

# 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 . . .

## RAQUETTES DÉCOUVERTE DU NÉOUVELLE

Randonnées raquettes accompagnées, en étoile, à partir d'un hôtel \*\*\*

Séjour 6 jours, 5 nuits, 4 jours de randonnée

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



Nous vous invitons, à découvrir, les paysages féériques tout autour du massif du Néouvielle et de la belle vallée de **St Lary Soulan**, dans les Hautes Pyrénées.

Au rythme tranquille de nos randonnées en raquette, sur la trace fraîche d'un renard, à la rencontre d'un lac figé par la glace, nos pas nous mèneront à travers quelques-uns **des plus beaux espaces Pyrénéens...**

Une belle semaine tout en douceur, pour profiter pleinement de vos vacances.

## NOS POINTS FORTS

- Un circuit en étoile dans un cadre exceptionnel, autour du massif du Néouvielle.
- Des étapes différentes tous les jours dans ces belles vallées ouvertes.
- Un hôtel \*\*\* familial, dans un authentique village de montagne.

## DATES

|                       |                        |                     |
|-----------------------|------------------------|---------------------|
| 12/01 au 17/01/2025 * | 02/02 au 07/02/2025 ** | 02/03 au 07/03/2025 |
| 19/01 au 24/01/2025 * | 09/02 au 14/02/2025 ** | 09/03 au 14/03/2025 |
| 26/01 au 31/01/2025 * | 16/02 au 21/02/2025 ** | 16/03 au 21/03/2025 |
|                       | 23/02 au 28/02/2025 ** | 23/03 au 28/03/2025 |

## TARIFS

|                | Basse saison | Moyenne saison * | Haute saison ** |
|----------------|--------------|------------------|-----------------|
| Twin ou Double | 875 €        | 945 €            | 985 €           |
| Sup Single     | 200 €        | 240 €            | 270 €           |

### LE TARIF COMPREND

- L'encadrement par un accompagnateur professionnel,
- 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) et les transferts journaliers,
- Le prêt du matériel (raquettes et bâtons)
- La taxe de séjour.

### LE TARIF NE COMPREND PAS

- les boissons avant, pendant et après les repas,
- les assurances.

### 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.

## FIDÉLITÉ

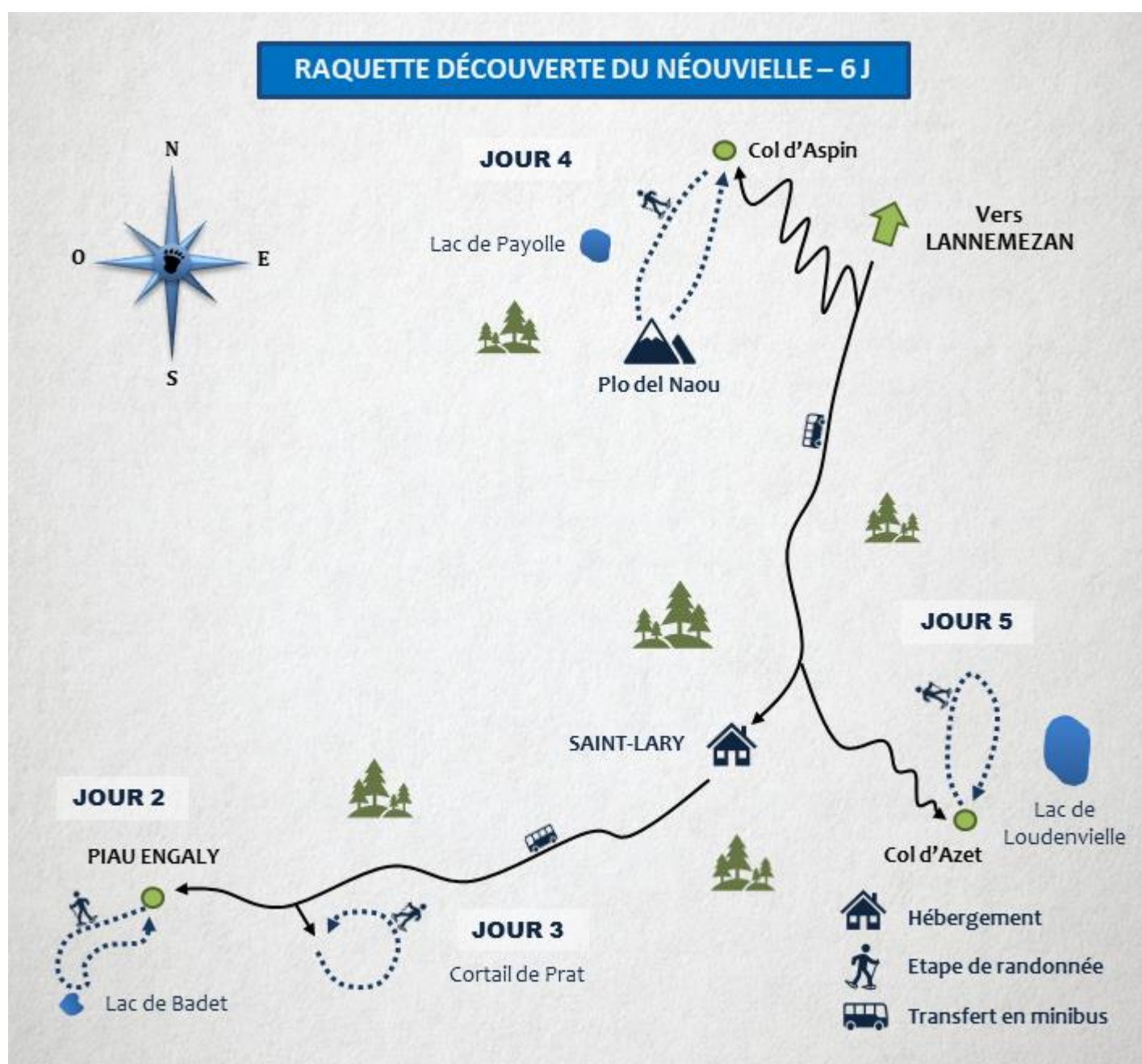
Nous vous offrons une réduction de 4% dès votre 3<sup>ème</sup> voyage ou séjour dans les deux années civiles qui suivent la date du départ de votre premier séjour.

### 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 €).

## Votre itinéraire



# Déroulement du Séjour

## Jour 1 : RDV À LANNEMEZAN

RDV en gare de Lannemezan à 17h00.

Transfert à l'hôtel et présentation du séjour, autour d'un apéritif.

## Jour 2 : LE LAC DE BADET



Nous partirons pour une randonnée au départ de Piau-Engaly, au pied des majestueux sommets du **Campbielh** et de **l'Estaragne**. Après avoir dépassé les abris de bergers et admiré les cascades pétrifiées, nous arriverons au **lac gelé du Badet**, dans un monde de silence et d'une blancheur immaculée. Redescente ludique garantie, nombreux tobogans !

*Randonnée en boucle, dénivelé 320 m, 8km.*

*Nuit en hôtel \*\*\**

## Jour 3 : LE CORTAIL DE PRAT



A deux pas de la frontière espagnole, nous traverserons une superbe forêt de **sapins poudrés de neige** où nous suivrons les traces des cerfs, isards et autres écureuils, pour arriver finalement sur le **plateau de Prat** où se nichent les vestiges d'un ancien village de bergers. Vue splendide sur toute la **Haute-vallée d'Aure**.

*Randonnée en boucle, dénivelé 330 m, 6 km.*

*Nuit en hôtel \*\*\**

## Jour 4 : LE PLO DEL NAOU



Au départ du mythique **col d'Aspin**, nous entrons dans la forêt par des chemins secrets pour déboucher sur un parcours de crêtes d'où nous dominerons **les vallées d'Aure et de Campan**. Vues à couper le souffle jusqu'au sommet d'où l'on observe, ravis, le pic du Midi et Bigorre et **l'Arbizon** tout proche !

*Randonnée en boucle, dénivelé 350 m, 8 km.*

*Nuit en hôtel \*\*\**

## Jour 5 : LES CRETES D'AZET



En partant du **col d'Azet**, bien connu des cyclistes, nous cheminerons sur les crêtes qui nous permettront d'admirer en permanence les vallées **d'Aure et du Louron**, ainsi que le lac de Loudenvielle. L'été, l'endroit est fréquenté par les parapentes, mais en hiver ce sera peut-être le vautour fauve ou l'immense gypaète barbu que nous pourrons observer !

*Randonnée en boucle, dénivelé 250 m, 4,5 km.*

*Nuit en hôtel \*\*\**

## **Jour 6 : FIN**

---

Fin de nos prestations vers 10h00, après le petit déjeuner.

Transfert à la gare de Lannemezan vers 10h00

### **À NOTER :**






**Indépendamment de sa volonté, votre guide peut être amené à modifier quelque peu les itinéraires indiqués en fonction des conditions météorologiques, du niveau et de la forme des participants ou d'autres impondérables...**

# Info Séjour

## **NIVEAU : 1 CHAUSSURE**

Pour marcheurs moyens, pratiquant déjà la randonnée, avec des dénivelés positifs d'environ 250 à 400 mètres.

Étapes de 4h30 minimum en moyenne, sur terrain facile enneigé 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 +         |

Les conditions de neige évoluent en permanence : dure ou molle, profonde ou stable, elle rend la progression différente d'une semaine à l'autre. Ce paramètre imprévisible fait partie prenante de votre séjour et peut modifier votre aisance.

### **PORTAGE :**

Portage de vos affaires personnelles de la journée et de votre pique-nique. Vos affaires restent à l'hôtel pendant le séjour.

### **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.

**RENDEZ -VOUS :** le dimanche à la gare de Lannemezan à 17h00.

**DISPERSION :** le vendredi en gare de Lannemezan vers 10h00.

### **HÉBERGEMENT :**

Dans un hôtel \*\*\* familial, dans un village authentique, en montagne, en formule Twin, Double et Single.

### **RESTAURANT :**

Les repas seront pris dans le restaurant.

**DÉPLACEMENT :**

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. Courts transferts tous les jours, pour se rendre sur les départs de nos randonnées.

**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.

**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'à votre hébergement.

# Nécessaire et Indispensable

## ÉQUIPEMENT INDIVIDUEL À PRÉVOIR :

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 6 jours
- Vos affaires de rechange
- Une trousse de toilettes
- Une paire de chaussures légères type chaussons pour le soir
- Un maillot de bain (facultatif)
- 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 thermiques et respirants (pas de coton)
- Veste ou sweat polaire type Polartec
- Veste imperméable, respirante et coupe-vent avec capuche. (Le Gore-tex reste le matériau de référence)
- Un pantalon de randonnée type Softshell, chaud, respirant et déperlant avec si possible guêtres pare-neige intégrées
- Un sur-pantalon imperméable, léger et compressible (type Gore -Tex)
- Paires de chaussettes montantes et chaudes (Merinos)
- Bonnet
- Tour de cou
- Gants chauds et étanches, sous-gants en soie (2 paires si possible)

### 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 (Pas de bottes ou d'après ski)
- Une paire de guêtres (si non intégrée dans le pantalon)
- 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 lampe de poche
- 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
- Briquet
- Couverture de survie
- Une paire de lacets de rechange.



### ***Une petite pharmacie personnelle (votre guide à une pharmacie pour le groupe)***

- Pansements adhésifs de différentes tailles
  - Pansement « seconde peau » pour les ampoules
  - Un désinfectant et un antiseptique
  - Des compresses stériles
  - Bande adhésive élastique et un ciseau
  - Pastilles pour la toux
- Médicament antalgique (douleurs et fièvre), anti diarrhéique, anti-inflammatoire et un antispasmodique
  - Paracétamol
  - Vos médicaments si traitement

# En vous souhaitant un agréable séjour en Raquettes...

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@surlshauteurs.com](mailto:info@surlshauteurs.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.surlshauteurs.com](http://www.surlshauteurs.com)  
[info@surlshauteurs.com](mailto:info@surlshauteurs.com)

Agence de voyage N° IM031 170 004  
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