

De Gavarnie à Ordesa

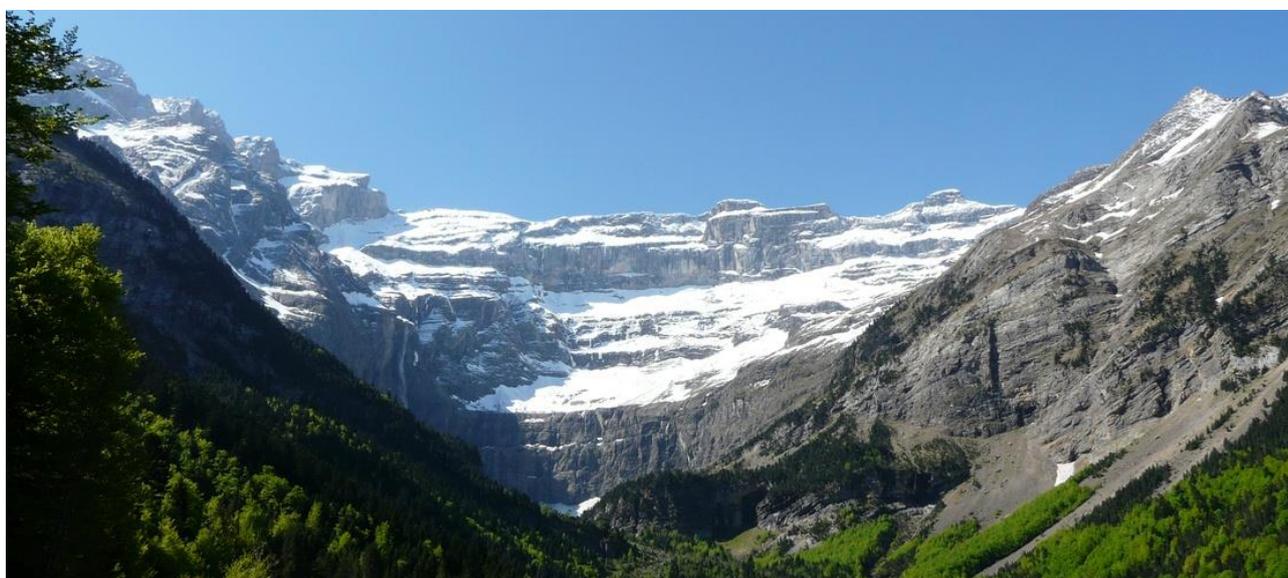
Séjour de 7 Jours / 6 Nuits

DATES DU SÉJOUR

17 - 23 sept 2023

PRIX DU SEJOUR

850 € / personne



DESCRIPTIF DU SÉJOUR

Itinérance sportive au départ de Gavarnie avec des étapes dans des refuges de montagne des deux côtés de la frontière (Grange de Holle, Sarradets et Espuguettes en France ; Goriz et Pineta en Espagne). Nous franchirons plusieurs cols, traverserons plusieurs vallées, cheminerons au milieu d'immenses cirques glaciaires et au dessus d'impressionnants canyons calcaires. Dans un environnement sauvage au milieu d'une nature préservée et protégée grâce aux parcs nationaux pyrénéens. En bref une splendide aventure de 7 jours et 6 nuits dans un cadre haute montagne immensément riche en merveilles naturelles...

AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne - 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY

04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1

IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Médiateur Tourisme et Voyage : MTV Médiation Tourisme Voyage - BP 80303 - 75823 Paris Cedex 17 - www.mtv.travel

POINTS FORTS

- ❖ Enchaînement de paysages tous plus époustouflants les uns que les autres : cirque de Gavarnie, brèche de Roland, vire des fleurs, canyon d'Ordesa, Mont-Perdu, vallée de la Pineta, cirque d'Estaubé...
- ❖ Tour du plus haut massif calcaire d'Europe (massif des Trois Sœurs) ;
- ❖ Une nature riche et préservée au sein des Parcs Nationaux traversés pendant la randonnée (PN des Pyrénées et Ordesa – Monte Perdido) ;
- ❖ Ascension en A/R du Mont Perdu (3348m) : plus haut sommet des Pyrénées accessible en randonnée ;
- ❖ Hébergements en refuges : possibilité d'une vraie coupure en montagne ;
- ❖ Alternance d'étapes « cool » et « sportives » afin de faciliter la récupération et l'enchaînement ;
- ❖ Thématiques possibles : faune et flore de montagne, géologie et reliques de la dernière époque glaciaire, pyrénéisme...

PROGRAMME DU SÉJOUR



JOUR 1 :

Rendez-vous à la gare SNCF de Lourdes à 17h.

Nous nous retrouverons à la gare SNCF de Lourdes à 17h puis rallierons ensemble Gavarnie, le point de départ de notre trek. Après installation, un pot d'accueil vous sera offert et nous pourrons alors faire plus ample connaissance et discuter du déroulé du séjour. Si besoin, nous ferons aussi un point sur le contenu des sacs de randonnée : il faudra s'assurer que vous ne prenez que le nécessaire pour éviter un sac trop lourd pendant notre itinérance. Nous dînerons sur place et passerons notre première soirée ensemble avant le « grand départ »...

Repas compris : repas du soir au chalet La Grange de Holle à Gavarnie.

Nuit au chalet La Grange de Holle à Gavarnie (lits individuels en dortoir).

JOUR 2 :

Démarrage de la randonnée pour cette première étape au départ de La Grange de Holle où nous pourrons laisser nos « bagages de ville ». Petite descente jusqu'au village de Gavarnie (1380m) que nous traverserons et rapidement nous apercevrons le cirque de Gavarnie vers lequel nous nous dirigerons (attention les yeux...). Nous monterons en douceur jusqu'à l'hôtellerie du cirque puis nous bifurquerons plein Est en direction de l'échelle des Sarradets, un passage technique où nous

AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne - 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY

04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1

IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Médiateur Tourisme et Voyage : MTV Médiation Tourisme Voyage - BP 80303 - 75823 Paris Cedex 17 - www.mtv.travel

prendrons notre temps. Ensuite, nous continuerons à monter en longeant l'impressionnante face sud du pic des Sarradets où nous apercevrons certainement quelques cordées de grimpeurs. Enfin, nous arriverons au refuge des Sarradets (2587m) au pied de la brèche de Roland. Et sûrement que nous nous désaltérerons sur la terrasse du refuge où la vue est simplement hallucinante...

Remarque : une option de montée moins technique jusqu'au refuge existe par le plateau de Bellevue. Selon les conditions météo, nous opterons pour cette option (temps de marche similaire).

900 mètres de dénivelée positive - 6 heures de marche effective

Repas compris : petit-déjeuner servi au chalet La Grange de Holle à Gavarnie - pique-nique de midi préparé et distribué au chalet La Grange de Holle à Gavarnie - repas du soir chaud préparé et servi au refuge des Sarradets.

Nuit au refuge des Sarradets (lits individuels en dortoir).

JOUR 3 :

Pour cette deuxième étape, nous partirons du refuge des Sarradets (2587m) en direction de la brèche de Roland (2807m) par laquelle nous passerons. Sensation assez surréaliste de passer par cet endroit, vous verrez... Une option possible depuis la brèche : monter en A/R au Taillon (3144m) ce qui ajouterait 350m de D+ et 1h30 de marche environ. Une fois la brèche passée, nous pourrions descendre directement au prochain refuge. Mais ça serait sans passer par la vire des fleurs, ce qui serait dommage. Pour atteindre la vire, nous passerons par le replat d'Aguas Tuertas, un lieu vraiment envoûtant. Puis le cheminement sur la vire surplombant le canyon d'Ordessa sur du sentier facile : un des grands moments de ce séjour ! Enfin, nous repartirons au nord, repasserons par deux cols avant de descendre tranquillement vers le refuge de Goriz (2200m) où nous nous poserons pour deux nuits.

700 mètres de dénivelée positive - 6 heures de marche effective

Repas compris : petit-déjeuner servi au refuge des Sarradets – pique-nique de midi préparé et distribué au refuge des Sarradets – repas du soir chaud préparé et servi au refuge de Goriz.

Nuit au refuge de Goriz (lits individuels en dortoir).

JOUR 4 :

Étape de « transition » pour cette troisième journée de randonnée. Au départ du refuge de Goriz (2200m), nous partirons avec des sacs légers à l'ascension d'un beau sommet ! Si les conditions s'y prêtent, notamment sur la fin de la montée, nous irons au sommet du Monte Perdido (3348m), le troisième plus haut sommet des Pyrénées (et le plus haut accessible en randonnée). Nous ne serons sûrement pas seuls car c'est un sommet prisé par nos amis espagnols. Mais la vue sur le canyon d'Ordessa y est plutôt sympathique. Au sommet de ce massif calcaire, nous pourrions aussi discuter géologie... Nous redescendrons ensuite par le même itinéraire pour une deuxième soirée à Goriz.

Remarque : en cas de mauvaises conditions pour l'ascension du Mont Perdu, nous partirons plutôt sur le Pic du Marboré (3251m) où nous devrions avoir moins de monde et une toute aussi jolie vue (dont une plongeante sur le cirque de Gavarnie côté français...)

1200 mètres de dénivelée positive - 6 heures de marche effective

Repas compris : petit-déjeuner servi au refuge de Goriz – pique-nique de midi préparé et distribué au refuge de Goriz – repas du soir chaud préparé et servi au refuge de Goriz.

Nuit au refuge de Goriz (lits individuels en dortoir).

JOUR 5 :

Pour cette nouvelle journée en itinérance, nous quitterons le refuge de Goriz (2200m) en empruntant le GR11 en direction du col supérieure de Goriz. De là, nous emprunterons de nouveau un sentier en vire et passerons la « faja de las olas ». Sûrement que quelques vautours nous accompagneront... Puis nous redescendrons tranquillement pour passer le col de Niscle (2453m) avant de plonger dans la vallée de Pineta. La transition entre un monde minéral et végétal est assez saisissante... Après une (très) longue longue descente, nous atteindrons le fond de vallée dans l'après-midi et nous installerons au refuge de Pineta (1240m) pour la soirée.

600 mètres de dénivelée positive - 6 heures de marche effective

Repas compris : petit-déjeuner servi au refuge de Goriz - pique-nique de midi préparé et distribué au refuge de Goriz - repas du soir chaud préparé et servi au refuge de Pineta.

Nuit au refuge de Pineta (lits individuels en dortoir).

JOUR 6 :

Pour cette avant-dernière journée, nous partirons tôt du refuge de Pineta (1240m) car la journée sera longue. Nous commencerons par remonter vers le fond de vallée de Pineta pour un démarrage en douceur. Puis la « vraie » montée commencera... Nous passerons à proximité de la cascade du Marboré et traverserons quelques ruisseaux qui apporteront un peu de fraîcheur. En progressant tranquillement, nous atteindrons le Port de Pineta (2469m) et nous aurons alors fait le plus gros du dénivelé même s'il restera du chemin à parcourir. Du col, nous rebasculerons côté français et ferons nos premiers pas en descendant dans le cirque d'Estaubé. Nous aurons peu de dénivelé négatif jusqu'à être au pied de la brèche de Tuquerouye où nous devrions apercevoir le « doyen » des refuges pyrénéens (et le plus haut)... Nous finirons ensuite notre traversée du cirque par un dernier effort en remontant à la hourquette d'Alans (2430m) surplombant Gavarnie. Nous n'aurons plus qu'à descendre tranquillement jusqu'au refuge des Espuguettes (2027m) où nous aurons droit à un repos bien mérité après cette grosse journée et où nous passerons notre dernière soirée ensemble.

1400 mètres de dénivelée positive - 8 heures de marche effective

Repas compris : petit-déjeuner servi au refuge de Pineta - pique-nique de midi préparé et distribué au refuge de Pineta - repas du soir chaud préparé et servi au refuge des Espuguettes.

Nuit au refuge des Espuguettes (lits individuels en dortoir).

JOUR 7 :

Programme adaptable pour cette dernière journée. Pour ceux à qui ils restent encore du « jus », possibilité de monter le matin en mode « léger » au Piméné (2801m) depuis le refuge des Espuguettes (2027m). C'est un chouette belvédère au milieu des 3 cirques glaciaires (Gavarnie,

Estaubé et Troumouse) qui vaut le détour... Puis nous repasserons par le refuge où certains seront peut-être restés faire la grasse matinée ou lézarder au soleil à observer les Astazou et le couleur Swan. Ensuite, nous descendrons via le plateau d'Alans en direction de Gavarnie (1380m) où nous pourrons nous arrêter boire un verre et célébrer ce beau périple fait ensemble. Enfin, nous repasserons à La Grange de Holle où nous pourrons faire un brin de toilettes et nous changer. Avant de redescendre ensemble jusqu'à Lourdes où nous nous disperserons en milieu d'après-midi dans l'attente d'une prochaine aventure ensemble...

900 mètres de dénivelée positive – 6 heures de marche effective

Repas compris : petit-déjeuner servi au refuge des Espuguettes - pique-nique de midi préparé et distribué refuge des Espuguettes.

Fin du séjour à Lourdes.

Ce programme peut être modifié à tout moment par le professionnel encadrant notamment en fonction des conditions climatiques, des aptitudes physiques et techniques des participants, de la disponibilité des hébergements ou tout autre événement inattendu. En dernier ressort, il reste seul juge du programme.

ACCUEIL

Le Jour 1, rendez-vous à la gare SNCF de Lourdes - 24 Avenue de la Gare - 65100 Lourdes (lien Gmaps) à 17h.

DISPERSION

Le Jour 7, fin du séjour à la gare SNCF de Lourdes à 17h.

ENCADREMENT DU SÉJOUR

Prénom / Nom de l'accompagnateur (trice) : Matthieu Feuerstein

N° de téléphone : 06 03 13 99 71

Adresse e-mail : matt@ouvala-rando.fr

NOMBRE DE PARTICIPANTS

Nombre de participants minimum : 6 personnes

Nombre de participants maximum : 12 personnes

NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Facile / Moyen / **Difficile** / Très difficile

HÉBERGEMENT / RESTAURATION

Type d'hébergement et catégorie : refuges de montagne gardés

Type de chambre pour le séjour : dortoirs

Services inclus ou non : draps non fournis

AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne - 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY

04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1

IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Médiateur Tourisme et Voyage : MTV Médiation Tourisme Voyage - BP 80303 - 75823 Paris Cedex 17 - www.mtv.travel

Repas : pension complète du dîner du jour 1 au pique-nique du jour 7

TRANSFERTS INTERNES

Aucun

PORTAGE DES BAGAGES

Aucun

DATES DU SÉJOUR

17 - 23 sept 2023

PRIX DU SEJOUR

850 € / personne

LE PRIX COMPREND

- L'encadrement par un Accompagnateur en Montagne diplômé d'état ;
- L'hébergement ;
- La pension complète du dîner du Jour 1 au pique-nique du Jour 7 ;
- Le pot d'accueil ;
- La taxe de séjour.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le déplacement aller / retour de votre domicile au point d'accueil/dispersion du séjour ;
- Les boissons et les achats personnels ;
- Les assurances (assistance rapatriement obligatoire pour participer au séjour, assurance annulation fortement recommandée) ;
- Les frais de dossier d'AEMV de 15 € / dossier ;
- Et tout ce qui n'est pas mentionné dans la rubrique « le prix comprend ».

MATÉRIEL FOURNI

Bâtons (sur demande).

ÉQUIPEMENT ET MATÉRIEL INDIVIDUEL A PRÉVOIR

Liste de l'équipement et du matériel indispensables à chaque participant :

- Sac à dos adapté pour la randonnée (de 30L à 40L) ;
- Chaussures de randonnée montantes ;
- Bâtons de marche ;
- Gourde (contenance mini 1,5L) ;
- Thermos (facultatif) ;

AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne - 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY

04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1

IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Méiateur Tourisme et Voyage : MTV Médiation Tourisme Voyage - BP 80303 - 75823 Paris Cedex 17 - www.mtv.travel

- Lunettes de soleil ;
- Crème solaire (écran total) ;
- Chapeau ou casquette ;
- Bonnet léger ;
- Foulard ou tour de cou de type Buff ;
- Gants légers ;
- Petite pharmacie personnelle (dont de quoi soigner les ampoules) ;
- Papier toilettes et briquet ;
- Vêtements :
 - o Veste imperméable type Gore-Tex avec capuche ;
 - o Pantalon ou short de randonnée ;
 - o Chaussettes de randonnée ;
 - o T-shirt respirant ;
 - o Une doudoune ou polaire.
- Boîte hermétique et couverts pour les pique-niques (dont couteau) ;
- Petites jumelles et appareil photo (facultatif) ;
- Quelques vivres de course (barres céréales, fruits secs) ;
- Sac plastique pour protéger les affaires en cas de mauvais temps ;
- Coordonnées d'une personne à prévenir en cas de problème ;
- Papiers d'identité ;
- Argent liquide (espèces) si vous voulez effectuer quelques petits achats en refuge ;
- Ordonnance obligatoire si traitement médical en cours ;
- « Fond de sac » pour le refuge :
 - o Sac à viande (il y a des couvertures dans les refuges) ;
 - o Boules quies (recommandé) ;
 - o Lampe de poche ou frontale avec piles de rechange ;
 - o Affaires de rechange (léger) : pantalon ou short léger, T-shirt, sous-vêtement et chaussettes ;
 - o Une deuxième polaire (ou doudoune) chaude.
 - o Petite paire de chaussures de rechange (facultatif car nous en trouverons au refuge) ;
 - o Petit nécessaire de toilettes : brosse à dents, dentifrice (échantillon), gant de toilette, serviette microfibre, savon, crème hydratante.

Idéalement votre sac de randonnée une fois rempli ne devrait pas dépasser les 8kg (boissons comprises). Si vous n'êtes pas encore expérimenté dans la pratique de randonnées itinérantes, possible que vous preniez trop d'affaires et ça serait compréhensible. Mais nous aurons le temps avant de partir en montagne de faire le tour des sacs pour vérifier que vous n'emporterez que le strict nécessaire.

En complément de votre sac et vos affaires de randonnée, vous pourrez avoir un petit « bagage de ville » avec quelques affaires de rechange et de toilettes utiles pour le début et la fin du séjour. Ce bagage sera laissé au premier hébergement lors de notre randonnée.

FORMALITÉS ET ASSURANCES

- Carte d'identité en cours de validité ;
- Carte vitale ou carte européenne d'assurance maladie pour un séjour dans l'UE / EEE ou en Suisse ;
- Assurance Responsabilité civile : chaque participant doit être couvert en RC dans le cadre d'une activité randonnée à titre de loisirs ;
- **L'assurance assistance / rapatriement est obligatoire.** Une assurance annulation est fortement conseillée. Si vous n'en possédez pas, AEM VOYAGES vous propose un contrat Europ Assistance comprenant l'assistance / rapatriement, l'assurance annulation et interruption du séjour et bagages et effets personnels.

INFORMATIONS COVID-19

L'ensemble des prestations du séjour s'effectue dans le strict respect de la réglementation et des mesures sanitaires en vigueur aux dates du séjour et sur le lieu du séjour.

Une infection au Covid-19 n'étant plus considérée comme une situation exceptionnelle, si vous annulez votre participation en raison d'un cas de Covid, ce sont les frais d'annulation prévus aux conditions générales et particulières de vente qui s'appliqueront.

Pour plus d'information sur les formalités sanitaires en France, consulter le site suivant :

<https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus>