SUR LES HAUTEURS

RANDONNÉES ET VOYAGES À PIED

votre trek commence ici...

LACS ET AIGUILLES DES ENCANTATS

Randonnées en Liberté et en itinérance, pour découvrir l'essentiel de ces belles montagnes !

Séjour 7 jours, 6 nuits, 5 jours de randonnée

En hôtel ** OU en gite avec un petit raid en montagne, de refuge en refuge

Difficulté :				Saison						Départ garanti
2 chaussures	Hôtel, Gite et refuge	Semi itinérance	Portage de vos affaires personnelles pour la journée	J	F	M	A	M	**J**	À partir de 2 personnes
				J	**A**	**S**	O	N	D	

Une traversée du **Parc National d'Aigues Tortes**, pour admirer ces belles montagnes « enchantées » ! Vous randonnerez dans, un des plus beaux sites pyrénéens, avec plus de 300 lacs naturels, dissimulés, nichés au cœur de ses vallées reculées, vestiges des dernières glaciations !
Vous découvrirez au cœur de ce Parc National, un **espace privilégié** pour la randonnée qui déroule sans fin des paysages bien ordonnés, paisibles et reposants. Vous cheminerez dans ces massifs granitiques, où l'omniprésence de l'eau à façonné une montagne **d'une rare beauté**.

DATE :

De début juin à fin septembre. Réservation soumise aux disponibilités, au moment de votre réservation.

TARIFS :

535 € par personne (minimum 2 personnes) en formule gîte et refuge
625 € par personne (minimum 2 personnes) en formule hôtel et refuge
Single : + 90 € pour la personne seule (en formule hôtel)

Tarif Nuit supplémentaire en demi-pension en Twin : **75 €** par personne
Tarif Nuit supplémentaire en demi-pension en Single : **95 €** par personne

LE TARIF COMPREND

- L'hébergement en demi-pension du jour 1 au soir au jour 7 le matin, *soit en gite ou en hôtel,*
- Un topo guide, avec une carte détaillée scannée pour chaque randonnée, pour 4 personnes,
- La taxe de séjour.

LE TARIF NE COMPREND PAS

- Les boissons,
- Les repas du midi, commande possible, la veille au refuge,
- Le transfert des bagages, impossible car pas de pistes,
- Les douches chaudes dans les refuges,
- Un véhicule pour tous les transferts,
- Les dépenses personnelles,
- Les assurances,
- Le transfert en taxi le dernier jour, soit le jour 6.

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

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.

NOS POINTS FORTS

- Une découverte de ce joyau Pyrénéen, le Parc National aux 300 lacs,

- Un espace protégé avec une flore et une faune exceptionnelle,

- 4 nuits consécutives en refuges de haute montagne, pour une véritable immersion !

Votre itinéraire

Déroulement du séjour

Jour 1 : ACCUEIL

Accueil au gîte en Espagne, situé sur le petit village de Salardù, vers 17h00.
Nuit en gîte ou en hôtel

Jour 2 : LE REFUGE DE RESTANCA

Départ pour le **refuge de Restanca**, situé à 2080 m, dans ce fabuleux paysage de lacs et de sommets déchirés sur fond de ciel bleu et partout le murmure des torrents qui nous accompagnera tout au long de ce beau parcours. Une fois arrivés au refuge, vous pouvez en option, aller voir l'immense **lac de Mar**.

Nuit au refuge.
4h30 de marche et environ 600 m de dénivelé positif, 200 m en négatif.

Jour 3 : LE REFUGE DE VENTOSA

Belle étape de randonnée afin de basculer vers la belle vallée de **Ventosa** et de zigzaguer parmi les nombreux lacs d'altitude, au pied des **aiguilles de Travessani**. Vous êtes au cœur du parc National d'Aigues Tortes (en catalan).

Nuit au refuge.
5h de marche et environ 450 m de dénivelé positif, 400 m en négatif.

Jour 4 : LE REFUGE DE COLOMERS

Aujourd'hui, encore une très belle randonnée, passant par le **Port de Caldès**, avant de basculer sur le beau cirque de Colomers, avec ses innombrables lacs d'altitude, un véritable joyau des **Pyrénées**. Peut-être verrez-vous des isards…

Nuit au refuge.
5h30 de marche et 550 m de dénivelé positif, 450 m en négatif.

Jour 5 : LE REFUGE D'AMITGES

Belle traversée de ce cirque, en direction du **Port de Ratera**, avant de terminer cette randonnée sur le plus haut refuge des Encantats : **Amitges**, également célèbre pour ses belles aiguilles !

Nuit en refuge très confortable.

5h30 de marche et 650 m de dénivelé positif, 300 m en négatif.

Jour 6 : VALLÉE DE SABOREDO & LE VILLAGE DE SALARDU

Très beau parcours pour découvrir **le val de Ruda** et le petit refuge authentique de Saboredo… et ses nombreux lacs. Descente en vallée vers notre gîte, situé au village de **Salardù**.

Nuit en gîte ou en hôtel.

5h30 de marche et 550 m de dénivelé positif, 750 m en négatif.

Jour 7 : FIN DU SÉJOUR

Fin du séjour après le petit déjeuner.

Info Séjour

NIVEAU : 2 CHAUSSURES

Pour marcheurs moyens, pratiquant déjà la randonnée, avec des dénivelés positifs d'environ 550 mètres, et plus si vous choisissez l'ascension d'un sommet.
Étapes de 5h en moyenne, sur sentier bien tracé et entretenu en montagne, avec quelques passages sur éboulis, mais en règle générale aucune technique, ni de 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 +

SÉCURITÉ :

Pour personne connaissant bien la randonnée et maitrisant surtout, la lecture d'une carte de montagne et sachant se servir d'une boussole avec une carte !

LE VOYAGE EN LIBERTÉ :

Ce circuit s'effectue sans accompagnateur et sous votre propre responsabilité.
Nous vous fournissons toutes les indications nécessaires au bon déroulement de votre circuit, mais nous ne pouvons en aucun cas être responsable d'une erreur d'itinéraire ou d'un départ trop tardif le matin qui pourrait poser des problèmes pour arriver à l'étape suivante.

DOSSIER DE RANDONNÉE :

Nous vous ferons parvenir avant votre départ :

- une convocation,
- des bons d'échanges à transmettre aux prestataires sur place (hébergement, taxi…),
- une cartographie,
- un topo-guide descriptif de la randonnée.

Tous ces documents seront envoyés par courrier à l'adresse indiquée sur le bulletin d'inscription. Si vous êtes absent à cette adresse, nous vous remercions de nous indiquer où envoyer votre dossier de randonnée.

PORTAGE :

Portage de vos affaires personnelles de la journée pour le début de la semaine. Ensuite vous partez sur un petit raid de 4 jours, avec 3 nuits en refuge. Portage d'un sac à dos pour 4 jours, 3 nuits, pas de duvet nécessaire, juste un drap ou « sac à viande », des couvertures sont à disposition dans les dortoirs, des refuges.

GROUPE :

Minimum de 2 personnes.

RENDEZ –VOUS : le jour 1 à Salardù vers 17h00
DISPERSION : le jour 7 vers 10h00

HÉBERGEMENT :
En gîte à Salardù en formule dortoir ou en hotel, en formule chambre Twin (base 2 personnes)
En Refuge de haute montagne, en petit dortoir de 6 à 10 personnes, avec douche chaude payante.
Vos dates seront toujours soumises au calendrier des disponibilités auprès des refuges !

REPAS :
½ Pension pendant toute la durée du trek, petit déjeuner et dîner pris au refuge et gîte.
Les repas du midi ne sont compris…
Il vous faudra les demander en arrivant en fin d'après-midi, pour le lendemain matin.

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 Saint-Gaudens :

Hôtel SAINT GAUDENS (situés à 1km de la gare SNCF)
Hôtel * du Commerce Restaurant**
2, avenue de Boulogne 31800 Saint-Gaudens
Tel : 05 62 00 97 00
http://www.commerce31.com

Maison d'Hôtes l'Esplanade
8, place du Mas Saint-Pierre
31800 SAINT-GAUDENS
Tel : 05 61 89 15 90
http://www.maisonlesplanade.fr

Ibis budget (2,2 km de Saint Gaudens)
3 Avenue du Pic du Midi, 31800 Estancarbon
Tel : 0892700389
Situé juste à la sortie A64 sortie 18
http://www.accorhotels.com/fr/hotel-6400-ibis-budget-saint-gaudens-ex-etap-hotel

Sinon, vous pouvez **aller passer directement la nuit à l'hôtel sur la vallée de Salardù.**
Pour faire la réservation, merci de nous avertir à l'inscription.

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.

DÉPLACEMENT :
En voiture personnelle pour les transferts mentionnés dans le séjour, pour vous rendre en Espagne et ensuite pour aller sur les sites des randonnées.
ATTENTION : *Concernant la législation espagnole, vous arrivez en voiture et vous devez vous munir de 2 triangles et de 2 gilets à laisser dans votre véhicule, la Police espagnole est très rigoureuse là-dessus lors d'un contrôle automobile*

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 : (Liste non exhaustive)
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
- Un maillot de bain (facultatif)
- 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
- Gants légers ou sous-gants en soie.

Pour la randonnée

- Un sac à dos de 30/40 litres avec une ceinture ventrale
- 1 paire de 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
- Une gourde
- Couverts, couteau et gobelet
- Une glacière souple
- 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)*
- Un briquet
- Couverture de survie

Une paire de lacets de rechange

Une petite pharmacie personnelle

- Vos médicaments si traitement
- Aspirine / Paracétamol
- Un antiseptique
- Médicament antalgique (douleurs et fièvre), anti diarrhéique, anti-inflammatoire et un antispasmodique
- Pansements et double peau type Compeed

En vous souhaitant un agréable séjour dans nos montagnes Pyrénéennes…

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 :

SUR LES HAUTEURS
RANDONNÉES ET VOYAGES À PIED
votre trek commence ici...

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