviguer optez pour la natation ou autre sport qui mobilise le haut du corps. A défaut courir sera toujours positif en améliorant votre endurance globale.

PREPARATION PSYCHOLOGIQUE :

La magie de la vie en plein air est parfois nuancée par les caprices du ciel, du vent voire de la pluie. Ces événements font partie de nos retrouvailles avec la nature et offrent le plus souvent des émotions, paysages et couleurs extraordinaires. Nous pouvons être contraint à suspendre notre progression en mer pour nous consacrer à l'exploration terrestre des paysages traversés et vivre l'expérience du spectacle d'une mer agitée. Le programme peut donc être modifié sans préavis.

Dans un autre registre la vie de groupe offre des échanges enrichissants et des dynamiques dont nous seul de façon individuel pouvons influencer la tendance. C'est l'auberge Espagnole et le plaisir que nous retirerons de chaque instant sera le fruit de la bonne humeur, la tolérance et l'écoute de chacun pour autrui.

Dans un premier temps la participation de chacun aux tâches collectives est la base essentielle pour garantir une ambiance légère ou personne ne pèse sur le temps disponible et l'énergie de l'autre. C'est le pré requis à partir duquel nous aurons les meilleures chances de tisser des liens de confiance, de sympathie et de vivre une belle ambiance de groupe.

INFORMATIONS PRATIQUES DIVERSES :

- Pour ceux qui arriveraient plus tôt et ou repartiraient plus tard je peux vous conseiller 2 petits hôtels à Mahon ou nous séjournons régulièrement à tarifs très raisonnables (environ 30 euros la nuitée) au cœur de la ville, près du port et pouvant être réservés par le site :
- www.booking.com / [Espagne 16169 hôtels](#) / [Minorque 169 hôtels](#) / [Mahón 10 hôtels](#) / Hostal Jume ou la isla
- Ou joint en direct :
- Hôtel : Hostal June 0034 971 36 32 66, Hôtel ou Hostal la Isla 0034 971 36 64 92
- Transport Aérien : Réservez au plus tôt afin de bénéficier des meilleures tarifs et disponibilités. **Cela doit être votre première préoccupation car les disponibilités limitent votre choix et les tarifs variant énormément deviennent vraiment onéreux si l'on réserve tardivement.**
- Vueling depuis Paris via Barcelone entre 260 et 350 Euros.
- Transport par ferry depuis Barcelone ou Valence avec :
- Baléaria.com (arrivée à Ciutadella 45 Km de Mahon) ou trasmediterranea.es arrivée à Mahon.
- Coût d'un taxi entre l'aéroport et votre hôtel à Mahon maximum 20 Euros (pouvant être partagé).