

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 . . .

CARAV'ÂNES ITINÉRANTE EN HAUTE ARIÈGE

Séjour encadré par un accompagnateur, en itinérance en compagnie des ânes

Séjour 6 jours, 5 nuits dans des hébergements différents, 5 jours de marche

				Saison	Départ garanti 
1 à 2 chaussures	En hôtel, bivouac et refuge	En itinérance	Portage de vos affaires personnelles pour la journée. Les ânes portent les affaires pour la semaine	Juillet et Août	A partir de 6 personnes



Pour de belles vacances en famille, nous avons choisi la vallée **d'Ax les Thermes** et la compagnie des ânes pour parcourir ce petit pays **d'Ariège**.

Une semaine riche pour découvrir, connaître, apprendre et explorer le milieu naturel avec un **accompagnateur en montagne** et nos amis à grandes oreilles.

Un parcours en moyenne montagne adapté aux enfants, avec des paysages variés, de belles forêts et des petits villages typiques avec **la chaîne Pyrénéenne** en toile de fond.

Tous les soirs, un hébergement différent : un bivouac en plein air avec l'incontournable feu de camp, l'accueil chaleureux d'un refuge de montagne...

La présence d'un **âne**, animal doux et attachant, est une manière originale de découvrir cette région. Des vacances qui vous laisseront assurément de bons souvenirs.

NOS POINTS FORTS

- Un parcours facile et adapté pour les enfants
- Un bivouac aménagé en pleine montagne
- La variété des hébergements : hôtel, bivouac aménagé et refuge en montagne
- Les connaissances sur le milieu naturel, apportées par un professionnel

DATES : du Dimanche au Vendredi

07/07 au 12/07/2024
14/07 au 19/08/2024

21/07 au 26/07/2024
28/07 au 02/08/2024

04/08 au 09/08/2024
11/08 au 16/08/2024
18/08 au 23/08/2024

TARIFS

755 € par adulte

695 € par enfant de 7 à 12 ans

+ 140 € par famille, si 4 transferts privés avec notre partenaire local, pour ceux qui ne sont pas véhiculés.

LE TARIF COMPREND :

- l'encadrement par un accompagnateur en montagne diplômé d'Etat et connaissant le comportement des ânes,
- les ânes + leurs bâts,
- la taxe de séjour,
- la pension complète du jour 1 au jour 6,
- tous les pique-niques du jour 2 au jour 6,
- le goûter tous les jours,
- la taxe de séjour

LE TARIF NE COMPREND PAS :

- les boissons avant, pendant et après les repas,
- les dépenses personnelles,
- l'assurance.

RÈGLEMENT :

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

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.

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

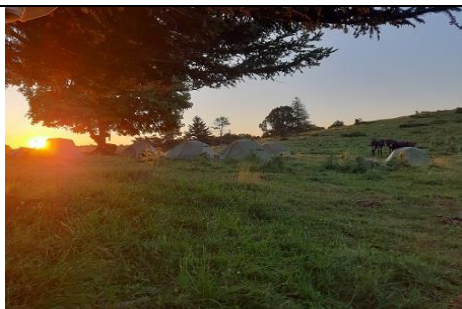
Jour 1 : ACCUEIL ET RENCONTRE À L'ASINERIE



Accueil sur le parking de la gare SNCF d'**Ax les Thermes** pour **16h00** et installation rapide à votre hébergement. Puis, nous filerons vers la ferme pour rencontrer celui ou celle qui nous mettra à disposition tout le matériel nécessaire pour équiper un âne et qui nous donnera toutes les infos pratiques. Nous récupérerons également les sacs à dos afin de préparer nos affaires pour la semaine à venir.

Nuit et repas en hôtel

Jour 2 : DE UNAC AU PLATEAU DES 7 CASES



Une belle première étape au départ de **Unac** en passant par le village de **Caussou** et qui se termine au **Pla de 7 cases**. Ce joli plateau de moyenne montagne, niché à 1500 m nous offrira un merveilleux endroit pour installer notre bivouac. *(Plus de détails sur le bivouac, consultez le paragraphe hébergement *).*

5h30 de marche et environ 750 m de dénivelé. Nuit en tente en bivouac aménagé.

Jour 3 : DU PLA DES 7 CASES JUSQU'À COMUS



Nous continuerons ce périple par la traversée du plateau jusqu'au **col de la Gardie**.

Puis, une belle descente en forêt avant de rejoindre Comus, petite village typique du **pays de Sault** pour notre étape du soir.

Environ 5h00 de marche et 200 m de dénivelé positif et 500 m en négatif. Nuit sous tente avec douche et sanitaire dans le gîte. Repas au restaurant.

Jour 4 : COMUS / COMUS



Aujourd'hui, nous irons nous balader vers **Camurac** par le col de Boum qui offre, avec un peu de chance une jolie vue sur le **château de Montségur** puis nous redescendrons sur le village de Comus.

4h00 de marche et 200 m de dénivelé positif et négatif. Nuit sous tente avec douche et sanitaire dans le gîte. Repas au restaurant.

Jour 5 : DE COMUS JUSQU'AU REFUGE DU CHIOULA



Après avoir bâti notre âne, nous partirons pour une nouvelle étape, nous naviguerons entre estives et forêts pour rejoindre le sympathique **refuge du Chioula** où un accueil chaleureux vous sera réservé.

Environ 5h de marche et 500 m de dénivelé positif et 200 m en négatif.

Nuit en refuge

Jour 6 : DU REFUGE DU CHIOULA À UNAC



C'est par un sentier de crêtes offrant un superbe panorama sur les **sommets Ariégeois**, que nous finirons ce séjour afin de ramener nos amis les ânes, pour un repos bien mérité...

5h00 de marche pour 100 m de dénivelé positif et 900 m en négatif.

FIN DU SÉJOUR VERS 16h00






À NOTER

Indépendamment de sa volonté, votre guide qui connaît parfaitement ce séjour et le terrain peut être amené à modifier quelque peu le programme indiqué en fonction des conditions météorologiques, du niveau et de la forme des participants ou d'autres impondérables. Il adaptera le rythme de marche sur celui des enfants et, bien sûr sur celui des ânes !

Info séjour

NIVEAU : 1 à 2 CHAUSSURES

Pour des familles avec des enfants à **partir de 7 ans**, pratiquant déjà la randonnée ou des activités sportives. Les randonnées en montagne sont programmées sur la journée, sur des terrains non accidentés avec des dénivelés positifs d'environ 500 mètres (hormis le jour 2)
Étapes de **4h00 à 5h30** en moyenne, sur des sentiers bien tracés et entretenus.

	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 à la journée, de votre sac à dos avec le pique nique et de l'eau.

Les ânes portent vos affaires pour toute la semaine. Ils peuvent porter maximum **40 kg**, il y aura donc un âne pour une famille de **4 personnes** (2 adultes et 2 enfants).

GROUPE :

De 6 personnes à 14 personnes.

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.

HÉBERGEMENT :

- Dans un **bel hôtel familial **** avec des chambres familiales de 3 et 4 personnes, avec salle de bain pour la première nuit.

- En **tente de 2 personnes** pour la nuit 2 + 3 + 4.

**Le bivouac en pleine nature est un moment privilégié. Nous mettrons à votre disposition une tente facile à monter, avec de vrais matelas épais de 10 cm, une douche solaire, ainsi que tout le nécessaire et la logistique pour le repas du soir. Nous vous demandons d'amener vos propres duvets qui seront transportés le lendemain matin par véhicule à l'étape suivante. Quoiqu'il en soit, votre accompagnateur sera là pour vous aider et vous donner tous les bons « tuyaux » pour que cette nuit à la belle étoile se passe pour le mieux...*

- En **refuge gardé**, en dortoir de 4 à 10 personnes pour la nuit 5.

REPAS :

En pension complète.

Petit déjeuner et repas du soir pris dans les différents hébergements.

Le pique nique est préparé par nos hôtes et récupéré tous les matins avant de partir.

Nous n'oublierons pas les gouters pour les enfants...

Repas du jour 2, avec entrée, grillades, fromage et fruits, sans oublier les chamallows grillés...

RENDEZ -VOUS : le dimanche à **16h00**, sur le parking de la gare **SNCF d'Ax les Thermes**.

DISPERSION : le vendredi suivant après la randonnée, aux alentours de **16h00**, à **Ax les thermes**.

DÉPLACEMENT ET TRANSFERT :

Le véhicule personnel reste préconisé.

Cependant, si vous ne possédez pas de véhicule, nous avons la possibilité de mettre en place ces transferts privés.

Pour les familles sans véhicule, nous pouvons mettre en place avec un transporteur privé local, les 4 transferts prévus pour ce séjour, avec un supplément de **+ 140 €** par famille.

Transfert jour 1 : Aller & Retour depuis Ax, sur l'asinerie pour préparation du séjour et conseils

Transfert jour 2 : Aller sur l'asinerie pour début du séjour

Transfert jour 6 : Retour de l'asinerie sur Ax les thermes

SAVOIR VIVRE ET RESPECT DE L'ENVIRONNEMENT :

Quelques règles de bonne conduite à connaître :

- Ne laisser aucun déchet errer dans la montagne, remportez toujours vos poubelles jusqu'à votre hébergement.
- Respecter les fleurs sauvages, ne pas les cueillir. Préférer les photographier ou les dessiner...

Tout savoir sur nos amis, les ânes...

Sobre, courageux, tonique et agile en montagne, l'**âne des Pyrénées** a été largement utilisé dans le passé pour le travail de la terre et le transport en montagne. Sur nos petites terrasses aux terres légères, il suffisait pour le travail des familles les plus pauvres. Il n'avait pas son pareil pour parcourir les sentiers caillouteux qui reliaient les villages. Il transportait le bois et le foin et tirait la charrette pour aller à la ville.

Ce sont ces mêmes qualités qui rendront votre randonnée agréable.

Sa robe est unie, noire ou brun foncé, son nez, son ventre et le tour des yeux sont blancs. Le poil est court, les aplombs fins.

Ils sont destinés à porter vos bagages et éventuellement vos jeunes enfants, sous votre responsabilité et sur certains tronçons d'itinéraire. Quand il porte un enfant sur le dos, l'âne doit être en permanence tenu à la longe par un adulte.

Les itinéraires proposés permettent le passage des ânes mais dans toute la zone de Haute Montagne, leur progression est assez difficile (sentiers caillouteux, etc.). Sachez donc qu'avoir un âne ne vous permet pas d'aller plus vite. Au contraire, cela vous ralentira parfois.

Leur équipement : Chaque âne est muni d'un licol, d'une longe, d'un bât en bois et de 2 grands sacs à dos accrochés de chaque côté du bât.

Il peut porter **40 kg**, soit les bagages de 2 à 3 randonneurs.

La charge doit être parfaitement équilibrée (20 kg de chaque côté) afin d'éviter de l'épuiser ou de le déséquilibrer.

Nourriture de l'âne et nuit : Si vous dormez en hébergement, un parc est aménagé pour les ânes près de chacun d'eux. Pour la nuit en bivouac, nous vous fournissons un parc de randonnée composé de piquets en fibre de verre, très légers, d'un fil de clôture et d'un électrificateur de rando, gros comme une lampe de poche.

Ainsi l'âne ne s'échappe pas et peut manger correctement de l'herbe pendant la nuit. Sur tous les itinéraires, les ânes trouveront de l'eau en cours de journée pour s'abreuver.

Pensez à broser votre âne : La meilleure façon de s'occuper d'un âne reste de le broser tous les soirs. Ils n'aiment pas être mouillés, c'est pourquoi il n'est pas nécessaire de les laver avec un jet d'eau ou de leur faire prendre un bain. Il suffira de les broser...

Nécessaire pour votre séjour

ÉQUIPEMENT INDIVIDUEL À PRÉVOIR :

Pour les hébergements :

- Un sac ou une valise pour vos affaires des 6 jours (*Des sacs adaptés seront fournis pour le portage par les ânes*)
- Vos affaires de rechange
- Une trousse de toilettes / une serviette microfibre
- Une paire de chaussures légères pour le soir
- **Un duvet**
- Une lampe frontale

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
- 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 3 ou 4
- Une boîte avec un couvercle hermétique (type Tupperware) pour le pique-nique
- Une gourde
- 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 en Famille 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