

SUR LES HAUTEURS

RANDONNÉES ET VOYAGES À PIED

v o t r e r a n d o c o m m e n c e i c i . . .

LES BARDENAS REALES

UN DESERT A L'ESPAGNOLE

6 jours / 5 nuits / 4.5 journées de marche

Situé au cœur de la Navarre, le « désert » des Bardenas Reales, recèle des trésors naturels et des paysages superbes, extraordinaires.

C'est un vaste territoire où l'érosion a sculpté puis façonné de véritables chefs d'œuvre à l'aspect désertique, quasi lunaire, composés de ravins, de longs barrancos, de hauts plateaux, de buttes solitaires, et d'innombrables cheminées de fée...parsemées dans ce désert minéral !

Les Bardenas magnifiques, chargées d'histoire et de vie, ne sont plus que le sanctuaire des vautours, seuls gardiens et maîtres de ces lieux.

Une destination évasion au pays du soleil et du vent.

NOS POINTS FORTS

- un circuit en étoile sur 6 jours dans un hôtel rural, pour plus de confort, avec de nombreuses spécialités culinaires de cette belle région
- un espace protégé avec des paysages exceptionnels, plateaux lunaires, barrancos, cheminées de fée, buttes témoins, etc....
- un itinéraire progressif dans la découverte de cet espace naturel unique et extraordinaire, avec une sélection des plus belles randonnées.

SUR LES HAUTEURS

RANDONNÉES ET VOYAGES À PIED

v o t r e r a n d o c o m m e n c e i c i . . .

PROGRAMME

Jour 1 : RÉSERVE NATURELLE DE LA FOZ DE LUMBIER

Accueil en gare de Pau et transfert en Espagne, province de la Navarre. En route, nous ferons la pause déjeuner dans la réserve naturelle de la Foz de Lumbier, afin de couper ce transfert qui comprend 4h de route !

Première observation des rapaces qui nichent sur cette falaise.

Installation dans votre hébergement.

1h30 de randonnée.

Jour 2 : BARDENA BLANCA ALTA

Découverte de la Bardena Blanca, partie la plus désertique. Nous découvrirons également les spectaculaires paysages du Barranco Grande et aussi les incroyables "Bad Lands" ...

Passage à la célèbre cheminée de fée : le Castildetierra.

Dénivelée + 100 m, durée 4h30

Jour 3 : CASTILLO DE PENAFLOR

Départ depuis le haut plateau cultivé "el plano" pour rejoindre la réserve naturelle de Vedado de Eguaras où nichent de nombreux oiseaux. Nous découvrirons le Castillo de Peñaflor qui selon la légende fut la prison de la belle Dona Blanca...

Dénivelée + 200 m, durée 4h30

Jour 4 : BARDENA BLANCA BAJA

Superbe journée présentant un grand intérêt géomorphologique dans la Réserve de Rincon de Bu rappelant la Bardena Blanca avec de hautes falaises où niche le vautour commun.

Nous aurons un superbe point de vue sur toute cette partie des Bardenas Blancas.

Dénivelée + 250 m, durée 5h

Jour 5 : BARDENA NEGRA

Petite journée entre la Bardenas Blanca et la Bardena Negra où vous découvrirez encore un panorama grandiose sur toute l'étendue des Bardenas Reales de Navarre. Ensuite une très jolie crête

SUR LES HAUTEURS

RANDONNÉES ET VOYAGES À PIED

v o t r e r a n d o c o m m e n c e i c i . . .

conduisant au Castillo de Estaca terminera le retour.

Dénivelée 300 m en positif, durée 4h

OU

la belle rando sur le massif de la Piskerra uniquement réalisable en automne.

Jour 6 : RETOUR

Retour en France par la vallée de Roncevaux.

Pause en cours de transfert afin de visiter ces lieux mythiques avant de revenir sur notre point de départ.

COMPLEMENT DE PROGRAMME

Note : nous pouvons être amenés à modifier quelque peu l'itinéraire indiqué en cas de force majeure en fonction de la météo, de la date, du nombre et/ou du niveau des participants.

SUR LES HAUTEURS

RANDONNÉES ET VOYAGES À PIED

v o t r e r a n d o c o m m e n c e i c i . . .

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Le dimanche matin en gare de Pau à 9h30

DISPERSION

Le vendredi suivant en gare de Pau vers 15h

FORMALITES

Carte d'identité ou passeport valide.

SANTÉ :

Aucun certificat de vaccination n'est exigé pour les voyageurs.

Etre à jour de ses vaccinations. Penser à apporter votre Carte Européenne d'Assurance Maladie, qui est valable 1 an et qu'il faudra demander à votre Caisse d'Assurance Maladie 15 jours avant votre départ. Le rappel du tétanos est néanmoins conseillé.

NIVEAU

1 CHAUSSURE

Étape de 4h à 5h30 de marche par jour sur des sentiers agréables et en terrain varié, quelque fois sur du sable, des petits cailloux, sur des terrains en terre, en au fond des barrancos en descendant ou en remontant le lit du cours d'eau.

Quelques passages en hors sentier sur du terrain varié, mais aucune difficulté technique sur tout le parcours de ce séjour.

Niveau	Dénivelé	Temps de marche
1	Jusqu'à 400 m	4 à 5 h
2	300 à 600 m	3 à 5h
3	600 à 800 m	5 à 6h
4	700 à 1200 m	5 à 7h
5	1000 m et +	7h et +

SUR LES HAUTEURS

RANDONNÉES ET VOYAGES À PIED

v o t r e r a n d o c o m m e n c e i c i . . .

HEBERGEMENT

Depuis 15 ans, nous travaillons avec 2 hôtels familiaux, situés dans des villages.

Dans un ancien monastère transformé, en hôtel rural ** avec salle de bain et WC dans les chambres, dans un petit village authentique sur la base de 2 personnes par chambre.

Dans un hôtel familial *** confortable, avec salle de bain et WC dans les chambres, dans un petit village authentique sur la base de 2 personnes par chambre.

Single possible dans les deux hôtels.

Nos 2 hôtels proposent une cuisine typique, avec de nombreuses spécialités culinaires de cette belle région, à base de produits frais et locaux.

Nous privilégions ici la convivialité et la situation géographique, pour profiter pleinement de votre semaine de vacances.

ENCADREMENT

Par un accompagnateur en montagne diplômé connaissant bien le pays, le massif et les parcours.

Professionnel enthousiaste, il sera à même de vous faire partager ses connaissances et son engouement pour le milieu naturel et ceci en toute sécurité. Sa passion du métier l'engage à s'adapter aux conditions météorologiques, aux contraintes du terrain et autres aléas, à gérer le rythme et la condition physique de chacun, tout en restant disponible.

GROUPE

Groupe de 3 personnes minimum à 8 personnes maximum

TRANSFERTS INTERNES

En minibus pour le transfert France – Espagne, ce transfert durera environ 4h, avec une pause au milieu de la journée, afin de couper cette longue journée.

Ensuite, tous les jours, transferts matins et soirs d'environ 40 minutes, pour se rendre sur les plus beaux sites des Bardenas. Les temps de trajet sont donnés à titre indicatif, ils restent cependant, dépendants d'événements imprévisibles (conditions météo, état de la circulation, etc.).

PORTAGE DES BAGAGES

Pas de portage, uniquement vos affaires pour chaque journée, c'est un circuit en étoile à partir de l'hébergement.

SUR LES HAUTEURS

RANDONNÉES ET VOYAGES À PIED

v o t r e r a n d o c o m m e n c e i c i . . .

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Suivant les mois, il peut faire frais (mars, avril, octobre et novembre) ou très chaud (juin et septembre) avec suivant, un vent de Nord-Ouest glacial ou rafraichissant...

Adaptez donc votre tenue vestimentaire en fonction de ces saisons.

Pour l'hôtel

- Un sac ou une valise pour vos affaires des 6 jours
- Vos affaires de rechange
- Une trousse de toilettes
- Une paire de chaussures légères pour le soir
- Pour les lunettes de vue, pensez à prendre une paire de rechange.

Équipement vestimentaire pour la randonnée

La technique des 3 couches permet de rester au chaud et au sec.

1. Couche respirante
2. Couche isolante
3. Couche protectrice

Pour appliquer cette méthode, il vous faut

- Tee-shirts manches longues ou courtes et respirants (pas de coton)
- Veste ou sweat polaire type Polartec
- Gilet sans manche coupe-vent
- Veste imperméable, respirante et coupe-vent avec capuche. (Le Gore-tex reste le matériau de référence)
- Un pantalon de randonnée léger et stretch ou un pantalon transformable
- Un short
- Paires de chaussettes semi montantes ou basses
- Casquette
- Bonnet

SUR LES HAUTEURS

RANDONNÉES ET VOYAGES À PIED

v o t r e r a n d o c o m m e n c e i c i . . .

- Gants légers ou sous-gants en soie.

Pour la randonnée

- Un sac à dos de 30/40 litres avec une ceinture ventrale
- Bâtons de marche
- Une housse de protection du sac à dos (souvent intégrée dans celui-ci)
- Une paire de chaussures imperméables avec un bon maintien de la cheville
- Une pochette étanche pour vos papiers, téléphone etc...
- Une poche plastifiée pour protéger vos affaires à l'intérieur du sac à dos
- Protection solaire (crème et stick à lèvres)
- Lunettes de soleil catégorie 2, 3 ou 4
- Une gourde
- Une boîte avec un couvercle hermétique (type Tupperware) pour le pique-nique
- Couverts, couteau et gobelet
- Petit tapis de sol (pour vous asseoir pendant la pause déjeuner)
- Papier toilette avec une petite poche (*pour ne pas le laisser dans la nature*)
- Une paire de lacets de rechange.

Une petite pharmacie personnelle (votre guide a une pharmacie pour le groupe)

- Vos médicaments si traitement
- Médicament antalgique (douleurs et fièvre), anti diarrhéique, anti-inflammatoire et un antispasmodique
- Pansements et double peau type Compeed

SUR LES HAUTEURS

RANDONNÉES ET VOYAGES À PIED

v o t r e r a n d o c o m m e n c e i c i . . .

DATES ET PRIX

08/01 au 13/01/2023	02/04 au 07/04/2023		
15/01 au 20/01/2023	09/04 au 14/04/2023	03/09 au 08/09/2023	
22/01 au 27/01/2023	16/04 au 21/04/2023	10/09 au 15/09/2023	05/11 au 10/11/2023
29/01 au 03/02/2023	23/04 au 28/04/2023	17/09 au 22/09/2023	12/11 au 17/11/2023
05/02 au 10/02/2023	30/04 au 05/05/2023	24/09 au 29/09/2023	19/11 au 24/11/2023
12/02 au 17/02/2023	07/05 au 12/05/2023	01/10 au 06/10/2023	26/11 au 01/12/2023
19/02 au 24/02/2023	14/05 au 19/05/2023	08/10 au 13/10/2023	03/12 au 08/12/2023
26/02 au 03/03/2023	21/05 au 26/05/2023	15/10 au 20/10/2023	10/12 au 15/12/2023
05/03 au 10/03/2023	28/05 au 02/06/2023	22/10 au 27/10/2023	17/12 au 22/12/2023
12/03 au 17/03/2023	04/06 au 09/06/2023	29/10 au 03/11/2023	
19/03 au 24/03/2023	11/06 au 16/06/2023		
26/03 au 31/03/2023	18/06 au 23/06/2023		

TARIFS :

795 € par personne au départ de Pau, en chambre de 2 personnes

Supplément chambre individuelle : + 140 €

LE PRIX COMPREND

- l'encadrement par un accompagnateur en montagne,
- l'hébergement en pension complète du midi du jour 1 au midi du jour 6,
- les transferts A/R de la gare de Pau avec notre minibus de 8 personnes.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- les boissons, avant, pendant et après les repas,
- les dépenses personnelles,
- les assurances.

POURBOIRES :

Aujourd'hui, le pourboire est généralement facultatif et est laissé à votre libre appréciation, selon votre satisfaction à la fin de votre voyage.

Il est d'usage de donner un pourboire à votre guide et à l'équipe locale. Il doit être adapté en fonction du niveau de vie du pays et de la durée de votre voyage. C'est un geste symbolique qui récompense une prestation de qualité par rapport à la prestation reçue.

SUR LES HAUTEURS

RANDONNÉES ET VOYAGES À PIED

v o t r e r a n d o c o m m e n c e i c i . . .

POUR EN SAVOIR PLUS

DESCRIPTION

Le désert des Bardenas Reales constitue une vaste dépression aride couvrant une superficie de 42500 ha, longue de 40 à 45 km, et large de 25 à 30 km.

Les trois quarts de son territoire sont situés en Navarre, le quart restant en Aragon.

Elles sont contournées au Nord et à l'Ouest par le Rio Aragon, à l'Est par le Rio Ara. Le point culminant est le Prallon (593 m). Les Bardenas Reales constituent un authentique désert.

Les précipitations s'élèvent seulement à 400 mm par an. La température moyenne de l'année est de 15 degrés et l'amplitude thermique de 19 (minimum moyen 5 degrés, maximum 24). Le record de chaleur de la dernière décennie a atteint 45 degrés.

Ce massif peut être divisé comme suit :

- La Bardena plissée au Nord-Ouest
- La dépression centrale de la Bardeña Blanca, la plus spectaculaire comprenant la Blanca Baja et la Blanca Alta
- La Bardena Negra (partie la plus méridionale composée de vastes plateaux semés de blé et de riz, irrigués par des canaux descendant du lac de Yesa.) A l'intérieur des terres, aucun habitat permanent n'existe. Cependant, la vie pastorale est très ancienne ; on rencontre souvent le berger avec son troupeau. Ce territoire n'appartient à aucune municipalité : ce sont les 19 villages riverains (Valtierra, Arguedas, Carcastillo, Villafranca, Tudéla, Olite...) qui l'administrent ainsi que le monastère de la Oliva et les vallées de Roncal et Salazar. Dans les années soixante, la fin de la construction du barrage de Yesa ainsi que la construction du Canal des Bardenas et de nombreux canaux a permis l'irrigation du secteur de la Bardena Blanca qui est maintenant cultivée. L'origine du terme de Bardeñas est controversée : certains disent qu'elle dérive de "abar" et de "dena", c'est à dire "tout boisé". Dans de nombreux textes anciens on trouve traces de la forêt des Bardenas. Mais c'est surtout en tant que refuge de bandits que ces forêts étaient connues.

LA FLORE :

La formation végétale dominante est un "matorral" (garrigue, maquis, steppes herbacées buissonnantes ou arbustives.)

LA FAUNE :

Les Bardenas abritent surtout une importante avifaune ; aigle royal, vautour fauve, percnoptère d'Égypte, palombes, ramier, pie, bec croisé des sapins, gravelot du désert, ganga cata, caille, passereaux, perdrix... On y observe également quelques lapins, lièvres, renards, sangliers, couleuvres ou vipères.

SUR LES HAUTEURS

RANDONNÉES ET VOYAGES À PIED

v o t r e r a n d o c o m m e n c e i c i . . .