

SUR LES HAUTEURS

RANDONNÉES ET VOYAGES À PIED

v o t r e t r e k c o m m e n c e i c i . . .

LA RESERVE DU NÉOUVELLE ET SES LACS

Randonnées accompagnées, en étoile de niveau Moyen

Séjour 7 jours, 6 nuits, 5 jours de randonnée

En hôtel ***, avec piscine, en chambre Twin ou en Single

				Saison					Départ garanti 	
1 Chaussure	Hôtel ***	En étoile	Portage de vos affaires de la journée	J	F	M	A	M	J	A partir de 4 personnes
				J	A	S	O	N	D	



La réserve du Néouvielle, est un massif granitique d'une grande beauté, avec une multitude de lacs bleus et verts où se reflètent les sommets environnants.

Dans cet univers paradisiaque, notre séjour, vous dévoilera les plus beaux lacs de ce secteur, avec leurs facettes cachées.

Une magnifique semaine de randonnée, à la découverte de cette montagne somptueuse, parsemée d'innombrables reflets bleus, verts et émeraude...

NOS POINTS FORTS

- un séjour Découverte tranquille, de magnifiques lacs glaciaires, au départ d'un hôtel *** avec piscine, au centre de St Lary
- la Réserve du Néouvielle, avec pas moins de 300 lacs glaciaires, un itinéraire beau
- Un hébergement avec une restauration de qualité

DATES 2024 : Du Dimanche au Samedi

02/06 au 08/06/2024	30/06 au 06/07/2024 *	04/08 au 10/08/2024 *	01/09 au 07/09/2024
09/06 au 15/06/2024	07/07 au 13/07/2024 *	11/08 au 17/08/2024 *	08/09 au 14/09/2024
16/06 au 22/06/2024	21/07 au 27/07/2024 *	18/08 au 24/08/2024 *	15/09 au 21/09/2024
23/06 au 29/06/2024	28/07 au 03/08/2024 *	25/08 au 31/08/2024 *	22/09 au 28/09/2024

TARIFS :

955 € par personne

Single : + 200 € par personne

1035 € par personne *

Single : + 220 € par personne *

Tarif Nuit supplémentaire en demi-pension en Twin BS : 80 €

Tarif Nuit supplémentaire en demi-pension en Twin HS : 95 €

Tarif Nuit supplémentaire en demi-pension en Single BS : 100 €

Tarif Nuit supplémentaire en demi-pension en Single HS : 120 €

LE TARIF COMPREND :

- l'encadrement par un accompagnateur en montagne,
- l'hébergement en pension complète du midi du jour 1 au jour 7 avec le petit déjeuner,
- les transferts quotidiens de l'hôtel au départ des balades,
- les transferts A/R de la gare de Lannemezan,
- la taxe de séjour.

LE TARIF NE COMPREND PAS :

- les boissons,
- 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.

RÉGLEMENT :

A l'inscription : Acompte de 30 % du prix du séjour

Un mois avant le départ : Le solde sans appel de notre part

Chèques vacances acceptés et paiement par carte bancaire possible

LES ASSURANCES :

Nous vous proposons 3 formules d'assurances :

Assurance Annulation + bagages + extension pandémie et épidémie (**3,4%** du montant du séjour).

Assurance Assistance Rapatriement + RC + pandémie et épidémie (**2%** du montant du séjour).

Assurance Multirisques : Annulation, Assistance Rapatriement, bagages, Retard transport + interruption séjour + extension pandémie et épidémie : (**4,8%** du montant du séjour).

Si vous avez votre assurance, il nous faudra une photocopie de votre attestation.

Déroulement du séjour

Jour 1 : RDV GARE DE LANNEMEZAN À 17h ou ST LARY À VOTRE HÔTEL POUR 18h

Gare SNCF de Lannemezan et ensuite transfert en bus privé au cœur de la ville de St Lary Soulan.

Présentation du séjour avec votre accompagnateur autour d'un apéritif.

Nuit en hôtel ***

Jour 2 : LAC AUBERT



Le célèbre Pic du Néouvielle plonge directement ses flancs dans le lac d'Aubert, que nous longerons par le Nord-ouest avant de nous élever vers la Hourquette d'Aubert qui offre un superbe panorama sur les lacs du Néouvielle et la vallée opposée. La haute-montagne est à deux pas !

4h30 de marche et 250 m de dénivellée positive et négative
Nuit en hôtel ***

Jour 3 : LAC OREDON



Au départ du lac d'Orédon, le premier lac de barrage construit en France, nous prendrons de la hauteur à travers une belle forêt de pins pour admirer ses eaux turquoise. Au sortir de la forêt, après avoir observé de belles tourbières, nous longerons les trois magnifiques laquettes, petits lacs d'altitude aux eaux poissonneuses et abritant une flore rare...

4h de marche et environ 350 m de dénivellée positive et négative
Nuit en hôtel ***

Jour 4 : VALLÉE DU BADET



En remontant cette vallée verdoyante adjacente au Néouvielle, au pied de grands sommets majestueux, nous aurons à coup sûr la chance d'observer de jolies marmottes qui se dorment au soleil. Les vautours et gypaètes sont aussi souvent au rendez-vous. Pour le pique-nique, nous dégusterons au bord du lac, le fromage de montagne que nous aurons acheté à la cabane de berger.

4h30 de marche et 290 m de dénivellée positive et négative
Nuit en hôtel ***

Jour 5 : LES LACS DE BASTAN



Au départ du Col de Portet, encouragés par les marmottes, nous emprunterons un sentier en balcon qui nous permettra d'admirer de superbes panoramas sur le Pic du Néouvielle et le lac de l'Oule, avant de découvrir les eaux bleues et pures des enchanteurs lacs de Bastan et son petit refuge où la fameuse tarte aux myrtilles nous fait de l'œil !

4h de balade, 350 m en positif et négative
Nuit en hôtel ***

Jour 6 : LES LACS ESTIBÈRE



Ce grand lac aux eaux claires et transparentes est campé dans un bel écrin de haute-montagne, bordé de pins à crochets. Après l'avoir longé, nous grimperons ensuite au col d'Aumar qui nous permettra de basculer sans difficulté à la rencontre du vallon d'Estibère, où il n'est pas rare d'observer l'endémique euprocte ou des plantes carnivores protégées....

4h de marche et environ 300 m de dénivellée positive
*Nuit en hôtel ****

Jour 7 : FIN

Fin du séjour, après le petit déjeuner.

Transfert en minibus à la gare SNCF de Lannemezan pour 11h.

A NOTER






Indépendamment de sa volonté, votre guide peut être amené à modifier quelque peu les journées indiquées au programme en fonction des conditions météo et de la forme des participants.

Info séjour

NIVEAU : 1 CHAUSSURE

Pour marcheurs pratiquant déjà la randonnée, avec des dénivelées positives d'environ 250 à 400 mètres.

Etapas de 3 à 4h30 de marche environ, sur sentier tracé et entretenu en montagne, mais en règle générale aucune technique, ni difficulté sur le circuit.

	NIVEAU	Dénivelé	Temps de marche
	1	Jusqu'à 400 m	4 à 5h
	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 +

PORTAGE :

Portage dans votre sac à dos de vos affaires personnelles ainsi que de votre pique-nique.

GROUPE :

Groupe constitué de 4 personnes minimum à 8 personnes maximum.

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.

DÉPLACEMENT :

En minibus privé, pour tous les transferts hôtel – départ des randonnées.

Merci de préciser dès votre inscription, si vous arrivez en train ou en véhicule, afin de mettre en place le transfert en minibus.

HÉBERGEMENT :

En hôtel ***, dans un authentique village de montagne, avec une piscine.

Chambre avec salle de bain et TV écran plat.

Il y a également une piscine, dans cet hôtel.

REPAS :

Pension Complète pendant toute la durée du séjour, petit-déjeuner et dîner pris au restaurant.

- Les pique-niques sont préparés par votre accompagnateur sous forme de salades composées à base de produits locaux. Equilibrées et variées, elles sont complétées par du fromage, un fruit et une gourmandise chocolatée.

(Le pique-nique n'est pas compris pour les personnes ne désirant pas participer à une journée de randonnée)

RENDEZ -VOUS : RDV à la gare SNCF de Lannemezan pour 17h et ensuite transfert en minibus au cœur de la vallée de St Lary.

Pour ceux qui viennent en véhicule, RDV directement à notre hôtel pour 18h, où vous trouverez un parking.

DISPERSION : le samedi suivant après le petit déjeuner. Transfert à la gare de Lannemezan vers 10h30.

ARRIVÉE LA VEILLE OU PROLONGER VOTRE SÉJOUR :

Si vous souhaitez arriver la veille de votre séjour où tout simplement prolonger de quelques jours vos vacances, vous avez la possibilité d'être hébergés aux hôtels suivants à Montréjeau :

HÔTELS À LANNEMEZAN

HOTEL DE LA GARE

269 Avenue de la Gare, 65300 Lannemezan

Tél : 05 62 98 00 10

HOTEL DE LA DEMI LUNE**

462 Route de Toulouse 65300 Lannemezan

Tel : 05 62 98 33 33

HÔTELS À ST LARY SOULAN

HOTEL AURELIA ** :

65170 Saint-Lary-Soulan

Tel : 05 62 39 56 90

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.

Cependant les rappels du tétanos sont néanmoins conseillés.

SAVOIR VIVRE ET RESPECT DE L'ENVIRONNEMENT :

Quelques règles de bonne conduite à connaître :

- Ne laisser aucun déchet errer dans la montagne, emportez toujours vos poubelles jusqu'au refuge.
- Respecter les fleurs sauvages, ne pas les cueillir. Préférer les photographier ou les dessiner.

Nécessaire et Indispensable

ÉQUIPEMENT INDIVIDUEL À PRÉVOIR :

Pour l'hôtel

- Un sac ou une valise pour vos affaires des 7 jours
- Vos affaires de rechange
- Une trousse de toilettes
- Une paire de chaussures légères pour le soir
- Un maillot de bain
- 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
- 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)
- Couverture de survie
- 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

En vous souhaitant un agréable séjour dans nos Pyrénées...

Si nous n'avons pas entièrement répondu à toutes vos questions sur ce voyage :

- appelez nous au : 05 61 97 66 04
- Un e-mail à : info@surleshauteurs.com
- Ou bien un courrier à :

SUR LES HAUTEURS
RANDONNÉES ET VOYAGES À PIED
v o t r e t r e k c o m m e n c e i c i . . .

23, Rue Gambetta
31390 CARBONNE
TEL : 05 61 97 66 04
www.surleshauteurs.com
info@surleshauteurs.com

Agence de voyage N° IM031170004
SARL Sur Les Hauteurs au capital de 15 000€
R.C.P : MMA entreprise, MMA BP27 69921 OULLINS
Garantie financière : Groupama caution
Code APE : 9329 Z SIRET : 828 692 442 000 19
TVA intracommunautaire : FR27828692442