

VALLÉE D'OSSAU

à l'heure des lumières d'automne

22 au 27 octobre



Avec son fier et altier pic du Midi qui symbolise à lui seul la chaîne des Pyrénées, la vallée d'Ossau regorge de trésors et de diversités tant pour ses paysages que pour sa biodiversité.

Je vous propose de la parcourir à l'automne, à ce moment charnière où les champignons tapissent les forêts aux couleurs chatoyantes. Cette saison est connue pour son *été indien* où les températures sont clémentes et où les lumières rasantes subliment la montagne.

À l'automne, les animaux du Parc national des Pyrénées se laissent plus facilement approcher ; en effet, ils sont soit préoccupés à ingurgiter un maximum de nourriture avant d'hiberner, soit à perpétuer l'espèce à travers le rut et leurs compétitions sexuelles ou parades nuptiales.

L'avifaune est très riche dans le massif. Si plusieurs espèces ont déjà migrées d'autres passent par milliers en octobre, prenez vous jumelles !

Ce séjour automnal à partir d'un hébergement à Laruns (toutes commodités, café, commerces, piscine...) est la certitude d'une découverte différente des Pyrénées. Vous en garderez un souvenir riche en couleurs et rencontres naturalistes.

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 de la Consommation & Patrimoine - 12 Square Desnouettes - 75015 Paris - <https://mcpmediation.org/>

ESPRIT DU SÉJOUR

Ce voyage est une randonnée découverte des Pyrénées et leurs richesses naturalistes à l'automne et ses couleurs généreuses. Certes nous marcherons mais nous prendrons le temps d'observer, de regarder et de comprendre le monde qui nous entoure. Les grands sujets d'actualités (réchauffement climatique, transition des activités économiques...) seront abordés de manière collégiale ; chaque participant apportant sa pierre à cet édifice humain qu'est un voyage en groupe.

Points Forts

- Séjour en étoile à partir d'un hébergement à Laruns (au choix hôtel ou gîte).
- Paysages magnifiques sous leurs parures d'automne.
- cueillette de champignons et dégustation.
- Une montagne vide de touristes, sensation de liberté.
- Un guide habitant la vallée et la connaissant sur le bout des doigts.



PROGRAMME

Ce programme est donné à titre indicatif. Nous devons nous adapter aux conditions météo, aux aléas des transports et des hébergements, aux impératifs de sécurité et au niveau des participants. Seul le guide reste juge du programme.

J1 : LA MONTAGNE VERTE

RDV à 11h à la gare de Pau. Transfert pour rejoindre Laruns en Ossau, installation à votre hébergement. Départ pour une randonnée de mise en jambe au-dessus du village d'Aas. Depuis la crête débonnaire, vue incroyable sur le massif calcaire de Gourette ; les vautours aiment virevolter dans le vallon du Valentin pour notre plus grand bonheur.

- Rando : 2h
- Dénivelé : +/- 350m
- Transfert : 10mn

J2 : SEDE DE PAN

Au-dessus de Bilhères s'étend le plateau pastoral du Benou. De là nous traverserons la hêtraie sapinière pour accéder aux estives du Mailh Massibé où les vaches restent jusqu'aux premières neiges. Le paysage s'étend des crêtes frontalières à la plaine de Pau.

- Rando : 4h30
- Dénivelé : +/- 550m
- Transfert : 15mn

J3 : AAS DE BIELLE, le Parc National

L'altier pic du Midi nous honorera toute la journée avec à ses pieds des forêts aux couleurs chatoyantes. Lieu touristique qui sera à cette époque peu fréquenté surtout que nous emprunterons des chemins de traverse. Les lacs miroiteront sûrement les sommets environnants et les coins de champignons sont nombreux.

- Rando : 3h30
- Dénivelé : +/- 400m
- Transfert : 30mn



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 de la Consommation & Patrimoine - 12 Square Desnouettes - 75015 Paris - <https://mcpmediation.org/>

J4 – SOUSSOUÉOU

Une randonnée en suivant un canyon granitique aux nombreuses piscines au cœur de la hêtraie sapinière, des vires calcaires offrant une vue magique sur le plateau immense de Soussouéou, haut lieu du pastoralisme ossalois. Retour à Pau pour 17h

- Rando : 4h30
- Dénivelé : +/- 800m
- Transfert : 20mn

J5 : SAOUBISTE, le Parc National

A l'automne le rut des isards débute ; étant affairés à leurs affaires, ils sont plus facilement abordables. Les poursuites et les charges entre mâles sont spectaculaires, nous tâcherons de les observer dans le Parc national juste au-dessus de la forêt illuminées ; certaines années les sommets sont déjà enneigés rajoutant ainsi de la couleur au tableau.

- Rando : 4h30
- Dénivelé : +/- 400m
- Transfert : 30mn

J6 : GOUST – LARUNS

Une traversée en zone à ours, du hameau de Goust nous explorerons la forêt riche en champignons (après les pousses et avant les cueilleurs !!) et remonterons un petit *gave*. Les clairières, propices à la cueillette sont aussi le lieu de prédilection du grand tétras et du lagopède, deux gallinacés difficiles à observer.

- Rando : 4h
- Dénivelé : +/- 450m
- Transfert : 10mn



RENSEIGNEMENTS PRATIQUES

DATES

Du 22 au 27 octobre

PRIX

En gîte : **710€**

En hôtel : **850€**

Le prix comprend :

- L'encadrement par un accompagnateur en montagne diplômé d'Etat,
- L'hébergement pour 5 nuits en hôtel en chambre double ou en gîte en dortoir selon la formule choisie
- La pension complète du pique-nique du premier jour jusqu'au petit pique-nique du dernier jour.

Le prix ne comprend pas :

- Les dépenses personnelles,
- Les boissons,
- Les assurances annulation et rapatriement,
- Le supplément chambre individuelle,
- Les frais d'inscription (15€ par dossier).
- Les transferts quotidiens se réalisent avec les véhicules des participants.
- Tout ce qui n'est pas mentionné dans « Le prix comprend »

NOMBRE DE PARTICIPANTS

Minimum : 4 personnes

Maximum : 14 personnes

ENCADREMENT

Par Jean-Marc Cotta, accompagnateur en montagne (Brevet d'État) connaissant bien les Pyrénées et plus particulièrement la vallée d'Ossau pour y habiter depuis 25 ans.

NIVEAU PHYSIQUE : 2/4

Les randonnées sont accessibles à tout randonneur capable de marcher 5h avec un dénivelé moyen de 500 mètres ne comportant pas de difficultés.

Vous ne portez qu'un petit sac à dos (pique-nique, eau, veste, chapeau...) soit 5kg maxi. Vos valises sont transportées par véhicule.

HÉBERGEMENTS

Vous avez 2 options à 100 mètres de proximité avec des prix différents : soit l'hôtel d'Ossau 2** en chambre double, soit au gîte l'Embarcadère en dortoir (pensez à amener draps et serviette de toilette)

Possibilité de single suivant les disponibilités avec supplément (nous contacter).

NOURRITURE

Les repas du soir seront tous pris en commun, les petits déjeuners dans votre hébergement respectif et pique-niques le midi. Vous aurez l'occasion de déguster des spécialités du Béarn.

CLIMAT

L'automne est connu dans les Pyrénées pour son été indien, avec des journées chaudes et des nuits fraîches. Toutefois à cette période de bascule vers l'hiver, le mauvais temps peut aussi s'inviter avec de la pluie et de la neige.

SANTÉ

Aucun vaccin n'est nécessaire, mais certains sont conseillés : tétanos/polio, hépatite A et B.

FORMALITÉS / 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.

MATÉRIEL À AMENER

Afin que le séjour se déroule bien, pensez à avoir le matériel.

SACS.....

- 1 sac de voyage souple ou valise contenant vos affaires.
- 1 sac à dos de 35 litres environ pour la journée.

VÊTEMENTS.....

- 1 veste coupe-vent légère et imperméable style goretex.
- 1 pantalon de randonnée.
- 1 short.
- 4 chemises ou tee-shirt.
- 1 pull léger ou polaire.
- 1 polaire chaude ou doudoune.
- 1 chapeau de soleil.
- 1 bonnet.

CHAUSSURES.....

- 1 paire de chaussures haute de randonnée.
- Plusieurs paires de chaussettes.

DIVERS.....

- Bonne humeur et curiosité !
- Lunettes de soleil.
- Crème solaire, stick à lèvres.
- 1 paire de bâtons (optionnel).
- 1 paire de jumelle (optionnel).
- 1 couteau + couverts + 1 gourde.
- 1 boîte avec couvercle style Tupperware pour le pique-nique.
- Affaire de toilette.
- Une pochette étanche pour garder à l'abri vos affaires importantes.
- Quelques sacs plastiques afin de transporter le pique-nique.
- Pharmacie perso avec paracétamol, anti-inflammatoire, anti-diarrhée, antibiotique spectre large, Biafine, collyre, pastille contre maux de gorge, désinfectant, pansements, élastoplaste de 6 cm, double peau.

