

# 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 . . .

## SÉJOUR PHOTO NATURE, EN VALLÉE D'AURE

Randonnées accompagnées, en étoile

Séjour 7 jours, 6 nuits, 6 jours de randonnée

En hôtel \*\*\*, 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	À partir de 4 personnes
				J	A	S	O	N	D	



Depuis plus de **25 ans**, nous proposons des randonnées dans les plus beaux sites des **Pyrénées** et nos clients peuvent en ramener, de magnifiques photos !

Mais ce n'est pas toujours le cas, faute de temps ou d'une maîtrise aléatoire de l'appareil photo ! Ce séjour est donc spécialement destiné pour prendre le temps de **photographier**, toutes les vues dont vous avez toujours rêvé sans savoir, où et comment les réaliser !

L'encadrement est fait par un **accompagnateur en montagne**, photographe et naturaliste passionné, qui vous emmènera sur les meilleurs « spots », judicieusement choisis, pour tirer les **plus beaux clichés** !

## NOS POINTS FORTS

- L'encadrement par un guide professionnel, photographe et naturaliste
- Les meilleurs « spots » pour les plus beaux clichés
- La diversité des photographies à prendre (paysage, faune, flore...)

### DATES 2025 : Du Dimanche au Samedi

Du 13/04 au 19/04/2025	Du 11/05 au 17/05/2025	Du 08/06 au 14/06/2025	Du 07/09 au 13/09/2025
Du 27/04 au 03/05/2025	Du 25/05 au 31/05/2025	Du 22/06 au 28/06/2025	Du 05/10 au 11/10/2025

### TARIFS :

**850 €** par personne

**Single : + 220 €** par personne

#### LE TARIF COMPREND :

- L'encadrement par un accompagnateur en montagne et photographe,
- L'hébergement en pension complète du midi du jour 1 au matin du jour 7,
- La taxe de séjour
- Tous les transferts en minibus

#### LE TARIF NE COMPREND PAS :

- Les boissons avant, pendant et après les repas du soir,
- Les dépenses personnelles,
- L'appareil photo,
- Les assurances.

## FIDÉLITÉ

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

#### RÉDUCTIONS SUR LE PRIX DU SÉJOUR :

**\*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).*

### 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.

### 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

### **LES ASSURANCES :**

Nous vous proposons 3 formules d'assurances :

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

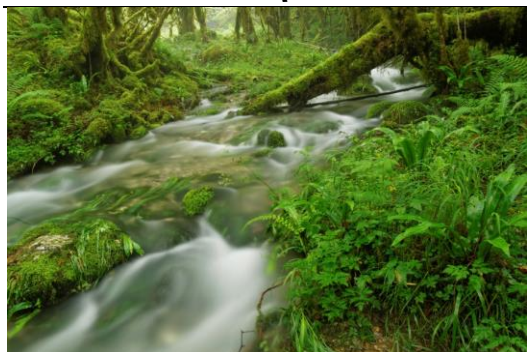
**Assurance Assistance Rapatriement** + RC + pandémie et épidémie (**2%** du montant du séjour).

**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 : LES TECHNIQUES DE BASE - GOURGUE D'ASQUE



Aussi appelée « **La petite Amazonie** », nous irons dans cette magnifique forêt, réviser les techniques de bases pour utiliser au mieux votre appareil photo (vitesse d'obturation, ouverture du diaphragme, **sensibilité ISO**, autofocus, focale, filtre) et mettre en pratique ces connaissances.

*Environ 3h de marche et environ 100 m de dénivelé positif  
Nuit en hôtel*

## Jour 2 : PAYSAGES DE MONTAGNE - PLA DEL NAOU



À cheval entre la vallée d'Aure et la **vallée de Campan**, nous partirons depuis l'emblématique **col d'Aspin** pour une randonnée aux paysages grandioses, avec des vues sur les hauts sommets mythiques Pyrénéens.

*Environ 4h de marche et environ 300 m de dénivelé positif  
Nuit en hôtel*

## Jour 3 : L'EAU – LAQUETTES DU NÉOUVIELLE



Cette journée sur le thème de l'eau se déroulera au cœur de la **Réserve Nationale du Néouvielle**, entre torrents, lacs et laquettes aux couleurs variées, entourés par de hauts sommets de plus de 3000m.

*Environ 5h de marche et 400 m de dénivelé positif  
Nuit en hôtel*

## Jour 4 : FAUNE 1 (MAMMIFÈRES) – VALLÉE DU BADET



Pour cette randonnée sur le thème de la faune, nous irons dans **Parc National de Pyrénées** afin d'y observer les marmottes, mais aussi d'autres animaux, si la chance est avec nous !

*Environ 4h de marche et 300 m de dénivelé positif  
Nuit en hôtel*

## Jour 5 : FAUNE 2 (OISEAUX) – RÉVILLA (ESPAGNE)



Après un transfert en **Espagne**, nous nous rapprocherons d'une falaise, pour une observation garantie de rapaces en tout genre.

*4h de marche, 300 m de dénivelé positif  
Nuit en hôtel*

## Jour 6 : MACRO (INSECTES / PLANTES) – VALLÉE DE LA GÉLA



Cette vallée sauvage nous offre toute la diversité nécessaire à la réalisation de nos photos de papillons, d'insectes et de fleurs ! L'occasion d'observer et de photographier des espèces rares mais aussi de mettre en valeur des plus communes !

*3h de marche et environ 350 m de dénivelé positif  
Nuit en hôtel*

## Jour 7 : FIN DU SÉJOUR

Nous repartirons après le petit déjeuner vers la gare de **Lannemezan**, où nous arriverons avant 10h00.






### À 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 dénivelés positifs d'environ 100 à 400 mètres. Étapes de 3h à 5h environ, sur sentier tracé et entretenu en montagne. 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 et photographe 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 et gare.

## **HÉBERGEMENT :**

En hôtel \*\*\*, dans un authentique village de montagne.

Chambre spacieuse avec salle de bain, baignoire ou douche et TV écran plat.

A l'hôtel, vous trouverez une piscine d'été, un bar détente, un jardin fleuri, un parking sécurisé.

## **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. Équilibrées 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 :** le dimanche à **10h00**, à la gare de **Lannemezan**.

Sinon, RDV directement à votre hôtel, au cœur de Saint Lary pour **10h30**

**DISPERSION :** le samedi suivant à la gare de Lannemezan pour **10h00**

**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 :

**HÔTELS À LANNEMEZAN**

**Hôtel de la gare**

269 Avenue de la Gare, 65300 Lannemezan

Tel : 05 62 98 00 10

**Hôtel\*\* de la Demi-Lune**

462 Route de Toulouse 65300 Lannemezan

Tel: 05 62 98 33 33

**HÔTELS À ST LARY SOULAN**

**Hôtel Les Arches \*\*\***

15 Avenue des Thermes,

65170 Saint-Lary-Soulan

Tel : 05 62 49 10 10

**Hôtel Aurélia \*\* :**

65170 Saint-Lary-Soulan

Tel : 05 62 39 56 90

**SANTÉ :**

Aucun certificat de vaccination n’est exigé pour les voyageurs. Cependant, nous recommandons d’être à jour de ses vaccinations.

**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 ou chapeau
- 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



## VOTRE MATÉRIEL PHOTO

- Votre appareil photo numérique
- Batterie d'alimentation (une seconde batterie est recommandée)
- Chargeur électrique pour la batterie de l'appareil
- Carte SD mémoire de 16 Go minimum
- Clé USB de capacité équivalente
- Sacoche de transport
- Filtres adaptés (si vous en avez)
- Un trépied pour appareil photo
- Ordinateur portable

# En vous souhaitant un agréable séjour photo 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](mailto: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](http://www.surleshauteurs.com)  
[info@surleshauteurs.com](mailto: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