

*C'est en Espagne, dans une vallées pyrénéenne enneigée, toute proche du Parc National des Encantats que nous vous proposons de chausser les raquettes, à la découverte de lieux enchanteurs, coins de paradis pour le randonneur. Au programme : longues vallées au relief très doux et aux larges combes, forêts de pins à crochets, nombreux lacs gelés entourés d'étonnantes aiguilles et splendides belvédères. Une formule mixte alliant des randonnées en étoile à partir d'un hébergement typique et son musée du Pyrénéisme au coeur d'un village de montagne et un mini raid facile en refuge pour une immersion totale !*

## PROGRAMME

### **Jour 1 : Serra d'Arenho**

Rendez-vous à la gare de Saint-Gaudens à 9h.

Premières traces dans la neige, randonnée en boucle vers la Serra d'Arenho, toute proche de notre gîte.

**HEURES DE MARCHÉ** : 5h

**DÉNIVELÉ +** : 500 m

**DÉNIVELÉ -** : 500 m

**TYPE D'HÉBERGEMENT** : en gîte

### **Jour 2 : Pla de Beret**

Départ pour le Pla de Beret. Montée au pic de Pedescals (2410 m) superbe belvédère.

**HEURES DE MARCHÉ** : 5h30

**DÉNIVELÉ +** : 600 m

**DÉNIVELÉ -** : 600 m

**TYPE D'HÉBERGEMENT** : en gîte

### **Jour 3 : Vallon de l'Orri et des lacs de Baciber**

Découverte du mystérieux vallon de l'Orri et des lacs de Baciber.

**HEURES DE MARCHÉ** : 5h

**DÉNIVELÉ +** : 600 m

**DÉNIVELÉ -** : 600 m

**TYPE D'HÉBERGEMENT** : en gîte

### **Jour 4 : Mini-raïd au refuge de Colomers**

Départ pour notre "mini itinérance". Montée en douceur au refuge de Colomers, tout proche du Parc National d'Aigüestortesi Estany de Sant Maurici, par la vallée d'Aiguamog par les bains de Tredos. Nuit au refuge de Colomers (2 135 m).

**HEURES DE MARCHÉ** : 5h

**DÉNIVELÉ +** : 800 m

**DÉNIVELÉ -** : 0 m

**TYPE D'HÉBERGEMENT** : en refuge

### **Jour 5 : Cirque de Colomers**

Au départ du lac Major de Colomers, découverte du cirque de Colomers et sa kyrielle d'étangs gelés. Sous le grand Tuc de Colomers, nous cheminerons à pas feutrés pour une journée inoubliable.

**HEURES DE MARCHÉ** : 6h

**DÉNIVELÉ + : 650 m**

**DÉNIVELÉ - : 650 m**

**TYPE D'HÉBERGEMENT : en refuge**

**Jour 6 : Tredos**

Belle descente sur le village de Tredos.

**HEURES DE MARCHÉ : 5h**

**DÉNIVELÉ + : 0 m**

**DÉNIVELÉ - : 800 m**

**TYPE D'HÉBERGEMENT : en gîte**

**Jour 7 : Petit-déjeuner et dispersion**

Transfert à la gare de Saint-Gaudens après le petit-déjeuner.

Informations importantes :

La durée est donnée à titre indicatif et correspond aux heures effectives de marche (hors pauses).

L'accompagnateur peut décider de modifier les parcours décrits plus haut (cas de force majeure, conditions météo, nombre et/ou niveau des participants, etc.). Dans tous les cas, ayez confiance car ces éventuelles modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité ou votre confort.

## FICHE PRATIQUE

### ACCUEIL

Rendez-vous le jour 1 à 9h en gare de Saint-Gaudens (31).

#### Accès :

- En train : gare d'accueil Saint-Gaudens (31). Horaires et tarifs : Tél.36 35 ou <http://www.voyages-sncf.com/>

Par la route : depuis Toulouse, prendre l'autoroute A 64 jusqu'à la sortie Saint Gaudens (sortie 18), puis prendre la RN 117 jusqu'à Saint Gaudens.

#### Covoiturage

Le cas échéant veuillez nous indiquer (à l'inscription ou le plus tôt possible avant le départ) votre souhait de covoiturer ou d'être covoituré pour rejoindre le lieu de rendez-vous. Nous vous mettrons en contact avec les autres participants intéressés.

#### Parkings :

- non gardé à la gare SNCF

Veuillez vous renseigner auprès de l'office du tourisme pour savoir si des manifestations (fêtes, marchés...) seront organisées sur votre lieu de stationnement.

#### Arriver la veille :

Réservation à l'avance par vos soins.

> Si vous arrivez en train : à Saint-Gaudens, plusieurs hôtels.

> en voiture : gîte Refugi Rosta à Salardu (Esp.) Tél. +34 973 645 308. Nous prévenir avant le départ pour profiter d'un rendez-vous spécial directement à Salardu.

### DISPERSION

Dispersion le jour 7 vers 10h30 en gare de Saint-Gaudens.

### NIVEAU

En moyenne chaque jour : 550 m de dénivelé positif et 5 à 6 heures de marche effectives.

Avertissement

Ce séjour s'adresse à des personnes pratiquant déjà la randonnée pédestre sur sentier.

Dénivelé positif maximum : + 800 m

Dénivelé total en descente : - 3 150 m

Dénivelé total en montée : + 3 150 m

Altitude mini / maxi de passage : 1 450 m / 2 560 m

### HEBERGEMENT

4 nuits en gîte et 2 nuits en refuge (gardé).

#### Nuit en gîte d'étape

C'est dans de petits dortoirs que vous dormirez, équipés de matelas, couvertures et oreillers. Ce que le gîte perd en confort, il le gagne en chaleur, en ambiance familiale et en convivialité. Soirées animées en perspective... Le linge de toilette n'est pas fourni.

#### Nuit en refuge de montagne

Ils sont placés dans des sites insolites et sauvages, dans une nature vierge de toute pollution et urbanisation. Le linge de toilette n'est pas fourni. Les dortoirs sont équipés de matelas, couvertures et oreillers.

Séjour en pension complète (dîner + petit-déjeuner + pique-nique). Les boissons ne sont pas comprises.

Les pique-niques du midi seront préparés par nos hôtes du jour. Les repas du soir sont la plupart du temps composés du menu du jour (pas de choix de menu). Les chiens ne sont pas acceptés.

### **TRANSFERTS INTERNES**

- Jour 1 de St-Gaudens à Salardu (1 h) puis Bagergue (10 min) et retour à Salardu
- Jour 2 de Salardu au pla de Beret (20 min) et retour
- Jour 3 de Salardu au pla de Beret (20 min) et retour
- Jour 7 de Salardu à St-Gaudens (1 h)

Les temps de trajet sont donnés à titre indicatif, ils restent dépendants d'événements incontrôlables et imprévisibles (conditions météo, de circulation, etc.). Les transferts routiers sont assurés par des taxis ou des transporteurs privés.

### **PORTAGE DES BAGAGES**

Uniquement les affaires de la journée et le pique-nique, sauf pour les jours 4, 5 et 6 où vous devrez porter vos affaires personnelles pour 2 nuits en refuge.

### **GROUPE**

De 4 à 12 participants.

### **ENCADREMENT**

Accompagnateur en montagne diplômé spécialiste de la montagne hivernale.

Tous nos accompagnateurs sont des professionnels passionnés, natifs ou résidant depuis longtemps dans les Pyrénées. Ils sauront vous faire partager ou rencontrer une culture, une histoire, un berger ou un vigneron... un pays. Au détour d'un chemin (ou parfois hors sentier), ils vous feront découvrir l'isard ou le vautour, l'oursin, le cèpe ou la girolle à déguster, la grotte cachée à visiter...

### **MATERIEL FOURNI**

raquettes et bâtons

## **EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR**

### **Le bagage qui reste à Salardu**

Prévoir un seul bagage (sac souple de 10 kg maximum) par personne en évitant les valises rigides autant que possible.

### **Le couchage en dortoir**

- Drap de sac ou drap cousu type "sac à viande" (couvertures fournies)
- Nécessaire de toilette, serviette
- Bouchons d'oreille
- Lampe de poche ou frontale

### **Le sac à dos**

Pour les affaires de la journée et une ou plusieurs nuits en autonomie en refuge ou gîte (40-50 litres).

- Fond de sac (vêtement de pluie, vêtement chaud, lunettes de soleil, crème solaire, trousse à pharmacie, nécessaire de pique-nique)
- Pique-nique du jour et de l'eau en quantité suffisante
- Affaires personnelles (papiers d'identité, carte européenne d'assurance maladie pour les circuits en Espagne et en Andorre, guide faune et flore, appareil photo, etc.)

### **Le pique-nique**

- Gobelet ou quart
- Une boîte hermétique en plastique (environ 0,8 l)
- Couverts légers (fourchette, couteau pliant)
- Gourde (1,5 l minimum) ou poche à eau selon votre préférence

### **Les chaussures**

C'est l'un des éléments les plus importants. 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 pendant la marche. Prévoir des chaussures à tiges hautes, avec une semelle de type Vibram avec une bonne accroche. Attention à vos chaussures restées trop longtemps dans un placard, au bout d'un certain temps les semelles se décollent et les coutures peuvent se déchirer.

### **Les vêtements et équipement spécifiques pour la randonnée**

- Veste coupe-vent imperméable (type goretex) ou cape de pluie
- Vêtement chaud (veste polaire ou pull)
- Protection solaire (lunettes, chapeau ou casquette, crème, stick à lèvres)
- Mini-pharmacie : médicaments personnels, compeed pour les ampoules, élastoplaste, gaze, désinfectant, antalgique, biafine, arnica (crème ou granules), une couverture de survie...

### **Et pour la randonnée en raquettes à neige**

- Bonnet ou cagoule
- Masque de ski, utile en cas de mauvais temps
- Gants chauds et imperméables (type ski)
- Veste coupe-vent imperméable (type goretex) ou anorak léger
- Pantalon pour la marche accompagné de guêtres hautes ou pantalon imperméable ou pantalon de ski léger

- Plusieurs paires de chaussettes et sous-vêtements chauds

### **LE PRIX COMPREND**

- les frais d'organisation,
- l'hébergement en pension complète,
- les transferts prévus au programme,
- l'encadrement par un accompagnateur (B.E.),
- le prêt des raquettes et des bâtons.

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

- Acheminement jusqu'aux lieux de rendez-vous et séparation,
- Les assurances,
- Les transferts et visites non prévus au programme,
- Les boissons pendant et en dehors des repas,
- Tout ce qui n'est pas mentionné dans "le prix comprend"