

# 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 . . .

## DÉCOUVERTE DES LACS AZURÉS DU NÉOUVELLE EN LIBERTE

Randonnées Liberté, en étoile de niveau Facile

Séjour 7 jours, 6 nuits, 5 jours de randonnée

En hôtel \*\*\*, en chambre Twin

				Saison						Départ garanti 
1 Chaussure	Hôtel ***	En étoile	Portage de vos affaires de la journée	J	F	M	A	M	J	A partir de 2 personnes
				J	A	S	O	N	D	



Montagne de granit et de lumière, constellée d'une multitude de lacs bleus et verts où se reflètent les sommets aux formes élancées, telle est la réserve du Néouvielle.

Dans cet univers de paradis, notre circuit vous fera découvrir toutes les facettes cachées de cette merveilleuse vallée avec chaque jour, une randonnée facile pour découvrir un de ses joyaux. Chaque col, chaque vallon dévoilera des paysages d'une incroyable beauté tant les contrastes sont saisissants !

Nous vous invitons à la découverte de cette montagne somptueuse, parsemée d'innombrables reflets bleus, verts et émeraude... ponctuée de quelques visites en fin de journée.

## NOS POINTS FORTS

- Découverte tranquille, de superbes lacs glaciaires, au départ d'un hôtel \*\*\* avec piscine.
- Une découverte de ce joyau pyrénéen, la Réserve du Néouvielle, avec pas moins de 300 lacs glaciaires, un itinéraire rare et beau !
- Un hébergement et une restauration de qualité.

### **DATE 2024 :**

Selon votre convenance et en fonction des disponibilités, au moment de votre réservation.

### **TARIFS :**

645 € par personne

725 € par personne \*

**Single : + 220 €** par personne

**Single : + 220 € \*** par personne

Tarif Nuit supplémentaire en demi-pension BS : **80 €**

Tarif Nuit supplémentaire en demi-pension HS : **90 €**

Basse saison : juin et septembre

Haute saison : juillet et aout \*

### **LE TARIF COMPREND :**

- l'hébergement en demi-pension du soir du jour 1 au jour 7 avec le petit déjeuner,
- un topo guide, avec une carte de randonnée,
- un voucher et un protège carte
- La taxe de séjour.

### **LE TARIF NE COMPREND PAS :**

- les boissons,
- les transferts quotidiens de l'hôtel au départ des balades,
- les repas du midi,
- 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.

### **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.

## Votre itinéraire



# Déroulement du séjour

## Jour 1 : RDV À VOTRE HÔTEL POUR 17h

Nuit en hôtel \*\*\*

## Jour 2 : LAC OREDON



Au départ du lac d'Orédon, le premier lac de barrage construit en France, vous prendrez de la hauteur à travers une belle forêt de pins pour admirer ses eaux turquoise. Au sortir de la forêt, après avoir observé de belles tourbières, vous longerez les trois magnifiques laquettes, petits lacs d'altitude aux eaux poissonneuses et abritant une flore rare...

*4h de marche et environ 350 m de dénivelée positive et négative*  
Nuit en hôtel \*\*\*

## Jour 3 : LAC AUBERT ET GOURG DE RABAS



Le célèbre Pic du Néouvielle plonge directement ses flancs dans le lac d'Aubert, que vous longerez par le Nord-ouest avant de nous élever vers la Hourquette d'Aubert qui offre un superbe panorama sur les lacs du Néouvielle et la vallée opposée. La haute-montagne est à deux pas !

*4h30 de marche et 250 m de dénivelée positive et négative*  
Nuit en hôtel \*\*\*

## Jour 4 : VALLÉE DU BADET



En remontant cette vallée verdoyante adjacente au Néouvielle, au pied de grands sommets majestueux, vous aurez à coup sûr la chance d'observer de jolies marmottes qui se dorment au soleil. Les vautours et gypaètes sont aussi souvent au rendez-vous.

*4h30 de marche et 290 m de dénivelée positive et négative*  
Nuit en hôtel \*\*\*

## Jour 5 : LACS AUMAR & ESTIBÈRE



Ce grand lac aux eaux claires et transparentes est campé dans un bel écrin de haute-montagne, bordé de pins à crochets. Après l'avoir longé, vous grimpez ensuite au col d'Aumar qui vous permettra de basculer sans difficulté à la rencontre du vallon d'Estibère, où il n'est pas rare d'observer des plantes carnivores protégées....

*4h de marche et environ 300 m de dénivelée positive*  
Nuit en hôtel \*\*\*

## Jour 6 : LACS DE BASTAN



Au départ du Col de Portet, encouragés par les marmottes, vous emprunterez un sentier en balcon qui vous permettra d'admirer de superbes panoramas sur le Pic du Néouvielle et le lac de l'Oule, avant de découvrir les eaux bleues et pures des enchanteurs lacs de Bastan et son petit refuge où la fameuse tarte aux myrtilles nous fait de l'œil !

*4h de balade, 350 m en positif et négative*

*Nuit en hôtel \*\*\**

## Jour 7 : FIN

Fin du séjour, après le petit déjeuner.

### A 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 dénivelées positives d'environ 250 à 350 mètres.

Etapas de 4h à 4h30 environ, sur sentier tracé et entretenu 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 +

## **PORTAGE :**

Portage dans votre sac à dos de vos affaires personnelles ainsi que de votre pique-nique.

## **GROUPE :**

Départ avec un minimum de 2 personnes.

## **DÉPLACEMENT :**

En véhicule personnel, pour tous les transferts hôtel – départ des randonnées.

## **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 :**

En demi-pension pendant toute la durée du séjour, petit-déjeuner et dîner pris au restaurant.

**Le pique-nique n'est pas compris dans la formule Liberté.**

**RENDEZ -VOUS :** RDV directement à votre hôtel, au cœur de Saint Lary pour **17h**.

**DISPERSION :** le samedi suivant après le petit déjeuner vers **10h**.

## **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 à Montréjeau :

## HÔTELS À LANNEMEZAN

### **Hôtel de la gare**

269 Avenue de la Gare, 65300 Lannemezan

Tél : 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

### **OPTION VISITES :**

Nous pourrons sur le retour de notre randonnée, prendre le temps pour aller visiter un élevage de chèvre mohair ou une visite de fromage de chèvre, sans oublier la volière des aigles à Arreau...

### **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'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
- 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.

# En vous souhaitant un agréable séjour Liberté ...

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