

# 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 . . .

## LA HAUTE ROUTE PYRÉNÉENNE : ÉTAPE 5

Randonnées itinérantes et accompagnées, avec quelques transferts des bagages

Séjour de 8 jours, 7 nuits, 6 jours de randonnée

Nuits en gîtes et en refuges gardés

				Saison					Départ garanti 	
5 Chaussures	Refuges, Gîtes	En 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	



Voici la Reine de toutes les traversées des Pyrénées : la Haute Randonnée Pyrénéenne. C'est une superbe traversée d'Est en Ouest par la célèbre Haute Randonnée Pyrénéenne, la **H.R.P.**, passant par les hauts cols et au pied des tous ces majestueux sommets...

Nous l'avons découpée donc en 9 tronçons de 8 jours, avec une logistique adaptée, nous avons pu parfois modifier le découpage de manière à rendre les durées de ces étapes plus homogènes.

Pour certaines ascensions de quelques hauts sommets, nous ferons appel à des guides de haute montagne, sur notre parcours.

De magnifiques vacances pour les amoureux des traversées sauvages et engagées.

ÉTAPES	DATES	TARIFS
Du Pic des Posets à l'Aneto	Du 20/07 au 27/07/2024	1095 €

#### LE TARIF COMPREND

- l'encadrement par un accompagnateur en montagne, diplômé d'état, et connaissant parfaitement les itinéraires et les Pyrénées,
- un guide de haute montagne pour l'ascension de l'Aneto, avec tout le matériel adapté (baudriers, crampons, casque, piolet),
- les services d'un chauffeur logisticien,
- l'hébergement en pension complète du jour 1 au soir au dernier jour avec le petit déjeuner, et vivres de courses,
- les transferts nécessaires au bon déroulement du programme,
- les taxes de séjour.

#### LE TARIF NE COMPREND PAS

- le trajet aller jusqu'au lieu de rendez-vous et retour à partir du lieu de dispersion,
- les boissons et dépenses personnelles,
- les douches dans les refuges,
- les assurances (facultatives).

#### **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.

# Déroulement du séjour

## DU PIC DES POSETS À L'ANETO

Se terminant en Catalogne, l'itinéraire reste principalement aragonais dans l'ambiance glaciaire et haute montagne des massifs granitiques et lacustres de la Llardana, de la Maladeta et des Encantats. Ascensions du Pic des Posets (3369 m), deuxième sommet de la chaîne, de l'Aneto ou Nethou (3404 m), le toit des Pyrénées, et du Montardo, magnifique sommet des Encantats.

### Jour 1 : RDV À SAINT LARY SOULAN

Rendez-vous : le samedi à 14h à l'arrêt de bus de Saint-Lary (65)

Accueil, transfert, installation et présentation de la semaine, à venir...

Nuit en gîte

### Jour 2 : REFUGE D'ESTOS



Mise en route assez facile le long du Barranco d'Anescruzes. Alors que nous nous situons à quelques encablures de la frontière, un bon sentier nous conduit au Puerto de Gistain (2609 m), et de là, à la riante Vallée d'Estos.

**Dénivelé positif de 800 m et négatif de 600 m pour environ 5h30 de marche.**

Nuit en refuge gardé. **Vous retrouvez vos bagages**

### Jour 3 : REFUGE DE LA RENCLUSE



Itinéraire très sauvage, via le Col de Perdiguère (2420 m) permettant de visiter le vallon et les gorges de Literoles. Un sentier en balcon nous mène finalement au refuge de la Rencluse (2140 m) situé au pied de l'Aneto.

**Dénivelé positif de 1050 m et négatif de 1100 m pour environ 6h30 de marche.**

Nuit en refuge gardé. (Pas de bagages)

### Jour 4 : LE PIC D'ANETO



Un des derniers glaciers qui subsiste 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.

**Dénivelé positif et négatif de 1650 m pour environ 6h30 de marche.**

Nuit en refuge gardé. (Pas de bagages)

## Jour 5 : REFUGE DE CONANGLES



Découverte du singulier Trou du Toro où se perdent les futures eaux de la Garonne avant de remonter la magnifique vallée granitique d'Escaleta et de gravir notre dernier 3000 de la semaine : le Tuc de Mulleres (3010 m).

**Dénivelé positif de 1200 m et négatif de 1400 m pour environ 8h de marche.**

Nuit en refuge gardé. **Vous retrouverez vos bagages et transfert de votre sac sur l'étape suivante.**

## Jour 6 : REFUGE DE LA RESTANCA



Départ de l'Hospital de Vielha pour pénétrer dans le magique Massif des Encantats. Nous gagnons le Port de Rius (2320 m) et découvrons successivement quelques-uns des plus beaux lacs pyrénéens : Tort de Rius, Tort et del Mar.

**Dénivelé positif de 950 m et négatif de 1300 m pour environ 7h de marche.**

Nuit en refuge gardé. (Pas de bagages)

## Jour 7 : VILLAGE DE SALARDU



Traversée des Encantats. Une multitude de lacs s'égrènent sur notre route tandis que nous gravissons aisément le Montardo (2833 m). Nuit dans un gîte confortable à Salardu.

**Dénivelé positif de + 1000 m et négatif de 1200 m pour environ 6h30 de marche.**

Nuit en gîte

**Vous retrouverez vos bagages.**

## Jour 8 : FIN

Fin après le petit déjeuner. Accueil des nouveaux participants et départs de ceux qui le souhaitent. Fin le dernier jour, vers 10h30 à la **gare de St Gaudens**.

# Info séjour

## **NIVEAU : 5 CHAUSSURES**

Pour très bon marcheurs, pratiquant régulièrement la randonnée, avec des dénivelés positifs de 800 à 1650 mètres.

Étapes de 7h en moyenne, sur terrain difficile en montagne, sur bloc ou éboulis. Avoir **le pied montagnard et surtout une bonne endurance**.

**Attention certains passages sont vertigineux, pour montagnards avertis.**

	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	<b>1000 m et +</b>	<b>7h et +</b>

## **PORTAGE**

**Le sac à dos :** Le portage étant réduit aux affaires personnelles de plusieurs journées et au pique-nique du midi pris le matin avant le départ.

Le sac à dos aura donc une capacité de 45 à 60 litres. Prenez un sac solide, avec des bretelles matelassées confortables et réglables, un dos à armature souple, une ceinture ventrale et un tissu résistant (type cordura).

## **BAGAGES**

Sur certaines étapes, il y aura des transferts de bagages possibles et dans ce cas, ce sera mentionné dans le programme, au jour par jour.

## **GROUPE**

De 4 personnes à 8 personnes maximum, pour cette étape difficile, avec certains passages délicats. Attention, ce séjour ne convient pas aux personnes ayant le vertige ou la peur du vide.

## **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.

Par un **guide de haute montagne diplômé** connaissant bien le pays, le massif et les techniques d'alpinisme. 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.

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.

### **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.

#### **HÉBERGEMENT**

##### **En refuge**

Pour les nuits en refuge, prévoir un sac de couchage léger.

Pour les nuits en refuge, prévoir un sac de couchage léger.

Vous serez dans des dortoirs pouvant aller de 6 à 12 personnes. Les douches chaudes ne sont pas comprises dans les refuges.

**Douche** : les douches sont payantes dans les refuges et ne sont pas comprises dans le tarif.

#### **REPAS**

Pension complète pendant toute la durée du séjour, petit déjeuner et dîner pris au refuge, le matin en partant.

#### **SANTÉ**

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

#### **DÉPLACEMENT**

En minibus pour se rendre sur les sites de randonnées au début et en fin de parcours, pour le transfert retour.

#### **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) :

### Pour le refuge

- Vos affaires de rechange
- Un sac de couchage léger
- Une trousse de toilettes
- Une lampe frontale
- Une paire de chaussures légères de type chaussons 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 sur pantalon imperméable
- Un short
- Paires de chaussettes semi montantes ou basses
- Casquette
- Gants légers ou sous-gants en soie.

### Pour la randonnée

- Un sac à dos de **55 à 65 Litres** pour vos affaires de la semaine
- 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
- 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

## Quelques infos complémentaires

L'Aneto, le plus haut sommet des Pyrénées, se situe au Nord-Est de l'Aragon et de la province de Huesca. Ce superbe sommet, aussi appelé Nethou, culmine à 3 404 m et est au cœur du Parc National de Posets Maladeta.

Pourvu d'une centaine de lacs aux eaux cristallines, de superbes cascades et d'impressionnants glaciers, ce Parc National est un immense terrain de jeux pour les amoureux de Nature. Créé en 1994, celui-ci ne peut être traversé en voiture ... Une belle occasion de découvrir ce Parc encore sauvage et authentique.

Lors de vos randonnées, vous pourrez rencontrer quelques isards, des salamandres, des perdrix des neiges, des coucous ou encore des marmottes. Au fil de votre ascension, vous rencontrerez des vautours et des rapaces, seuls maîtres de ces espaces encore préservés. Côté flore, vous pourrez photographier quelques orchidées, des myosotis, de la gentiane, ou encore des rhododendrons. Lors de votre progression, les bouleaux et noisetiers laisseront place aux pins noirs qui vous accompagneront vers les sommets.

Votre itinéraire se termine en Catalogne, l'itinéraire reste principalement aragonais dans une ambiance glaciaire et de haute montagne. Cet itinéraire de 8 jours, vous permettra d'effectuer l'ascension du Pic des Posets (3369 m), deuxième sommet de la chaîne Pyrénéenne, de l'Aneto (3404 m), le toit des Pyrénées, et enfin du Montardo. Une belle étape à ne pas manquer !

## En vous souhaitant un agréable séjour H.R.P, dans nos belles Pyrénées ...

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