

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 . . .

ANETO, LACS ET SOMMETS EN VALLÉE DE BENASQUE

Séjour randonnées en liberté et en étoile avec en option, l'ascension du plus haut sommet des Pyrénées : l'Aneto

Séjour 7 jours, 6 nuits, 6 jours de marche

En Hôtel 3★ confortable, en chambre Twin

				Saison						Départ garanti 
3 à 5 Chaussures	Hôtel 3★	En étoile	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	

C'est dans ce massif de la Maladeta, dans la vallée de Bénasque, où l'histoire du Pyrénéisme s'est écrite, que vous partirez, vous aussi à l'assaut de ces hauts sommets pyrénéens, dont le plus élevé :

le Pic d'Aneto, qui culmine à 3404 m (*en option*) ...

Au cœur de ce grandiose massif granitique, qui conserve encore les glaciers les plus importants des Pyrénées, nous vous proposons d'évoluer et de découvrir différents paysages, tout au long de votre semaine, avec parfois quelques randonnées, comportant 2 niveaux sur la même journée.

Le soir, vous retrouverez, votre camp de base, un superbe hôtel 3★, situé au pied de ces hauts sommets.

Un séjour **haut en couleur** pour les amoureux des grands espaces...



NOS POINTS FORTS

- Un séjour pour découvrir la belle vallée de Bénéasque et pour faire l'ascension du plus haut sommet des Pyrénées, **(en option)**
- Un superbe hôtel 3★, très confortable en vallée
- 6 jours de randonnées, avec des paysages variés, des sommets et des lacs d'altitude

DATE : De juin à mi-octobre 2025

TARIF avec ascension	TARIF sans ascension
825 € par personne (BS)	625 € par personne (BS)
925 € par personne (MS)	725 € par personne (MS)
1055 € par personne (HS)	855 € par personne (HS)

Single (BS) : 200 € par personne

Single (MS) : 230 € par personne

Single (HS) : 250 € par personne

BS : basse saison : mai, juin, septembre et octobre

MS : moyenne saison : juillet

HS : haute saison : août

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

Tarif Nuit supplémentaire en demi-pension en Twin **(MS) : 85 €** par personne

Tarif Nuit supplémentaire en demi-pension en Twin **(HS) : 105 €** par personne

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

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

Tarif Nuit supplémentaire en demi-pension en Single **(HS) : 115 €** par personne

LE TARIF COMPREND

- ✚ l'hébergement en demi-pension du jour 1 à midi au jour 7 au matin
- ✚ prêt du matériel technique pour l'ascension de l'Aneto, (baudrier, crampons et piolet), **en option**
- ✚ l'encadrement par un guide haute montagne parlant français, **en option**.

LE TARIF NE COMPREND PAS

- ✚ les boissons
- ✚ Les pique-niques
- ✚ le trajet de France pour se rendre en Espagne et les courts transferts tous les jours
- ✚ les assurances.

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

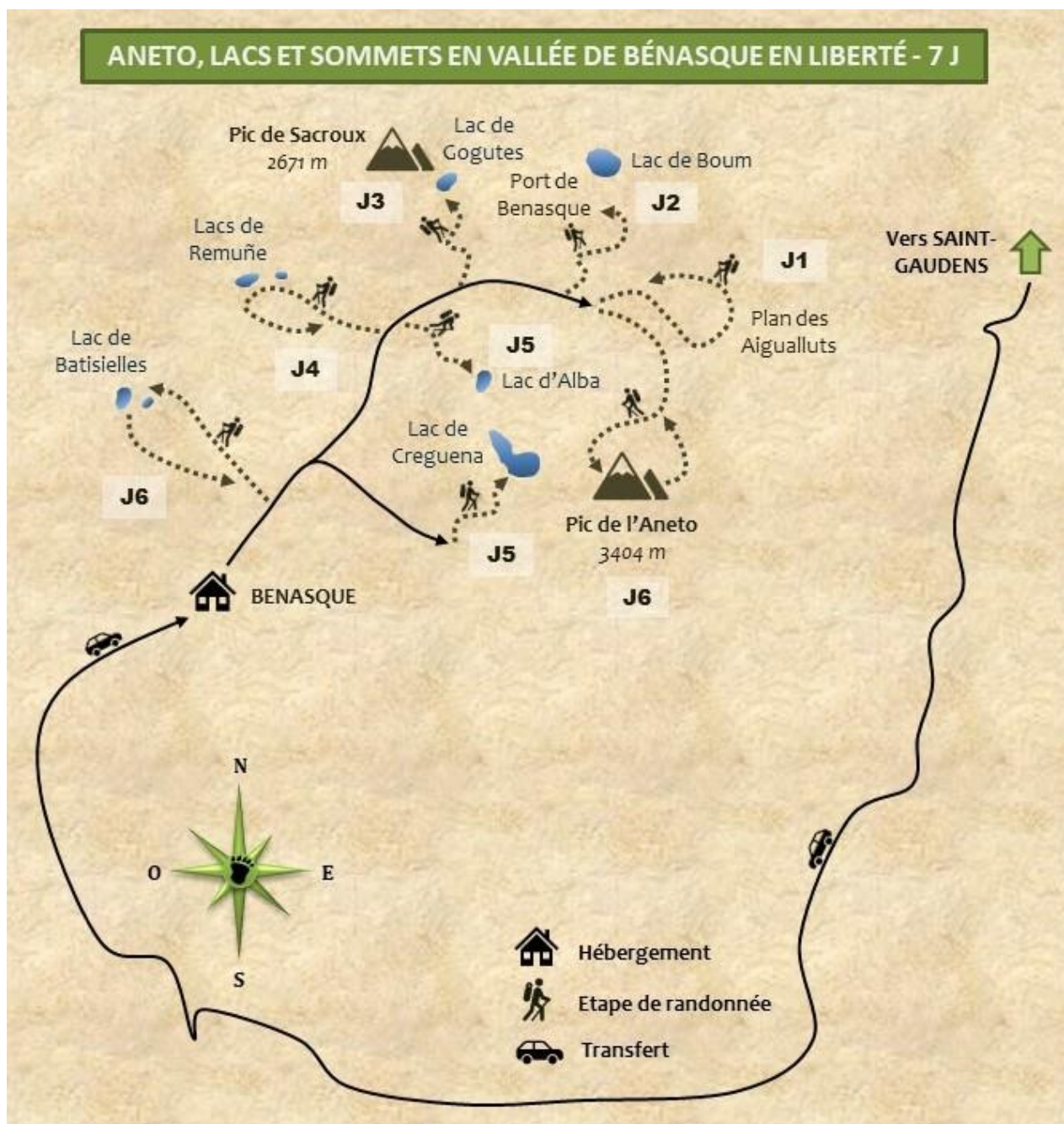
Nous vous proposons 3 formules d'assurances :

Assurance 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 : LE PLAN DES AIGUALLUTS (2295 m)



Un des derniers glaciers qui subsistent dans nos Pyrénées. Départ pour une journée magnifique, haute en couleurs, avec les forêts puis les alpages, la Rencluse et enfin, la vue sur le **glacier de la Maladetta**.
Belle rando en boucle.

5h de marche. Dénivelé positif et négatif de 550 m.
Nuit en hôtel

Jour 2 : LE PORT DE BENASQUE



Départ depuis notre hôtel, pour une belle randonnée vers le **port de Sauvegarde**, col frontalier, face au Seigneur des Pyrénées, avec un panorama exceptionnel sur le grand glacier de la Maladeta. Une fois au col, vue sur le versant français avec son lac du Boum.
Plus loin, vous apercevez le massif des Posets.

5h30 de marche, Dénivelé positif et négatif de 720 m
Nuit en hôtel

Jour 3 : LE LAC DE GOGUTES (2313 m) OU LE PIC DE SACROUX (2671 m)



Aujourd'hui, petite randonnée, pour se reposer un peu de la longue ascension de la veille, avec ce petit lac de Gogutes, sinon, pour les amateurs d'efforts, la rando sera orientée vers le **Pic de Sacroux**, magnifique point de vue, situé sur la frontière.

4h de marche. Dénivelé positif et négatif de 550 m / - 550 m
6h30 de marche. Dénivelé positif et négatif de 900 m / - 900 m
Nuit en hôtel

Jour 4 : LES LACS DE REMUNE (22250 m)



Une belle randonnée d'abord en sous-bois, mais qui très vite, va dévoiler, de superbes paysages de **Haute montagne**. Vous découvrirez les lacs de la vallée de Remune, dans une belle vallée très calme.

5h de marche. Dénivelé positif et négatif de 550 m.
Nuit en hôtel

Jour 5 : LE LAC D'ALBA (2255 m) OU LE LAC DE CREGUENA (2662 m)



Nous irons découvrir, **le lac d'Alba** avec cette rando tranquille, sinon, pour les sportifs, ce sera la découverte de cet immense lac de Cregueña, niché au creux d'un vallon, au pied des majestueuses faces Sud, **de la Maladeta** et des Monts Maudits.

5h de marche. Dénivelé positif et négatif de 600 m / - 600 m

6h30 de marche. Dénivelé positif et négatif de 1190 m / - 1190 m.

Nuit en hôtel

Jour 6 : LE LAC DE BATISIELLES (1865 m)



Pour terminer en beauté cette belle semaine, court transfert vers la vallée d'Estos, sous le regard des grands massifs frontaliers entre la France et l'Espagne : **Perdiguère, Gourg Blancs, Portillon, Clarabides...** La Vallée d'Estos offre le calme avec son refuge gardé. Plus loin le lac inférieur de Batisiellas, entouré d'aiguilles de granit élancées. Tour complet du vallon de Batisiellas, une myriade de lacs cernée de sommets et d'une vue splendide.

4h de marche. Dénivelé positif et négatif de 700 m

6h de marche. Dénivelé positif et négatif de 750 m

Nuit en hôtel

OU

Jour 6 : LE PIC ANETO (3404 m)



Un des derniers glaciers qui subsistent dans nos Pyrénées. Départ très tôt, avec votre **guide de Haute montagne**, pour une journée très sportive. Vous verrez de magnifiques paysages spectaculaires, avec le Pic de la Maladeta qui veille sur sa renommée.

9 à 11h de marche. Dénivelé positif et négatif de 1650 m.

Nuit en hôtel

Jour 7 : RETOUR

Fin du séjour, après le petit déjeuner

À NOTER

- Ce topo a été réalisé par un Accompagnateur en Montagne professionnel désireux de vous faire découvrir sa passion et notamment de cette fabuleuse chaîne de montagnes. C'est consciencieusement et sur le terrain que les descriptifs ont été écrits. Les dénivelés et les temps horaires ont été calculés au plus juste mais il se peut que vous constatiez des variations plus ou moins importantes, ceci est tout à fait normal.
Si toutefois, vous constatez des problèmes dans les indications, des changements sur le terrain ou d'autres impondérables, merci de nous en faire part...
- Le déroulé de ce séjour a été établi en fonction des dénivelés des randonnées et aux transferts à effectuer quotidiennement. Toutefois, vous pouvez si vous le jugez bon, intervertir les journées de marche suivant par exemple, les conditions météorologiques.

Info séjour

NIVEAU : De 3 à 5 CHAUSSURES

Pour bons à très bons randonneurs, pratiquant déjà la randonnée en montagne, avec des dénivelées positives de 900 à 1400 mètres.

Etapas de 5h30 à 7h30 en moyenne, avec une étape difficile, pour l'ascension du sommet Aneto.

	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 +

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 ce séjour, mais nous ne pourrions en aucun cas, être tenus pour responsables d'un incident voire d'un accident, si vous n'avez pas respecté l'itinéraire indiqué, certaines précautions élémentaires d'attitude, de comportement et **surtout de sécurité...**

GROUPE :

Composé de 2 personnes minimum

PORTAGE :

Portage dans votre sac à dos de vos affaires personnelles.

NOTE IMPORTANTE POUR L'ASCENSION DE L'ANETO

C'est une ascension qui nécessite un effort soutenu d'endurance sur un terrain montagnard en Haute montagne. Progression encordée sur un glacier.

NOTA :

Un Guide Haute Montagne, parlant français, pour l'ascension du plus haut sommet des Pyrénées : l'Aneto : 3404 m.

Pour cette ascension, le matériel technique sera fourni : baudrier, crampon et piolet avec une séance d'information et de réglage la veille du départ.

Bien spécifier, si vous souhaitez prendre cette option, dès votre inscription.

HÉBERGEMENT :

En hôtel 3★ confortable, en formule chambre Twin avec lit séparé, la douche dans la chambre, la TV, la climatisation.

Vous pouvez vous rendre directement à l'hôtel, il y a un parking privé.

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 :

Formule demi-pension, pendant toute la durée du séjour, petit déjeuner et dîner pris au restaurant à l'hôtel.

Les repas du midi ne sont pas compris dans la formule.

RENDEZ -VOUS : le jour 1, à Bénasque, vers 10h00. Soyez déjà en tenue de randonnée.

DISPERSION : le jour 7, après le petit déjeuner

DÉPLACEMENT :

En voiture personnelle pour tous les transferts et de la France jusqu'en Espagne.

Court transfert tous les jours afin de se rendre sur les départs de randonnées. (Ces temps de transferts sont donnés à titre indicatif, ils peuvent fluctuer suivant les conditions météorologiques et la situation du trafic routier...)

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 carte,
- 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 vous envoyer votre dossier de randonnée.

FORMALITÉS :

Durant le séjour, vous devez être en possession de votre carte d'identité en cours de validité ou passeport, de votre carte vitale, du numéro de contrat et numéro de téléphone de votre assurance personnelle (en cas de non souscription à notre assurance).

Il est possible de voyager dans ce pays, sans passeport mais avec une carte nationale d'identité.

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.

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.

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 le séjour

- Un sac de voyage souple pour vos affaires des 7 jours (pas de bagage trop encombrant)
- 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 LA RANDONNÉE :

 ÉQUIPEMENT VESTIMENTAIRE	 MATÉRIEL
• Tee-shirts manches longues ou courtes et respirants (pas de coton) • Veste chaude ou sweat polaire type Polartec • Une doudoune légère ou une micropuff • 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 surpantalon imperméable • Une cape de pluie (facultative) • Un short • Paires de chaussettes de marche, semi montantes ou basses, en laine ou spécifique rando (à bouclettes) • Casquette ou chapeau de soleil • Tour de cou • Bonnet • Gants légers ou sous-gants en soie.	• Un sac à dos de 30/50 litres avec une ceinture ventrale • Une housse de protection de sac à dos (si pas intégré dans le sac à dos) • Une paire de chaussures imperméables avec un bon maintien de la cheville • Une paire de bâtons de marche • 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 isotherme • Une lampe frontale • 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) • Un briquet (facultatif) • Une 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
- Antihistaminiques contre les piqûres d'insectes par exemple (facultatif)
- Pastilles contre le mal de gorge (facultatif)
- Bande adhésive élastique en 5 ou 8 cm de large x 2,5 m (facultatif)
- Bande de strapping
- Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- Collyre (en cas de poussières ou irritation/sécheresse oculaire)
- Pince à épiler (facultatif)
- Petits ciseaux (facultatif)
- Pince à tiques
- Un répulsif anti-moustique
- Gel hydro alcoolique antibactérien utile pour se laver ou se désinfecter les mains.

Informations complémentaires

La vallée de Benasque est située dans la partie la plus orientale de l'Aragon, entre le Vall d'Aran à l'Est et la vallée de Ghistain, à l'Ouest.

Le 23 juin 1994, le Parc Naturel Posets - Maladeta, a été créé, afin de sauvegarder ses valeurs naturelles, tant sa faune (bouquetin, coq de bruyère, gypaète...) que sa flore (pin noir, sapin et pin sylvestre ...), comme ses paysages ainsi que leurs formations géomorphologiques.

Le Parc possède la plus grande concentration de sommets supérieurs à 3 000 m, répartis en trois massifs :

- massif de la Maladeta : Pic Aneto (3 404 m), Maladeta, Maldito..
- massif des Posets : Pic Posets (3 375 m),
- massif de Perdiguere : Pic Perdiguère (3 222 m), Royo...

Bien que la plupart des glaciers des Pyrénées se trouvent sur le versant côté français, on a les plus grands glaciers dans la Vallée de Benasque, tels le glacier de l'Aneto ou le glacier de la Maladeta.

On dénombre ici jusqu'à treize glaciers, dans les massifs des Posets, Perdiguere et Maladeta.

La vallée de Benasque compte 95 lacs d'origine glaciaire (Cregüeña, Batisiellas, Alba, Ballibierna, ...), de différentes dimensions et caractéristiques.

L'économie de Benasque reposait autrefois principalement sur l'agriculture et la sylviculture. Cependant, ces activités ont presque complètement disparu à la fin du XX^e siècle, laissant place à un tourisme très important, majoritairement espagnol et français, qui entraîna une profonde métamorphose de la ville.

Le début du XX^e siècle fut marqué par l'exploitation d'une mine de pyrites, à proximité de la ville de Benasque.

Ensuite, la création de la station de ski d'Aramon Cerler, à proximité de Bénéasque, a aussi été une source de tourisme, principalement espagnol.

Les bains thermaux de Benasque (où l'on trouve une baignoire datant du temps des Romains) se situent sur le territoire de la commune, en pleine vallée de Benasque.

En vous souhaitant un agréable séjour Liberté ...

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 :



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