

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 . . .

TREK DANS LES PICOS DE EUROPA

Randonnées accompagnées, en étoile et en semi itinérance sur 2 jours

Séjour 7 jours, 6 nuits, 5 jours de marche

Dans deux hôtels confortables et un refuge de montagne.

				Saison					Départ garanti 	
3 Chaussures	En Hôtel et en refuge	En étoile et semi itinérance	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	



Un séjour Découverte des **Picos de Europa**, avec la sélection des plus belles randonnées, en étoile à partir de 2 hôtels confortables et conviviaux et en semi itinérance sur 2 jours, avec une nuit en refuge de montagne.

Prolongement géologique naturel des Pyrénées, les Picos de Europa sont composés de 3 grands massifs, le massif oriental (**Andara**), central (**Uriueles**) et occidental (**Cornion**), séparés par de profonds canyons : le Rio Cares, le Rio Sella et le Rio Duje.

Une semaine de randonnée, en terre Asturienne pour découvrir ces spectaculaires montagnes calcaires, avec de larges et fertiles vallées dans lesquelles l'agropastoralisme est encore bien présent.

Un séjour à découvrir absolument, dans ces montagnes si **singulières...**

NOS POINTS FORTS

- La sélection des plus belles randos, au cœur des 3 grands massifs de ce Parc National
- 5 nuits dans 2 hôtels ** confortables, proposant une cuisine typique des Asturies et 1 nuit en refuge de montagne
- La découverte progressive de cet espace protégé abritant une faune exceptionnelle (isards, ours, loups, chats sauvages...)

DATES : Du dimanche au samedi

08/06 au 14/06/2025	06/07 au 12/07/2025 *	03/08 au 09/08/2025 *	07/09 au 13/09/2025
22/06 au 28/06/2025	13/07 au 19/07/2025 *	24/08 au 30/08/2025 *	
	20/07 au 26/07/2025 *		

TARIFS :

995 € par personne (**Basse saison**)

1045 € par personne * (**Haute saison**)

Single : + 160 € (**Basse saison**)

Single : + 180 € *(**Haute saison**)

Tarif Nuit supplémentaire en demi-pension en Twin (BS) : **75 €** par personne

Tarif Nuit supplémentaire en demi-pension en Twin (HS) : **80 € *** par personne

Tarif Nuit supplémentaire en demi-pension en Single (BS) : **85 €** par personne

Tarif Nuit supplémentaire en demi-pension en Single (HS) : **95 € *** par personne

LE TARIF COMPREND :

- Le transfert de St Jean de Luz à Cangas de Onis (A/R) et tous les transferts de la semaine,
- L'encadrement par un accompagnateur en montagne français,
- Le transfert des bagages,
- L'hébergement en pension complète du soir du jour 1 au jour 7 après le déjeuner,
- La douche dans le refuge,
- La taxe de séjour.

LE TARIF NE COMPREND PAS :

- Les boissons,
- Le pique-nique du jour 7,
- Les dépenses personnelles,
- 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 :

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^{ème} voyage ou séjour dans les deux années civiles qui suivent la date du départ de votre premier séjour.

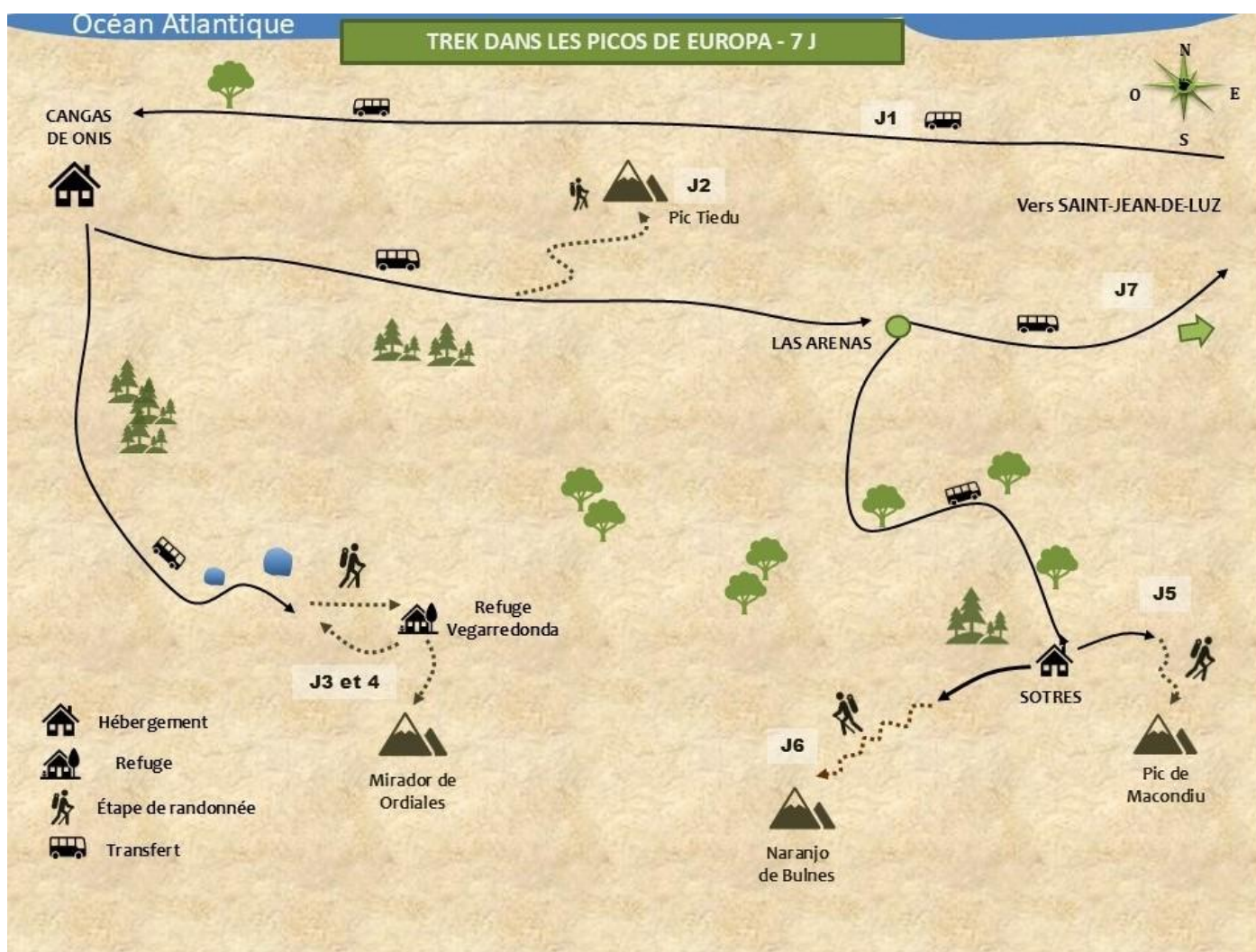
RÉDUCTIONS SUR LE PRIX DU SÉJOUR :

*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).

Votre itinéraire



Déroulement du séjour

Jour 1 : ACCUEIL EN GARE SNCF DE ST JEAN DE LUZ

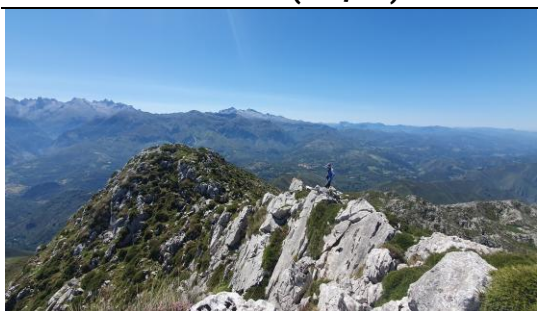


RDV à la gare de St Jean de Luz pour **14h30**.
Ensuite transfert en minibus sur les Picos de Europa.
Installation à notre hôtel.

Présentation du séjour à venir autour d'un cidre, la boisson typique...

Nuit en hôtel à Cangas de Onis

Jour 2 : LE PIC TIEDU (1187 m)

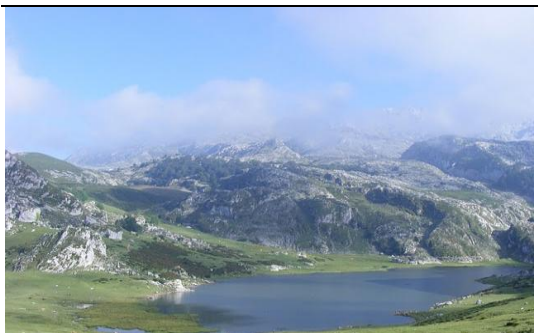


Après un court transfert, nous aurons un premier aperçu des Picos, avec l'ascension du **Pic Tiedu** et son point de vue remarquable : d'un côté la vue sur l'océan et de l'autre le sommet emblématique des lieux, le Naranjo de Bulnes. Tout un programme...

Environ 5h de marche pour 700 m de dénivelé positif et négatif

Nuit en hôtel sur Cangas de Onis

Jour 3 : LE MASSIF DE CORNION / LE REFUGE DE VEGARREDONDA



Nous sommes dans la partie occidentale des Picos. Nous allons monter vers le refuge de **Végarredonda** (1460 m), dans le massif calcaire de Cornion. Après un passage au refuge, nous continuerons notre progression à la recherche d'isards, le sac léger...

Environ 5h de marche pour 350 à 600 m de dénivelé positif.
Nuit en refuge.

Jour 4 : LE MIRADOR D'ORDIALES



En fonction des conditions météorologiques, nous pourrions faire la montée vers un **promontoire** offrant un panorama sur les vallées et des falaises vertigineuses. Nous redescendrons ensuite, pour récupérer notre minibus.

Transfert vers la partie orientale (1h30)

Environ 5h de marche pour 350 m en positif et 650 m en négatif

Nuit en hôtel à Sotres

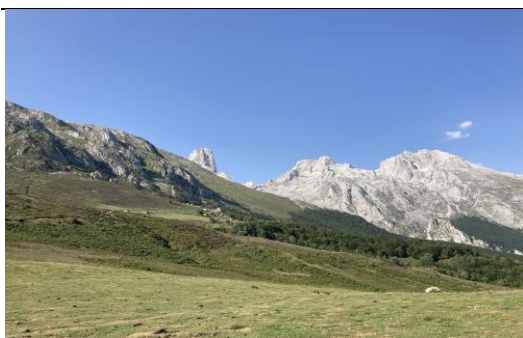
Jour 5 : LE TOUR DU MANCONDIU (2000 m)



Découverte du massif oriental d'**Andara** et de son passé minier ... Nous ferons l'ascension d'un sommet secondaire, dans un paysage de Haute Montagne, peut-être aurons-nous la chance d'apercevoir, quelques **isards**...

Environ 5h de marche et environ 700 m de dénivelé positif et négatif
Nuit en hôtel à Sotres

Jour 6 : LE NARANJO DE BULNES



Nous partirons pour une dernière belle randonnée vers le refuge d'**Uriellu**, au pied du célèbre et mythique sommet : le **Naranjo de Bulnes**...
Tout droit sorti de terre, il est un spot de référence pour les grimpeurs de haut niveau...

Environ 5h30 de marche et 850 m de dénivelé positif et négatif
Nuit en hôtel à Sotres

Jour 7 : TRANSFERT À SAINT JEAN DE LUZ



Après le petit déjeuner, transfert sur la gare SNCF de St Jean de Luz avec une arrivée prévue, aux alentours de 14h00.

(Environ 4h de route)

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.

Info séjour

NIVEAU : 3 CHAUSSURES

Pour bons marcheurs pratiquant déjà la randonnée, avec des dénivelés positifs d'environ 700 à 850 mètres en moyenne pour 5 à 5h30 de marche.

Sur sentier tracé et entretenu ou parfois en hors sentier sur des pelouses alpines ou sur pierriers mais aucune difficulté, ni technique particulière sur le parcours.

	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 et de votre pique-nique pour la journée.

Les jours 3 et 4, portage des affaires de rechange et du nécessaire pour la nuit en refuge (voir la liste en page 9)

GROUPE :

De 4 personnes 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 devant la gare de St Jean de Luz, au niveau du dépose-minute, à **14h30**.

Parking gratuit derrière la gare de St Jean de Luz.

DISPERSION : le samedi suivant en gare de St Jean de Luz vers **14h00**.

HÉBERGEMENTS À ST JEAN DE LUZ (avant et après le séjour) :

Hôtel COLBERT ***

Tél : 05 59 26 31 99

Hôtel Magenta **

Tél : 05 59 51 03 71

Brit Hôtel de Paris **

Tél : 05 59 85 20 20

HÉBERGEMENT :

Hôtel

En hôtel ** sur la base de 2 personnes par chambre, sur la ville de Cangas de Onis. Cet hôtel met à disposition une piscine extérieure.

En hôtel ** sur la base de 2 personnes par chambre, au village de Sotres.

Refuge de montagne :

Refuge de Végarredonda : en formule dortoir.

Prévoir des chaussures légères pour le soir, une serviette de toilette et un drap de sac.

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 :

En pension complète.

- Le petit déjeuner est proposé sous forme d'un buffet continental (boissons chaudes et froides, pains, viennoiseries, céréales, yaourts, charcuteries, fromage et fruits...)

- 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. *Sauf le jour 4, le pique-nique sera préparé par le refuge.*

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

DÉPLACEMENT :

En minibus pour le transfert France – Picos de Europa et pour tous les transferts durant le séjour.

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

SANTÉ :

Aucun certificat de vaccination n'est exigé pour les voyageurs. Cependant, nous recommandons d'être 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.

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. Adaptez votre tenue vestimentaire en fonction de la saison. Le soir au refuge, il peut faire frais voire froid même en plein été.

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
- Un maillot de bain

Pour le refuge

- Un drap de sac ou un drap housse léger
- Des affaires de rechange (sous vêtement, chaussettes et teeshirt)
- Une petite trousse de toilette
- Une serviette en microfibre
- Une lampe frontale

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
- Gants légers ou sous-gants en soie.

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 antispasmodique
- Pansements et double peau type Compeed

Les Picos de Europa

Géographie :

C'est le plus ancien et le plus grand Parc National d'Espagne. Il se situe à cheval, entre la Cantabrie, la Castille Léon et les Asturies, avec des paysages différents en fonction des versants et de l'altitude. Massif le plus élevé des Monts Cantabriques, les Picos culminent à 2650m et s'étalent sur une longueur d'environ 40 km pour 20 km de large.

Ces montagnes dressent leurs imposantes masses calcaires et de profondes entailles, face à l'océan, tel un mur sombre, émergeant de terre, avec des cimes enneigées et de belles sierras fertiles et contrastées.

Elles sont parcourues par 3 grandes rivières, qui ont creusés dans leur sillon, de profondes et vertigineuses parois... avant de terminer leur parcours vers l'océan...

On distingue donc 3 grands massifs qui sont respectivement :

- le massif Occidental ou Cornion
- le massif Central ou Urielles
- le massif Oriental ou Andara

Au Moyen Age, les marins et navigateurs, donnaient le nom des « Pics d'Europe », à ces montagnes, car elles étaient vues de loin et c'était le signe que le vieux continent n'était plus très loin !

Climat :

Le climat reste très changeant dans cette partie de l'Espagne... en effet, nous sommes ici en présence d'une influence océanique très marquée, et les précipitations au printemps et en automne, sont fréquentes !

En vous souhaitant un agréable séjour ...

Si nous n'avons pas entièrement répondu à toutes vos questions sur ce voyage :

- appeler 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° IM 031 170 004
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