

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 . . .

LES PLUS BELLES RANDONNÉES EN SIERRA DE GUARA

Randonnées accompagnées, en étoile, à partir d'un hôtel familial avec piscine extérieure, pour découvrir les plus beaux sites de randonnées dans la Sierra de Guara

Séjour 7 jours, 6 nuits, 6 jours de randonnée

En hôtel familial, sur la base de 2 personnes par chambre, avec piscine extérieure

				Saison			Départ garanti 			
2 Chaussures	Hôtel avec piscine extérieure	En étoile	Portage de vos affaires personnelles pour la journée	J	F	M	A	M	J	A partir de 4 personnes
				J	A	S	O	N	D	



Au cœur de l'Aragon flamboie le merveilleux massif de la Sierra de Guara. Ces montagnes culminent à plus de 2000 mètres et revêtent à distance une apparence débonnaire drapée de verdure. Ce circuit semi-itinérant permet de découvrir le véritable caractère de ce joyau taillé dans la masse calcaire. Au fil des millénaires, l'eau a sculpté la roche et créé des splendeurs à la fois cachées et grandioses.

Ici l'Homme a élu domicile depuis la Préhistoire, jalonnant le sauvage territoire de grottes ornées de peintures rupestres, d'ermitages solitaires et de nombreux villages. Allant d'Alquezar, magnifique et chargé d'histoire et de vie, à Otin, abandonné à l'usure du temps avec pour seuls gardiens les éternels maîtres des lieux, les vautours fauves.

Nul doute qu'il y aura toujours le regard perçant d'un de ces rapaces immenses pour surveiller votre

baignade providentielle et rafraîchissante dans l'eau turquoise d'un Rio !

DATE : Du dimanche au samedi

31/03 au 06/04/2024	28/04 au 04/05/2024	23/06 au 29/06/2024	01/09 au 07/09/2024
07/04 au 13/04/2024	05/05 au 11/05/2024	07/07 au 13/07/2024	15/09 au 21/09/2024
21/04 au 27/04/2024	12/05 au 18/05/2024	21/07 au 27/07/2024	29/09 au 05/10/2024
	19/05 au 25/05/2024	04/08 au 10/08/2024	06/10 au 12/10/2024
	26/05 au 01/06/2024	11/08 au 17/08/2024	

TARIFS :

875 € par personne

945 € par personne (*juillet et aout*)

Single : **150 €** par personne

LE TARIF COMPREND

- L'encadrement par un accompagnateur en montagne,
- L'hébergement en pension complète du midi du jour 1 au jour 7 le matin,
- Les transferts A/R de la gare avec notre minibus de 8 personnes,
- 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.

REGLEMENT :

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.

FIDELITE

Nous vous offrons une réduction de 4% dès votre 3^{ème} voyage ou séjour dans les deux années civiles qui suivent la date du départ de votre premier séjour.

REDUCTIONS SUR LE PRIX DU SEJOUR :

***5 mois avant** la date de départ, 4% (pour un montant inférieur à 1200 €) ou 50 € pour un montant supérieur à 1200 €).

***4 mois avant** la date de départ, 3% (pour un montant inférieur à 1200 €) ou 30 € pour un montant supérieur à 1200 €).

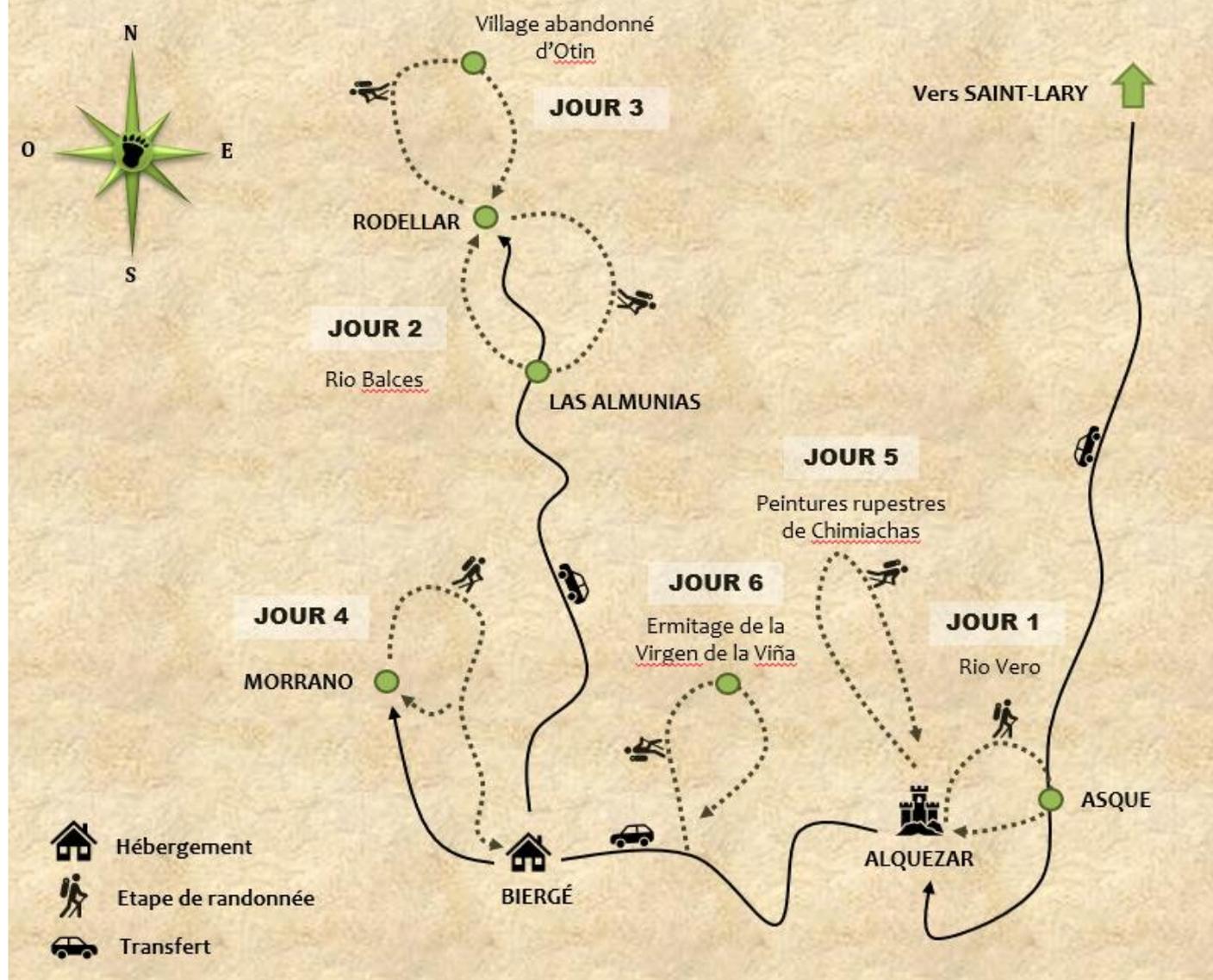
(NB : offre valable uniquement pour les séjours en individuel et non cumulable. Ne s'applique pas aux groupes, qui bénéficient déjà de tarifs spécifiques).

Nos Points forts

- une découverte de ce joyau pyrénéen, le Parc Naturel de la Sierra de Guara
- un espace protégé avec une flore et une faune exceptionnelle
- un hôtel familial avec une piscine extérieure et une bonne cuisine locale
- un circuit en étoile, empruntant des variantes pour se baigner dans l'après-midi

Votre Itinéraire

LES PLUS BELLES RANDONNÉES EN SIERRA DE GUARA - 7 J



Déroulement du séjour

Jour 1 : DECOUVERTE DU RIO VERO



Accueil en gare SNCF de Pau et transfert en Espagne. Contraste saisissant entre les 2 versants.

Découverte du village d'Alquézar et petite randonnée dans ce décor grandiose, pour aller voir le Rio Véro et ses parois. Baignade possible

Nuit en hôtel

2h30 de marche et environ 250 m de dénivelée positive

Jour 2 : LE RIO BALCES



Très belle étape sauvage, à travers des paysages gigantesques en passant par de superbes sentiers aériens permettant de jolis points de vue sur cette région.

Vous découvrirez tour à tour des paysages boisés au début de notre périple pour ensuite longer de superbes canyons et finir la journée au village de Las Almunias.

Baignade possible. Nuit en hôtel

5h30 de marche et environ 550 m de dénivelée positive

Jour 3 : LE VILLAGE ABANDONNE D'OTIN



Etape grandiose passant par le canyon du Mascun, décor spectaculaire, impressionnant, magie des grands canyons aux couleurs ocre, beauté sauvage de ces étendues arides.

Nous arrivons tranquillement sur un plateau avant d'aller faire la pause déjeuner, à l'ombre sur une belle prairie au village abandonné d'Otin. Là, nous verrons le ballet des vautours au vol impassible, véritables maîtres de ces lieux.

Nuit en hôtel

5h de marche et 600 m de dénivelée positive et 600 en négatif

Jour 4 : L'ŒUF DE MORANO



Au départ du village de Morano, une magnifique boucle passant au pied de cette belle falaise avant de plonger dans un canyon, pour la pause déjeuner. Ensuite, en fonction de la météo, nous pourrions, soit descendre dans ce canyon, soit continuer par un agréable sentier passant au-dessus de ce superbe canyon.

Baignade possible. Nuit en hôtel

5h de marche et 550 m de dénivelée positive et 450 en négatif

Jour 5 : PEINTURES RUPESTRES DE CHIMIACHAS



Aujourd'hui encore l'étape sera belle. Nous ferons le transfert vers le superbe village d'Alquézar pour aller découvrir de belles peintures rupestres perdues au fond d'un canyon, et passant par de beaux canyons vers le village de Biergé.

Baignade possible. *Nuit en hôtel*

5h30 de marche et 550 m de dénivelée positive et 550 m négatif

Jour 6 : VIRGEN DE LA VIGNA



Départ d'un joli village, pour aller visiter, la belle église de la Virgen de la Vigna, perdue, en pleine montagne... Ensuite, en fonction de la météo, descente dans un canyon, baignade possible. Sinon, nous retournerons au parking, en suivant un superbe sentier dans la garrigue, à travers des champs d'oliviers, d'amandiers, fleuris de superbes coquelicots étincelants.

Baignade possible. *Nuit en hôtel*

5h de marche et 550 m de dénivelée positive et 450 m négatif

Jour 7 : FIN

Retour en France par le col du Pourtalet, afin d'admirer le célèbre Pic du Midi d'Ossau. Pause pique-nique dans ce cadre magnifique.

Transfert sur la gare SNCF de Pau pour 15h

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.

Info séjour

NIVEAU : 2 CHAUSSURES

Pour marcheurs moyens, pratiquant déjà la randonnée, avec des dénivelées positives de 550 à 650 mètres.

Etapas de 5 à 6h de marche, sur sentier bien tracé et entretenu en montagne, avec quelques passages hors sentier, mais en règle générale aucune technique, ni difficulté sur le circuit.

A noter que la première journée est plus facile, avec seulement 3h30 de marche pour 300 mètres de dénivelé.

	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 de vos affaires personnelles de la journée.

Le matin, nous prendrons le repas froid du midi avant de quitter le gîte.

GROUPE :

De 4 personnes minimum à 8 personnes maximum.

ENCADREMENT :

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

HEBERGEMENT :

En hôtel confortable, en formule Twin ou Single, avec sanitaires dans chaque chambre, dans un petit hameau, tranquille.

Il y a une piscine privée dans cet hôtel familial. Très bonne cuisine locale.

PARKING :

Gratuit :

- Parking Rive du Gave : parking aérien à 800 mètres de la gare.
- Possibilité de laisser gratuitement la voiture au parking relais Catherine de Bourbon. Navette à 1 € par personne, qui vous dépose devant la gare.

Payant :

- Parking longue durée de la gare. Tarif : 55 € pour 6 jours.
- Parking Place de Verdun, proche du centre-ville. Tarif : 1,5 € la demi-journée, sauf le dimanche (gratuit).
- Parking gardé Clémenceau-Aragon, Boulevard Aragon- Square Georges V. 64000 Pau. Tél : 05 59 27 0579. (Compter environ 10 €/jour, 50€ 6 jours, 59€ 7 jours). Penser à réserver en téléphonant quelques jours avant, afin de connaître les modalités d'achat et de retrait de ces forfaits, car il n'y a pas de guichetier le dimanche.

ARRIVÉE LA VEILLE :

Nous vous recommandons les hôtels suivants, proches de la gare :

- **Hôtel Central à Pau.** Si vous venez de notre part, vous aurez un tarif préférentiel.

☎ 05 59 27 72 75

- **Hôtel Adour :** ☎ 05 59 27 47 41

- **Hôtel Bosquet :** ☎ 05 59 11 50 11

REPAS :

Pension complète pendant toute la durée du circuit, petit-déjeuner et dîner pris au restaurant.
Les repas du midi seront préparés par l'accompagnateur et pris le matin avant le départ.

RENDEZ -VOUS : le dimanche à la gare SNCF de Pau à 10h30

DISPERSION : le samedi suivant en gare de Pau vers 15h

SANTE :

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 et de la typhoïde sont néanmoins conseillés.

DEPLACEMENT :

En minibus pour le transfert France – Sierra de Guara.

Court transfert tous les jours, pour se rendre sur les sites des randonnées.

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 gîte.
- Respecter les fleurs sauvages, ne pas les cueillir. Préférer les photographier ou les dessiner.

Nécessaire et Indispensable

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
- 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
- Un maillot de bain et une serviette pour les éventuelles baignades

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 boîte avec un couvercle hermétique (type Tupperware) pour le pique-nique
- Couverts, couteau et gobelet
- Une gourde
- 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

En vous souhaitant un agréable séjour au cœur de la Sierra de Guara...

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