

BREAK RAQUETTES EN VALLÉE DU MARCADAU

4 jours de randos raquettes autour du refuge Wallon

Séjour de 4 Jours / 3 Nuits

DATES DU SÉJOUR

12 - 15 janvier 2024

8 au 11 mars 2024

PRIX DU SEJOUR

500€ / personne



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/>

DESCRIPTIF DU SÉJOUR

Depuis notre camp de base, le refuge Wallon, où nous serons hébergés confortablement en pension complète, nous rayonnerons en raquettes dans les vallons alentours en direction des nombreux lacs du secteur. En toute sécurité avec un professionnel passionné par cette montagne pour une immersion totale dans les Hautes Pyrénées en version enneigée. 4 jours de vraie déconnexion assurée...

POINTS FORTS

- ❖ Hébergement au refuge Wallon récemment (et très joliment) rénové ;
- ❖ Encadrement par un fin connaisseur passionné des Pyrénées ;
- ❖ Programme de randonnées adaptable et flexible ;
- ❖ Vraie immersion dans la « haute » montagne enneigée ;
- ❖ Accès possible en mobilité douce ;
- ❖ Prêt de matériel inclus (raquettes, bâtons, DVA/pelle/sonde) ;
- ❖ Initiation à l'utilisation du matériel de sécurité ;
- ❖ Thématiques possibles : montagne enneigée, traces d'animaux, adaptation à l'hiver, PN des Pyrénées...

PROGRAMME DU SÉJOUR



JOUR 1 :

Rendez-vous à la gare SNCF de Lourdes à 9h.

Après s'être retrouvés à la gare de Lourdes à 9h, nous rallierons le point de départ de notre randonnée, le Pont d'Espagne. Là-bas, après un petit briefing, nous prendrons le temps de vérifier les sacs et le matériel prêté vous sera distribué. Une fois prêts, nous commencerons à randonner en remontant la vallée du Marcadau. Il faut compter 2h30 de marche jusqu'au refuge et, selon les horaires, nous pourrons nous arrêter casser la croûte au plateau du Cayan. Nous arriverons au refuge Wallon en début d'après-midi où nous pourrons prendre le temps de nous poser un peu. Après y avoir laissé nos affaires du soir, nous repartirons nous balader à proximité du refuge et en profiterons pour faire une initiation à l'utilisation du matériel de sécurité (DVA, pelle et sonde). Nous regagnerons le refuge vers 16-17h nous mettre au chaud et passerons notre première soirée ensemble. Au programme : apéritif de bienvenue, repas et convivialité !

500 mètres de dénivelée positive - 5 heures de marche effective

Repas compris : repas du soir chaud préparé et servi au refuge Wallon.

Nuit au refuge Wallon (lits individuels en dortoir).

JOUR 2 :

Après une bonne nuit de repos au refuge Wallon et un bon petit-déjeuner, nous nous préparons pour notre deuxième journée de randonnée. Plusieurs choix seront possibles et une des options pourra être de monter aux Lacs de Cambalès. Pour cela, nous suivrons le gage de Cambalès et serons au soleil dès le matin. Là-haut, nous prendrons le temps et profiterons de paysages grandioses au milieu d'une myriade de petits lacs de montagne enneigés... Nous redescendrons tranquillement l'après-midi et rentrerons au refuge vers 16-17h comme la veille où nous devrions retrouver un peu de monde. Et pourquoi pas faire un petit jeu ensemble?

550 mètres de dénivelée positive - 6 heures de marche effective

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

Nuit au refuge Wallon (lits individuels en dortoir).

JOUR 3 :

Pour cette nouvelle journée de randonnée au départ du refuge Wallon, nous remonterons cette fois le vallon d'Arratillé. Nous pourrions nous arrêter au lac d'Arratillé ou pousser jusqu'au lac de la Badète. Voire même, selon les conditions et la forme des uns et des autres, rejoindre la frontière avec l'Espagne et le col d'Arratillé. Bien entendu nous aviserons sur place et quoi que l'on fasse ça sera très chouette. Puis nous redescendrons au refuge passer notre dernière soirée ensemble.

550 mètres de dénivelée positive - 6 heures de marche effective

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

Nuit au refuge Wallon (lits individuels en dortoir).

JOUR 4 :

Pour cette dernière journée, nous partirons du refuge Wallon après le petit-déjeuner avec encore une fois plusieurs options possibles. Soit nous redescendrons directement en direction du Pont d'Espagne afin d'y arriver tôt et de s'offrir un A/R au mythique lac de Gaube. Ou alors nous envisagerons un itinéraire esthétique entre le refuge et le pont de Cayan via le lac du Pourtet. Selon les horaires, nous pourrions nous offrir une pause à l'Hôtellerie du Pont d'Espagne avant de rallier le parking. Afin de se remémorer les bons moments passés ensemble dans cette belle montagne enneigée et peut-être évoquer de futures aventures possibles... Enfin, après s'être changés et avoir rangé le matériel et les sacs, nous prendrons la route direction Lourdes où nous nous disperserons au plus tard à 17h.

500 mètres de dénivelée positive - 6 heures de marche effective

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

Fin du séjour à Lourdes à 17h.

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 à 9h.

DISPERSION

Le Jour 2, fin du séjour à la gare SNCF de Lourdes vers 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 : 5 personnes

Nombre de participants maximum : 10 personnes

NIVEAU DE DIFFICULTÉ

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

HÉBERGEMENT / RESTAURATION

Type d'hébergement et catégorie : refuge de montagne gardé (refuge Wallon)

Type de chambre pour le séjour : dortoir

Services inclus ou non : draps non fournis

Repas : pension complète du dîner du jour 1 au pique-nique du jour 4

TRANSFERTS INTERNES

Depuis la gare SNCF de Lourdes jusqu'au point de départ de la randonnée (Pont d'Espagne)

PORTAGE DES BAGAGES

Aucun

DATES DU SÉJOUR

12 - 15 janvier 2024
8 au 11 mars 2024

PRIX DU SEJOUR

500 € / personne

LE PRIX COMPREND

- 4 journées de randonnées raquettes encadrées par un AMM diplômé ;
- Hébergement en pension complète du dîner du jour 1 au pique-nique du jour 4
- Pot d'accueil ;
- Prêt du matériel (raquettes, bâtons, DVA) ;
- Initiation à l'utilisation du matériel de sécurité ;
- Transport A/R entre le lieu de départ du séjour et celui de la randonnée ;
- Taxe de séjour.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Transport jusqu'au lieu de départ du séjour ;
- Pique-nique du jour 1
- Boissons et dépenses personnelles ;
- Douche chaude au refuge ;
- Frais de dossier ;
- Assurance facultative ;
- Tout ce qui n'est pas mentionné dans la rubrique « Inclus ».

MATÉRIEL FOURNI

Raquettes, bâtons, DVA.

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 30 à 40L) ;
- Chaussures de randonnée montantes et imperméables ;
- Guêtres (facultatives) ;
- Gourde ;
- Thermos (facultatif) ;
- Lunettes de soleil ;
- Masque pour le mauvais temps ;
- Crème et stick à lèvres solaires (écran total) ;
- Bonnet ;
- Foulard ou tour de cou chaud ;
- Gants : 2 paires dont 1 chaude ;

- Chapeau ou casquette ;
- Petite pharmacie personnelle (dont de quoi soigner les ampoules) ;
- Papier toilettes et briquet ;
- Vêtements :
 - o Veste imperméable type Gore-Tex avec capuche ;
 - o Pantalon de randonnée d'hiver (idéalement : collant et sur-pantalon imperméable) ;
 - o Chaussettes de randonnée en laine ;
 - o T-shirt manches longues respirant ;
 - o Une polaire.
- Couteau ;
- 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 au refuge ;
- Ordonnance obligatoire si traitement médical en cours ;
- « Fond de sac » pour le refuge :
 - o Sac de couchage léger ;
 - o Boules quies (recommandé) ;
 - o Lampe de poche ou frontale avec piles de rechange ;
 - o Affaires de rechange (léger) : pantalon chaud type legging ou jogging, T-shirt, sous-vêtement et chaussettes ;
 - o Une deuxième polaire (ou doudoune) chaude ;
 - 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 sur plusieurs jours, possible que vous preniez trop d'affaires et ça serait compréhensible. Mais nous aurons le temps avant de partir de faire le tour des sacs pour vérifier que vous n'emportiez que le strict nécessaire. A noter aussi que nous pourrons laisser nos affaires du soir au refuge lorsque nous partirons randonner afin de s'alléger.

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>