

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 . . .

LACS ET SOMMETS À BAGNÈRES DE LUCHON

Randonnées accompagnées, en étoile

Séjour 7 jours, 6 nuits, 6 jours de marche

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

				Saison						Départ garanti 
4 Chaussures	Hôtel **	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	



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.

NOS PONTS FORTS

- 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.

DATE : du dimanche au samedi

01/06 au 07/06/2025	06/07 au 12/07/2025*	03/08 au 09/08/2025*	31/08 au 06/09/2025
08/06 au 14/06/2025	13/07 au 19/07/2025*	10/08 au 16/08/2025*	07/09 au 13/09/2025
15/06 au 21/06/2025	20/07 au 26/07/2025*	17/08 au 23/08/2025*	14/09 au 20/09/2025
29/06 au 05/07/2025*	27/07 au 02/08/2025*	24/08 au 30/08/2025*	

TARIFS :

755 € par personne

795 € par personne *

Single : + 160 € par personne

Tarif Nuit supplémentaire en demi-pension en Twin (BS) : **55 €** par personne

Tarif Nuit supplémentaire en demi-pension en Twin (HS) : **65 € *** par personne

Tarif Nuit supplémentaire en demi-pension en Single (BS) : **65 €** par personne

Tarif Nuit supplémentaire en demi-pension en Single (HS) : **65 € *** par personne

LE TARIF 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,
- la taxe de séjour.

LE TARIF NE COMPREND PAS :

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

RÈGLEMENT :

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 :

Nous vous proposons 3 formules d'assurances :

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

Assurance Annulation + extension COVID (3,4% 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).

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

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

DÉROULEMENT DU SÉJOUR

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 dénivelée positif et négatif.
Nuit en hôtel ***

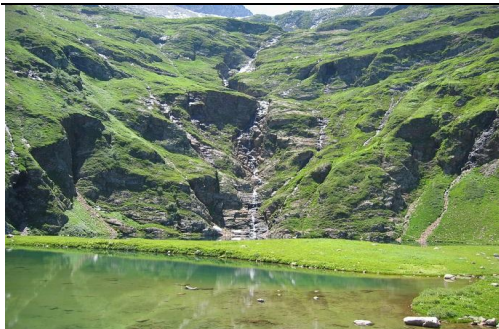
Jour 4 : LAC D'OÛ, LAC D'ESPINGO & LAC SAUSSAT



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 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

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.

INFOS SÉJOUR

NIVEAU : 4 CHAUSSURES

Pour bons marcheurs, pratiquant déjà la randonnée, avec des dénivelées positives de 620 à 950 mètres. Étapes de 4h30 à 6h30 de marche, 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.

Nous avons noté ce séjour d'un niveau global de 4 chaussures, correspondant au niveau des jours 2 à 5, mais il est à noter que le premier et le dernier jour sont d'un niveau plus facile.

	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 pour la journée.

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

GROUPE :

Groupe constitué de 4 personnes minimum et 12 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 en gare de Luchon à 9h30.

DISPERSION : le samedi suivant en gare de Luchon vers 11h.

HÉBERGEMENT :

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

Supplément Single : + 160 €

NB : Pour des raisons imprévues et indépendantes de notre volonté, nous pouvons être amenés à changer de partenaires hôteliers, ceux-là même avec qui nous collaborons depuis de nombreuses années. De ce fait, l'emplacement du nouvel hébergement pourra être déplacé d'un lieu à un autre, ce qui n'altérera en rien la qualité de la prestation qui vous sera fournie.

Merci pour votre compréhension.

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. Equilibrées 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.

DÉPLACEMENT :

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

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 :

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

NÉCESSAIRE ET INDISPENSABLE

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

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
- Pansements et double peau type Compeed

En vous souhaitant un agréable séjour ...

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 :



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

