

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 . . .

LACS ET SOMMETS À BAGNÈRES DE LUCHON

En hôtel ** familial, au cœur de la ville de Bagnères de Luchon

Séjour 7 jours, 6 nuits, 6 jours de marche

Bagnères de Luchon, Reine des Pyrénées vous invite à découvrir, ses plus belles vallées, au pied des plus hauts sommets frontaliers, ses superbes lacs d'altitude, son riche passé historique et bien sûr, ses sources thermales bienveillantes !

Depuis des siècles, cette petite bourgade a suscité un engouement particulier auprès d'illustres personnalités pour son excellente situation !

Depuis notre camp de base, situé au cœur de la ville, dans un bel hôtel familial, avec les spécialités locales, vous permettra de passer une semaine de randonnées.

Un véritable cocktail pyrénéen.

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 : MONT NÉ

Accueil en gare SNCF de Bagnères de Luchon pour 9h30, transfert à l'hôtel. Installation puis nous partirons en direction de Bourg d'Oueil , pour découvrir cette petite vallée. Nous commencerons notre randonnée vers le Mont Né (2147 m) afin d'avoir un point de vue sur tous ces sommets frontaliers, avant de descendre vers le lac de Bareille.

4h30 de marche et environ 620 m de dénivelé positif et négatif.
Nuit en hôtel **.

Jour 2 : TUC DES 3 COURETS

Au départ du petit village d'Artigues, nous allons progresser au milieu des estives, de cabane en cabane pour finir sur ce sommet frontalier qui nous offre une vue sur les 3000 Luchonnais, le Val d'Aran et le massif de la Maladeta

5h30 de marche et environ 800 m de dénivelé positif et négatif.
Nuit en hôtel **.

Jour 3 : LAC DU BOUM OU PORT DE VENASQUE

Très belle étape au départ de l'Hospice de France, haut lieu historique pendant la Retirada, pour découvrir les lacs du Boum et le pied du Port de Vénasque, brèche frontalière avec l'Espagne Aragonaise

6h de marche et 950 m de dénivellée positif et négatif.
Nuit en hôtel **.

Jour 4 : LAC D'OÛ, LAC D'ESPINGO & LAC SAUSSAT

Nous partons aujourd'hui, découvrir une autre belle vallée, dominée par le cirque d'Espingo , en passant par le célèbre lac d'Oô. Magnifique parcours, débutant dans la forêt, pour enfin, déboucher dans un paysage de haute Montagne, au pied des plus hauts sommets Luchonnais.

6h de marche et 880 m de dénivelé positif et négatif.
Nuit en hôtel **.

Jour 5 : VALLÉE DU LYS & LAC VERT

Aujourd'hui encore, l'étape sera belle car nous partirons dans la vallée du Lys, en direction du petit lac de Grauès puis le lac vert. Nous ferons la pause pique-nique sur les pelouses bordant le lac. Puis

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 . . .

après une petite sieste réparatrice, nous terminerons cette boucle, en passant par la cascade du Cœur...

6h30 de marche et 950 m de dénivelé positif et négatif.
Nuit en hôtel **.

Jour 6 : LA MONTAGNE D'ESPIAU

Nous terminerons ce séjour, avec une randonnée entre la vallée d'Oueil et la vallée du Larboust, sur la montagne d'Espiau. Tout au long de notre périple, nous découvrirons un panorama sur les hauts sommets, le mythique col de Peyresourde mais aussi des cromlechs, ces cercles de pierre érigés vers le ciel et vestiges des premiers habitants de ces vallées.

5h30 de marche et 650 m de dénivelé positif et négatif ;
Nuit en hôtel**.

Jour 7 : FIN DU SÉJOUR

Fin du séjour, après le petit déjeuner, vers 10h.
Transfert à la gare SNCF de Bagnères de Luchon, vers 11h.

COMPLEMENT DE PROGRAMME

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.

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 en gare de Luchon à 9h30.

DISPERSION

Le samedi suivant en gare de Luchon vers 11h.

FORMALITES

RÉGLEMENT :

À 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 :

Non obligatoire mais fortement conseillée, elle permet le remboursement du prix du voyage moins les frais de dossier en cas d'annulation pour raisons médicales, ou familiales, à moins de 30 jours du départ.

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

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.

NIVEAU

MODÉRÉ

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 . . .

Pour bons marcheurs, pratiquant déjà la randonnée, avec des dénivelées positives de 550 à 950 mètres.

Étapes de 5h en moyenne, sur sentier tracé et entretenu en montagne, avec plusieurs passages sur éboulis, avec parfois des passages sur des chaos, mais en règle générale aucune technique ni difficulté sur le circuit.

NIVEAU	Dénivelé	Temps de marche
FACILE	300 à 500 m	4h à 5h00
MOYEN	500 à 800 m	5h à 6h00
MODÉRÉ	800 à 1200 m	6h à 6h30
SOUTENU	1200 à 2000 m	6h30 à 8h00

HEBERGEMENT

Dans un bel hôtel familial **, en formule Twin ou en Single.

Supplément Single : + 160 €

REPAS :

Pension complète pendant toute la durée du circuit, le petit-déjeuner est pris à l'hôtel.

- 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)

- Le repas du soir composé d'un choix d'entrées, de plats et de desserts sera pris dans un restaurant. Pour ce forfait, les boissons restent à votre charge.

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.

DOSSIER DE RANDONNEE

ARRIVÉE LA VEILLE OU PROLONGER VOTRE SÉJOUR :

Si vous souhaitez arriver la veille de votre séjour ou tout simplement prolonger de quelques jours vos vacances, vous avez la possibilité d'être hébergés à l'hôtel :

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 . . .

SANTÉ :

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 sont néanmoins conseillés.

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 l'hôtel
- Respecter les fleurs sauvages, ne pas les cueillir. Préférer les photographier ou les dessiner.

GROUPE

Groupe constitué de 5 personnes minimum et 12 personnes maximum.

TRANSFERTS INTERNES

Avec un minibus de 8 places, pour le transfert de la gare de St Gaudens à Bagnères de Luchon.
Puis tous les jours, de courts transferts au départ de notre hôtel.
Une fois le minibus complet, les dernières inscriptions, se verront proposer de prendre leur véhicule, avec défraiement (- 50 €) durant le séjour.
Aucun risque de laisser les véhicules sur les parkings des départs des randonnées, pour la journée.

PORTAGE DES BAGAGES

Portage de vos affaires personnelles pour la journée.
Le matin, nous prendrons le repas froid du midi avant de quitter notre hôtel.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

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

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 . . .

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
- Bonnet
-

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 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

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 . . .

antispasmodique

- Pansements et double peau type Compeed

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 :

06 au 11/06/2021
 13 au 19/06/2021
 20 au 26/06/2021
 04 au 10/07/2021
 11 au 17/07/2021
 18 au 24/07/2021
 25 au 31/07/2021
 01 au 07/08/2021 *
 08 au 14/08/2021 *
 15 au 21/08/2021 *
 22 au 28/08/2021 *
 29/08 au 04/09/2021
 05 au 11/09/2021
 12 au 18/09/2021

TARIFS :

755 € par personne
 795 € par personne *
 Single : + 160 € par personne

FIDÉLITÉ

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.

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

LE PRIX COMPREND

- l'encadrement par un accompagnateur en montagne,
- tous les transferts nécessaires au bon déroulement de ce séjour,
- l'hébergement en pension complète du midi du jour 1 au jour 7 avec le petit déjeuner,
- les transferts A/R de la gare avec notre minibus.

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 . . .

LE PRIX NE COMPREND PAS

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

POINTS FORTS

DESCRIPTION

- Un séjour Randonnée Découverte des plus belles vallées et lacs de Luchon.
- Un hôtel familial chaleureux, au cœur de la ville, à 2 pas des thermes, offrant un accueil professionnel, un service de qualité.