

# 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 . . .

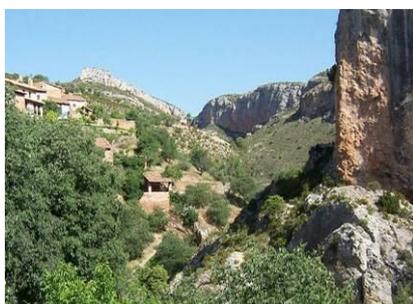
## LES PLUS BELLES RANDONNÉES EN SIERRA DE GUARA

Randonnées accompagnées et en étoile

Séjour 7 jours, 6 nuits, 6 jours de randonnée

En hôtel familial OU en gîte familial, sur la base de 2 personnes par chambre ou en Single, avec piscine extérieure dans les 2 hébergements

				Saison			Départ garanti 			
2 Chaussures	Hôtel ou Gîte avec piscine extérieure	En étoile	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	



Au cœur de l'**Aragon** flamboie le merveilleux massif de la **Sierra de Guara**, paradis du canyoning mais aussi de la randonnée. Ces montagnes culminent à plus de 2000 mètres et revêtent à distance une apparence débonnaire, drapée de verdure. Ce circuit permet de découvrir le véritable caractère de ce joyau taillé dans la masse calcaire. Au fil des millénaires, l'eau a **sculpté la roche** et créé des splendeurs grandioses, souvent cachées...

Ici l'Homme a élu domicile depuis la Préhistoire, jalonnant le sauvage territoire de grottes ornées de peintures rupestres, d'ermitages solitaires et de nombreux villages. Allant d'**Alquezar**, magnifique village chargé d'histoire et de vie, jusqu'à Otin, hameau abandonné à l'usure du temps...

Nul doute qu'il y aura toujours le regard perçant d'un de ces rapaces immenses pour surveiller votre baignade providentielle et rafraîchissante dans **l'eau turquoise d'un rio** !

## NOS POINTS FORTS

- La découverte en douceur du Parc Naturel de la Sierra de Guara
- Un hébergement familial avec une piscine extérieure et une bonne cuisine locale
- Un circuit en étoile, empruntant des variantes pour se baigner dans l'après-midi

## DATES : Du dimanche au samedi

DATES EN GÎTE	TARIF GÎTE	TARIF SINGLE
30/03 au 05/04/2025	845 €	150 €
20/04 au 26/04/2025	899 €	150 €
04/05 au 10/05/2025	845 €	150 €
18/05 au 24/05/2025	845 €	150 €
01/06 au 07/06/2025	845 €	150 €
15/06 au 21/06/2025	845 €	150 €
06/07 au 12/07/2025	899 €	150 €
20/07 au 26/07/2025	899 €	150 €
10/08 au 16/08/2025	899 €	150 €
31/08 au 06/09/2025	845 €	150 €
28/09 au 04/10/2025	845 €	150 €

DATES EN HÔTEL	TARIF HÔTEL	TARIF SINGLE
06/04 au 12/04/2025	895 €	180 €
27/04 au 03/05/2025	895 €	180 €
11/05 au 17/05/2025	895 €	180 €
25/05 au 31/05/2025	895 €	180 €
08/06 au 14/06/2025	895 €	180 €
22/06 au 28/06/2025	895 €	180 €
13/07 au 19/07/2025	965 €	180 €
03/08 au 09/08/2025	965 €	180 €
17/08 au 23/08/2025	965 €	180 €
14/09 au 20/09/2025	895 €	180 €
05/10 au 11/10/2025	895 €	180 €

### LE TARIF COMPREND

- ✚ L'encadrement par un accompagnateur en montagne,
- ✚ L'hébergement en pension complète du midi du jour 1 au jour 7 le matin, en hôtel ou en gîte, selon option choisie,
- ✚ Les transferts A/R de la gare avec notre minibus de 8 personnes,
- ✚ La taxe de séjour.

### LE TARIF NE COMPREND PAS

- ✚ Les boissons,
- ✚ 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**

**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.

## **FIDÉLITÉ**

Nous vous offrons une réduction de 4% dès votre 3<sup>ème</sup> voyage ou séjour dans les deux années civiles qui suivent la date du départ de votre premier séjour.

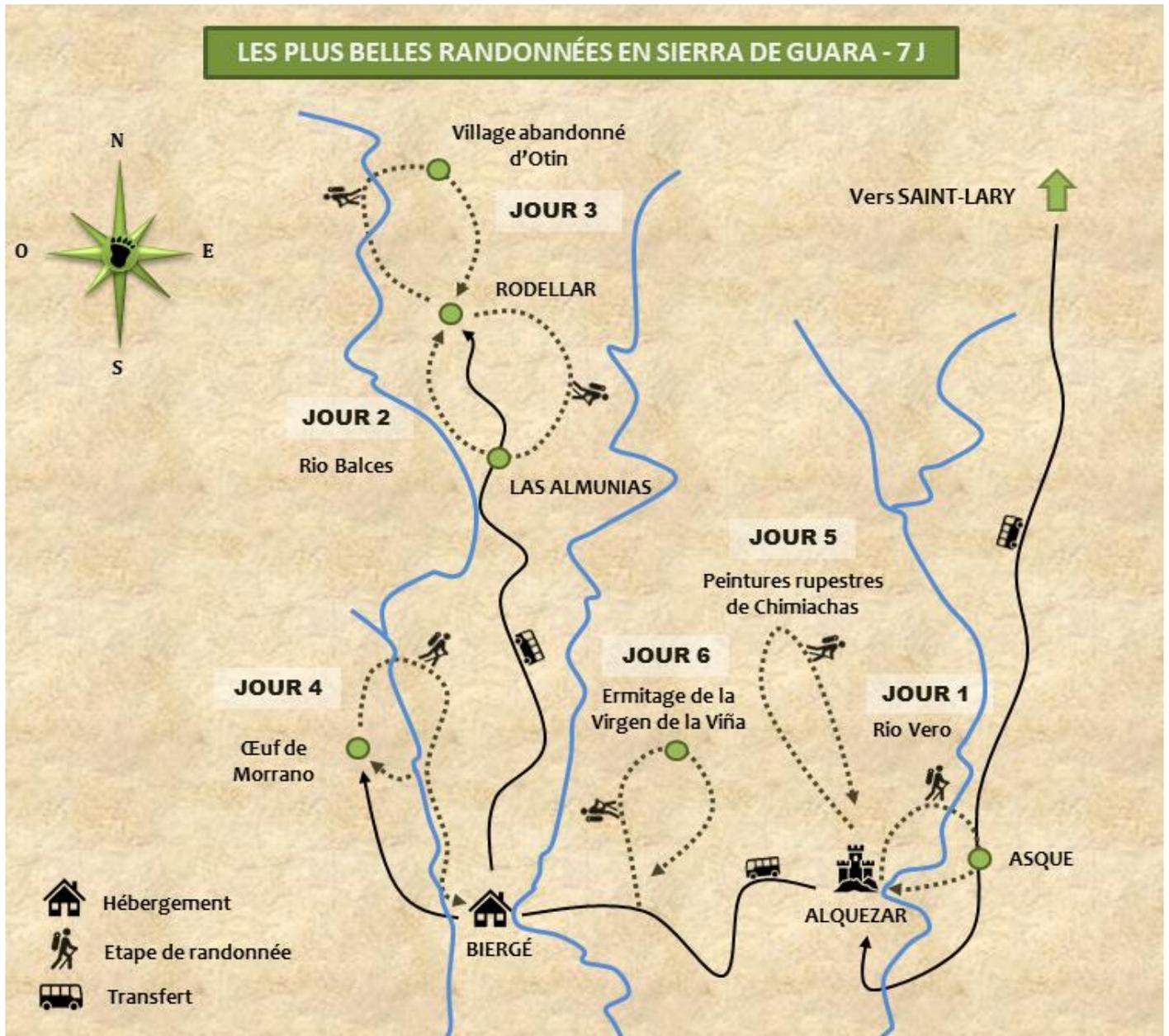
### **RÉDUCTIONS SUR LE PRIX DU SÉJOUR :**

**\*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 : DÉCOUVERTE DU RIO VERO



Accueil en gare SNCF de Pau et transfert en Espagne. Contraste saisissant entre les 2 versants.

Découverte du village d'**Alquézar** et petite randonnée dans ce décor grandiose, pour aller voir le **Rio Véro** et ses grandes parois.

Baignade possible

*Nuit en hôtel ou en gîte*

*3h30 de marche et environ 300 m de dénivelé positif et négatif*

## Jour 2 : LE RIO BALCES



Très belle étape sauvage, à travers des paysages gigantesques en passant par de **superbes sentiers aériens** permettant de jolis points de vue sur cette région.

Vous découvrirez tour à tour des paysages boisés au début de notre périple pour ensuite longer de superbes canyons et finir la journée au village de **Las Almunias**.

Baignade possible NON. *Nuit en hôtel ou en gîte*

*5h30 de marche et environ 550 m de dénivelé positif et négatif*

## Jour 3 : LE VILLAGE ABANDONNÉ D'OTIN



Étape grandiose passant par le **canyon du Mascun**, décor spectaculaire, impressionnant, magie des grands canyons aux couleurs ocre, beauté sauvage de ces étendues arides.

Nous arrivons tranquillement sur un plateau avant d'aller faire la pause déjeuner, à l'ombre sur une belle prairie au **village abandonné d'Otin**. Là, nous verrons le ballet des vautours au vol impassible, véritables maîtres de ces lieux.

*Nuit en hôtel ou en gîte*

*5h de marche et 600 m de dénivelé positif et négatif*

## Jour 4 : L'ŒUF DE MORANO



Au départ du **village de Morano**, une magnifique boucle passant au pied de cette belle falaise avant de plonger dans un canyon, pour la pause déjeuner. Ensuite, en fonction de la météo, nous pourrions, soit descendre dans ce canyon, soit continuer par un **agréable sentier** passant au-dessus de ce superbe défilé.

Baignade possible. *Nuit en hôtel ou en gîte*

*5h de marche et 550 m de dénivelé positif et négatif*

## Jour 5 : LES PEINTURES RUPESTRES DE CHIMIACHAS



Aujourd'hui encore, l'étape sera belle. Nous ferons le transfert vers le superbe village d'**Alquézar** pour aller découvrir de belles peintures rupestres, perdues au fond d'un canyon...

*Nuit en hôtel ou en gîte*

*5h30 de marche et 550 m de dénivelé positif et négatif*

## Jour 6 : VIRGEN DE LA VIGNA



Départ d'un joli village pour aller visiter, la belle église de la **Virgen de la Vigna**, perdue, en pleine montagne... Ensuite, en fonction de la météo, descente dans un canyon, baignade possible. Sinon, nous retournerons au parking, en suivant un superbe sentier dans la garrigue, à travers des champs d'**oliviers**, d'amandiers, fleuris de superbes coquelicots étincelants.

*Baignade possible. Nuit en hôtel ou en gîte*

*5h de marche et 550 m de dénivelé positif et négatif*

## Jour 7 : FIN DU SÉJOUR

Retour en France par le **col du Pourtalet**, afin d'admirer le célèbre Pic du Midi d'Ossau. Pause pique-nique dans ce cadre magnifique.

Transfert sur la gare SNCF de Pau pour 15h00

### 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.
- Les durées de nos randonnées sont données à titre indicatif. Elles peuvent varier en fonction de plusieurs éléments lors du déroulé de notre séjour (niveau des participants, météo, état du terrain, etc....). Les durées de transfert peuvent aussi fluctuer en fonction des conditions climatiques et de l'état des routes.
- La baignade est possible sur les deux dernières journées en cours d'étape ou en fin de journée. Ce serait dommage de ne pas en profiter. Nous soulignons cependant que les accompagnateurs de montagne ne sont pas maîtres-nageurs ; ces baignades se font donc sous votre responsabilité

# Info séjour

## NIVEAU : 2 CHAUSSURES

Pour marcheurs moyens pratiquant déjà la randonnée, avec des dénivelés positifs de 550 à 650 mètres. Étapes de 5 à 6h de marche, sur sentier bien tracé et entretenu en montagne, avec quelques passages hors sentier, mais en règle générale aucune technique, ni difficulté sur le circuit.

À noter que la première journée est plus facile, avec seulement 3h30 de marche pour 300 mètres de dénivelé.

	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 pour la journée ainsi que de votre pique-nique.

## GROUPE :

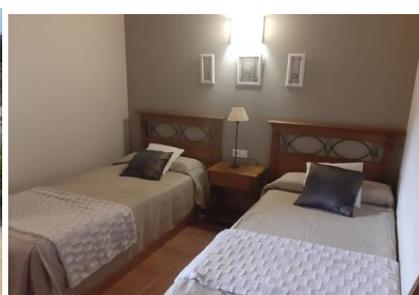
De 4 personnes minimum à 8 personnes maximum.

## 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.

## HÉBERGEMENT :

-  **En hôtel confortable**, en formule Twin ou Single, avec sanitaires dans chaque chambre, dans un petit hameau, tranquille. Très bonne cuisine locale. Cet hôtel met à disposition une piscine extérieure, ouverte dès le mois de juin.



- ✚ **En gîte confortable**, en formule Twin ou Single, avec sanitaires dans chaque chambre, dans un petit hameau, tranquille. Très bonne cuisine locale.  
Ce gîte met à disposition une piscine extérieure, ouverte dès le mois de juin.



**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, petit déjeuner et dîner pris au restaurant.  
- 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.

**RENDEZ-VOUS :** le dimanche à la gare SNCF de Pau à **10h00**

**DISPERSION :** le samedi suivant en gare de Pau vers **15h00**

### **DÉPLACEMENT :**

En minibus pour le transfert France – Sierra de Guara.  
Court transfert tous les jours, pour se rendre sur les sites des randonnées.

### **ARRIVÉE LA VEILLE :**

Nous vous recommandons les hôtels suivants, proches de la gare :  
- **Hôtel Central à Pau.** Si vous venez de notre part, tarif préférentiel. ☎ 05 59 27 72 75  
- **Hôtel Adour :** ☎ 05 59 27 47 41  
- **Hôtel Bosquet :** ☎ 05 59 11 50 11

### **PARKINGS :**

Gratuit :

- Parking Rive du Gave : parking aérien à 800 mètres de la gare.
- Possibilité de laisser gratuitement la voiture au parking relais Catherine de Bourbon. Navette à 1 € par personne, qui vous dépose devant la gare.

Payant :

- Parking longue durée de la gare. Tarif : 55 € pour 6 jours.
- Parking Place de Verdun, proche du centre-ville. Tarif : 1,5 € la demi-journée, sauf le dimanche (gratuit).
- Parking gardé Clémenceau-Aragon, Boulevard Aragon- Square Georges V. 64000 Pau. Tél : 05 59 27 0579. (Compter environ 10 €/jour, 50€ 6 jours, 59€ 7 jours). Penser à réserver en téléphonant quelques jours avant, afin de connaître les modalités d'achat et de retrait de ces forfaits, car il n'y a pas de guichetier le dimanche.

### **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 de l'Union Européenne, sans passeport, 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 au plus tard 15 jours avant votre départ. Très pratique en cas de souci pour l'avance de frais pour les soins dans les pays européens, cette carte est à demander au moins 15 jours à l'avance à votre centre de sécurité sociale.

### **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.

# Nécessaire et Indispensable

## ÉQUIPEMENT INDIVIDUEL À PRÉVOIR : (Liste non exhaustive)

La météo peut vite changer. Un équipement adéquat vous permettra de passer ce séjour dans les meilleures conditions.

### Pour l'hôtel ou le gîte

- Un sac de voyage ou une valise pour vos affaires des 7 jours (pas de bagage trop encombrant)
- Vos affaires de rechange
- Une trousse de toilettes
- Un maillot de bain / une serviette microfibre
- 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
<ul style="list-style-type: none"><li>• Tee-shirts manches longues ou courtes et respirants (pas de coton)</li><li>• Veste chaude ou sweat polaire type Polartec</li><li>• Une doudoune légère ou une micropuff</li><li>• Gilet sans manche coupe-vent</li><li>• Veste imperméable, respirante et coupe-vent avec capuche. (Le Gore-tex reste le matériau de référence)</li><li>• Un pantalon de randonnée léger et stretch ou un pantalon transformable</li><li>• Un surpantalon imperméable</li><li>• Une cape de pluie (facultatif)</li><li>• Un short</li><li>• Paires de chaussettes de marche, semi montantes ou basses, en laine ou spécifique rando (à bouclettes)</li><li>• Casquette ou chapeau de soleil</li><li>• Tour de cou</li><li>• Bonnet</li><li>• Gants légers ou sous-gants en soie.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Un sac à dos de 30/50 litres avec une ceinture ventrale</li><li>• Une housse de protection de sac à dos (si pas intégré dans le sac à dos)</li><li>• Une paire de chaussures imperméables avec un bon maintien de la cheville</li><li>• Une paire de bâtons de marche</li><li>• Une poche plastifiée pour protéger vos affaires à l'intérieur du sac à dos</li><li>• Protection solaire (crème et stick à lèvres)</li><li>• Lunettes de soleil catégorie 2, 3 ou 4</li><li>• Une gourde isotherme</li><li>• Une lampe frontale</li><li>• <b>Une boîte alimentaire avec un couvercle étanche</b></li><li>• <b>Une petite glacière souple et son bloc réfrigérant (recommandé)</b></li><li>• Couverts, couteau et gobelet</li><li>• Petit tapis de sol (pour vous asseoir pendant la pause déjeuner)</li><li>• Papier toilette avec une petite poche (pour ne pas le laisser dans la nature)</li><li>• Un briquet (facultatif)</li></ul>



### **Une petite pharmacie personnelle (votre guide a une pharmacie pour le groupe)**

- 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-moustiques
- Gel hydroalcoolique antibactérien utile pour se laver/désinfecter les mains.

## En vous souhaitant un agréable séjour au cœur de la Sierra de Guara...

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@surlshauteurs.com](mailto:info@surlshauteurs.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.surlshauteurs.com](http://www.surlshauteurs.com)  
[info@surlshauteurs.com](mailto:info@surlshauteurs.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