

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 . . .

RANDO AU PIED DU PIC DU MIDI DE BIGORRE

Randonnées accompagnées, en étoile, à partir d'un hôtel ***, situé dans la vallée de Campan, au calme

Séjour 7 jours, 6 nuits

La vallée de Campan, qui s'étire lentement depuis la jolie ville thermale de Bagnères-de-Bigorre jusqu'aux mythiques cols d'Aspin et du Tourmalet, nous propose un large éventail de randonnées, sous le regard du magnifique Pic du Midi de Bigorre, célèbre pour son observatoire astronomique et son téléphérique vertigineux. La vallée est restée l'un des hauts-lieux du pastoralisme, les estives vertes et fleuries offrant un goût incomparable au lait et à la viande produits. Le beurre de Campan était autrefois exporté jusqu'à Toulouse ! Au cours de nos randonnées, nous découvrirons de nombreux vestiges de ce lointain passé : anciens villages de bergers (les "courtaous"), ingénieux systèmes de conservation du lait (puits à glace, leytés)... Campan est aussi célèbre pour ses carrières de marbre de couleur (rouge, vert, blanc et roses entremêlés) qui fut exporté jusqu'à Versailles et au Vatican.

La vallée se sépare en deux et s'élève plus rapidement à partir de Sainte-Marie de Campan, donnant accès à de superbes lacs (Cadérolles et Gréziolles) ou des panoramas grandioses (Pla de Las Pénès, Pla de l'Arcouade, Plo del Naou... Des lieux riches en faune (Isards, vautours, gypaètes). Nos itinéraires permettront de passer des basses vallées chatoyantes jusqu'au domaine de la haute montagne, pour le plus grand plaisir des yeux !"

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 : RDV

RDV en garde de Bagnères de Bigorre vers 17h.
Transfert à notre hôtel. Présentation du séjour.

Jour 2 : LE MONNE

Dominant la jolie ville thermale de Bagnères-de-Bigorre, le Monné était à juste titre une randonnée prisée des romantiques de la Belle-Epoque : après un joli parcours en forêt, des parterres de fleurs multicolores et la vue du sommet, face au Pic du Midi, nous feront rapidement oublier les efforts de la montée. Les vautours y sont souvent au rendez-vous.

5h de marche et environ 680 m de dénivelée positive et négative. Nuit en hôtel

Jour 3 : COURTAOU DE TEILHET

Au départ du joli village de Campan, nous nous élevons à travers des forêts de buis, clairières puis forêts de hêtres. En chemin, nous aurons l'occasion d'examiner les Leytés, l'ancêtre de nos frigos, qui servaient à conserver le lait produit en montagne. Le courtaou du Teilhet est tout proche, ainsi que son célèbre puits à glace. Pique-nique et redescende sur Campan.

4h30 de marche et environ 650 m de dénivelée positive et négative. Nuit en hôtel.

Jour 4 : ARTIGUES

Au départ du petit village d'artigues, nous cheminons le long de l'Adour d'Arizes, passant par les cabanes de Tramezaïgues et Pont des Vaquès. Arrivés à la Cabane d'Arizes, une petite halte s'impose avant d'attaquer la montée jusqu'au lac d'Arizes, dominé de très près par le Pic du Midi. Pique-nique au bord du lac. Descente par l'autre rive jusqu'au pont des Vaquès.

5h30 de marche et environ 450 m de dénivelée positive et négative. Nuit en hôtel

Jour 5 : PLA DE L'ARCOUADE ET LAC D'ARROU

Cette randonnée sur les estives des Quatre Véziaux, chargées d'histoire, nous mènera à un superbe belvédère sur la vallée de Payolle, le Pla de l'Arcouade. De nombreux vautours nous survoleront,

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 . . .

ainsi peut-être que le magnifique Gypaète barbu. Sur le chemin du retour, sous le regard des marmottes, nous irons admirer le joli petit lac d'Arrou, niché au pied de l'imposant Pic d'Abizon

5h de marche, 550 m de dénivelée positive et négative. Nuit en hôtel.

Jour 6 : SIGNAL DE BASSIA

Au départ du col de Beyrède, nous entamerons une montée à travers de belles forêts de hêtres, remplacés peu à peu par des sapins. Nous arrivons au Cap de Paou, petit col qui nous permet de prendre la longue arête et de rejoindre le Signal de Bassia. La vue est somptueuse durant le parcours : Au nord, nous dominons les Baronnies et le plateau de Lannemezan, au sud le Pic d'Arbizon, le Pic du Midi et la Vallée de Campan.

5h30 de marche et environ 550 m de dénivelée positive et négative.

Jour 7 : FIN

Fin de nos prestations vers 10h, après le petit déjeuner.

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 à la gare de Bagnères de Bigorre à 17h.

DISPERSION

Le samedi en gare de Bagnères de Bigorre vers 10h.

FORMALITES

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

NIVEAU

MOYEN

Pour marcheurs moyens, pratiquant déjà la randonnée, avec des dénivelées positives d'environ 400 à 550 mètres.

Etapas de 4h30 minimum en moyenne, sur terrain facile enneigé en montagne, mais en règle générale aucune technique ni difficulté sur le circuit.

SANTE :

Aucun certificat de vaccination n'est exigé pour les voyageurs.
 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.
 Etre à jour de ses vaccinations. Cependant les rappels du tétanos et de la typhoïde sont néanmoins conseillés

HEBERGEMENT

HEBERGEMENT :

Dans un bel hôtel familial ***, dans un village authentique, en montagne

REMISE EN FORME : BALNEO

Centre de balnéo unique dans les Hautes-Pyrénées, Aquensis est un joyau architectural où le corps 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 . . .

l'esprit s'abandonnent sans retenue...Le bois, le marbre pyrénéen et la lumière sont autant d'éléments naturels qui servent d'écrin à l'Espace Détente.

Nos eaux thermales qui soignent depuis l'Antiquité sont riches en oligo-éléments et particulièrement en calcium, magnésium et sulfates. Elles possèdent des vertus antalgiques, décontractantes et relaxantes. Extraite par forage à une température de 50°C, l'eau thermale est refroidie par un système évitant tout mélange et arrive donc à l'état naturel dans les bassins d'Aquensis.

Nos cabines de Massages, Balnéo, soins visage ou corps vous accueillent dans une ambiance boisée et raffinée. L'Espace Bien-Etre surplombe le grand bassin d'eau thermale offrant un point de vue unique sur l'incroyable voûte de bois naturel, véritable signature d'Aquensis. Prolongé par de magnifiques salons 19ième et une terrasse plein sud, ce lieu vous invite au calme pour une expérience de détente et de bien-être intense.

Jour 2 : accès 2h à l'espace détente + prêt du linge

Jour 4 : accès 2h à l'espace détente + prêt du drap de bain

Jour 6 : accès 2h à l'espace détente + prêt du drap de bain

REPAS :

Pension Complète pendant toute la durée du séjour, petit déjeuner et dîner pris à l'hôtel, sous forme de repas typiques locaux, toujours à base de produits frais locaux.

Les repas du midi seront préparés par nos hôtes et pris le matin avant le départ.

ENCADREMENT

Par un accompagnateur en montagne connaissant bien le massif et son parcours.

DOSSIER DE RANDONNEE

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.

L'ASSURANCE :

Nous vous proposons 3 formules d'assurances :

Assurance Annulation (2,5% du montant du séjour).

Assurance Frais de Recherche et Secours, Assistance Rapatriement, Interruption de Séjour (2% du montant du séjour).

Assurance Multirisques Annulation, Frais de Recherche et Secours, Assistance Rapatriement,

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 . . .

Interruption de Séjour + extension COVID : (4,30% du montant du séjour).

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

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.

GROUPE

Groupe constitué de 5 personnes minimum à 12 personnes maximum.

TRANSFERTS INTERNES

En minibus pour le transfert aller et retour (gare / début de la randonnée).

Transferts tous les jours, afin de rayonner autour de notre camp de base, fixé, au cœur d'un authentique village de montagne, pour découvrir la grande richesse et variété de ces vallées lacustres.

Notre groupe pourra se composer de 12 personnes maximum, avec un défraiement pour les personnes qui voudront bien prendre leur véhicule durant le séjour.

Aucun risque de laisser les véhicules sur les parkings des départs des randonnées, pour la journée.

Court transferts tous les jours.

PORTAGE DES BAGAGES

Portage de vos affaires personnelles de la journée. Vos affaires restent à l'hôtel pendant le séjour.

Le matin, nous prendrons le repas froid du midi avant de quitter notre hôtel de charme.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Liste du matériel

ÉQUIPEMENT INDIVIDUEL À PRÉVOIR : (Liste non exhaustive)

La météo peut vite changer en montagne. Un équipement adéquat vous permettra de passer ce séjour dans les meilleures conditions.

Pour l'hôtel

- Un sac ou une valise pour vos affaires des 7 jours
- Vos affaires de rechange
- Une trousse de toilettes

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 . . .

- Un maillot de bain
- 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
- Une doudoune légère ou une micropuff
- 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
- 1 paire de 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...

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 . . .

- 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 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*)
- Un briquet
- 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
- Aspirine / Paracétamol
- Un antiseptique
- Médicament antalgique (douleurs et fièvre), anti diarrhéique, anti-inflammatoire et un antispasmodique
- Pansements et double peau type Compeed.

Petits conseils et astuces : vos affaires de rechange, classez-les et ranger-les dans des poches plastiques afin de mieux les protéger de la poussière ou autre durant votre séjour.

SAC A DOS pour la journée :

Prévoir un sac à dos confortable de 30 à 40 litres pour vos effets de la journée (un vêtement chaud, une cape de pluie, une gourde, une boîte et des couverts personnels pour le pique-nique du midi, protection solaire et papiers d'identité) et un peu de place pour nous aider à transporter le pique-nique et des encas.

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

DATE :

12/06 au 18/06/2022

19/06 au 25/06/2022

03/07 au 09/07/2022*

10/07 au 16/07/2022*

17/07 au 23/07/2022*

31/07 au 06/08/2022*

07/08 au 13/08/2022*

14/08 au 20/08/2022*

04/09 au 10/09/2022

11/09 au 17/09/2022

18/09 au 24/09/2022

TARIFS :

	Basse saison	Haute saison *
Avec Balnéo	955 €	995 €
Sans Balnéo	855 €	895 €

Supplément chambre individuelle : + 180 €

LE PRIX COMPREND

- la pension complète du premier jour au dernier jour après le petit déjeuner,
- le transfert de la gare jusqu'au point de départ (Aller/Retour),
- 3 entrées au centre Aquensis en option,
- courts transferts, tous les jours, matins et soirs,

LE PRIX NE COMPREND PAS

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 boissons avant, pendant et après les repas, (sauf pour la soirée du réveillon),
- les assurances,

DESCRIPTION

Contenu de description

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 . . .

NOS POINTS FORTS

DESCRIPTION

- Un circuit tout en étoile pour plus de confort dans un cadre exceptionnel, au pied du Pic du midi de Bigorre,
- Des étapes différentes tous les jours dans cette belle vallée ouverte,
- Un bel hôtel ***, au calme, avec un immense parc