

# 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 . . .

## REVEILLON AU REFUGE DES BOUILLOUSES

Randonnées en raquette, accompagnées, en étoile

Séjour 4 jours, 3 nuits

En refuge de haute montagne, confortable, avec transfert des bagages en motoneige

				Saison	Départ garanti 
2 Chaussures	Refuge	En étoile	Portage de vos affaires personnelles pour la journée	<b>29 Déc 2024 au 01 Janv. 2025</b>	A partir de 4 personnes



Le site de La Bollosa est un massif pyrénéen exceptionnel, pour pratiquer la raquette à neige, tout en douceur, dans des paysages extraordinaires et inoubliables. Situé au cœur de cette région montagnarde et ensoleillée, le refuge des Bouillouses, nous permettra de découvrir, raquettes aux pieds et le sac léger, une succession d'altiplanos, parsemés de lacs gelés.

Nous zigzaguons tous les jours, dans cet univers blanc, avec quelques forêts éparses de pins. Le soir du réveillon, ambiance assurée, dans cet authentique refuge, posé au pied de sommets majestueux...

## DATE

29 décembre au 02 Janvier 2025

## TARIF

625 € par personne en refuge de montagne, en dortoir

### LE TARIF COMPREND

- l'encadrement par un accompagnateur professionnel,
- le prêt d'une paire de raquettes TSL 225, avec une paire de bâtons,
- la Pension Complète du premier jour au dernier jour après le petit déjeuner,
- le repas du réveillon avec apéritif, vin et mousseux et cotillons pour la soirée du Réveillon,
- le transfert de la gare jusqu'au point de départ (Aller/Retour),
- le transfert des bagages en motoneige

### LE TARIF NE COMPRENDS PAS

- les boissons avant, pendant et après les repas, (sauf pour la soirée du réveillon),
- 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.

### REGLEMENT

**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).

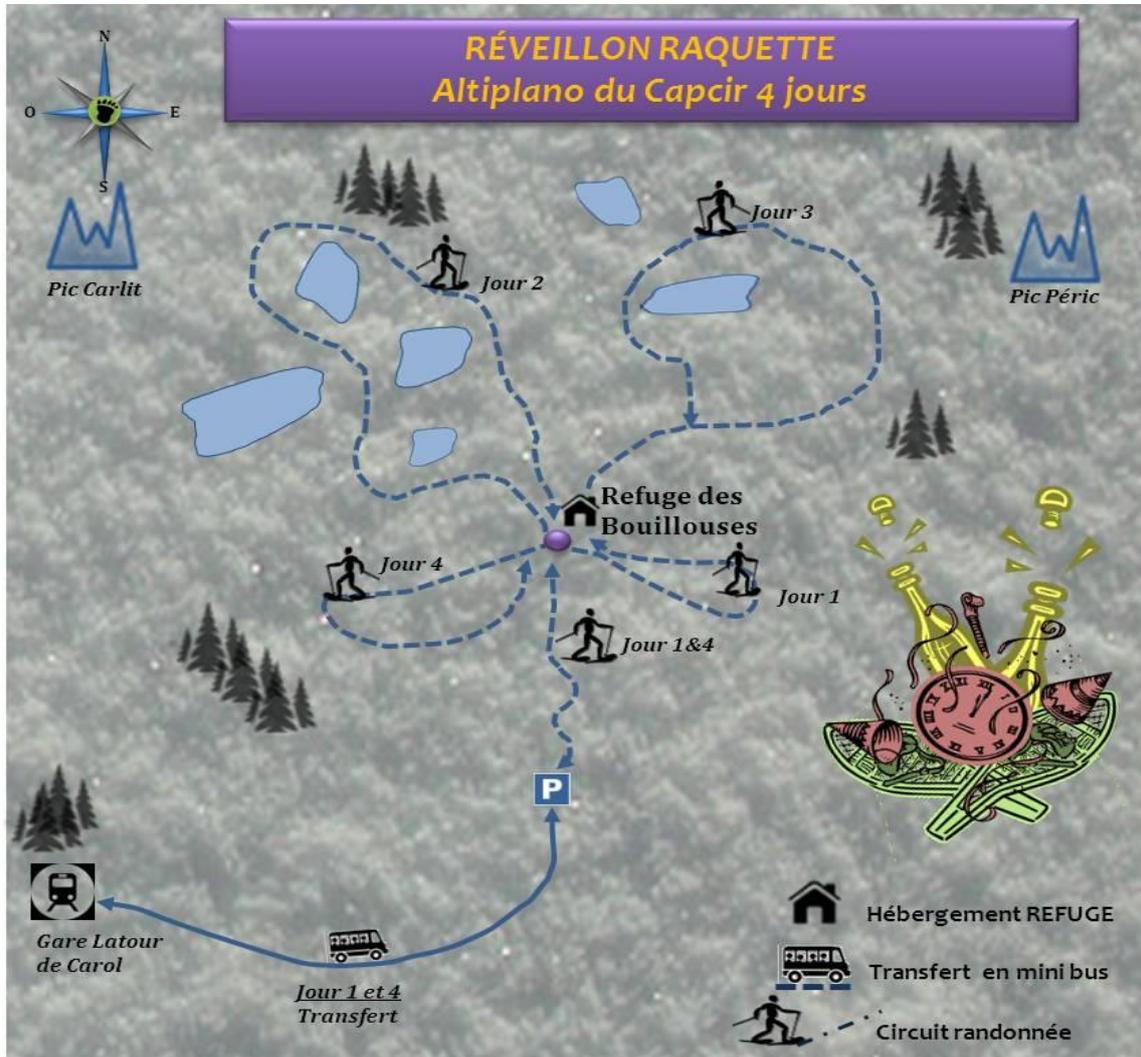
**Assurance Multirisques :** Annulation, Assistance Rapatriement, bagages, Retard transport + interruption séjour + extension pandémie et épidémie : (4,8% du montant du séjour).

Si vous avez votre assurance, il nous faudra une photocopie de votre attestation.

## NOS POINTS FORTS

- un circuit tout en étoile pour plus de confort dans un site exceptionnel
- un espace grandiose, au pied du Carlit, site protégé avec de beaux paysages enneigés
- acheminement de votre sac de voyage en motoneige

## VOTRE ITINERAIRE



# Déroulement du Séjour

## Jour 1 : REFUGE BOUILLOUSES



Accueil en gare SNCF de Latour de Carol. Transfert vers notre point de départ, afin de monter vers notre refuge de montagne situé sur un altiplateau à 2000 m d'altitude. Nous emprunterons un itinéraire qui nous fera découvrir, en zigzaguant, des pinèdes saupoudrées de blanc...

*4h30 de marche et environ 450 m de dénivellation négative, nuit en refuge.*

## Jour 2 : VALLEE DES PERIC



Randonnée vers les Péric, découverte de cet incroyable univers vallonné, composé d'innombrables lacs gelés, entourés de hauts sommets.

Nuit au refuge des Bouillouses, une bonne douche chaude et nous sommes prêts pour affronter la soirée de la Saint Sylvestre ...

*5h30 de marche et environ 450 m de dénivellation négative, nuit en refuge.*

## Jour 3 : LACS DU CAPCIR



Après la soirée festive, nous allons commencer doucement cette nouvelle année, avec cette belle escapade, dévoilant de belles combes boisées, au relief doux, en direction du Puig Carlit, le seigneur de ces lieux.

*5h30 de marche et environ 380 m de dénivellation négative, nuit en refuge.*

## Jour 4 : FIN DU SEJOUR



Dernière randonnée en raquette, à travers ce paysage de grand nord canadien, avant la descente dans la vallée.

Transfert sur la gare de Latour de Carol vers 15h30.

*4h30 de marche et environ 350 m en positif et négatif.*

**Note :** nous pouvons être amenés à modifier quelque peu l'itinéraire indiqué en cas de force majeure en fonction de la météo, de la date, du nombre et/ou du niveau des participants.

# Info Séjour

## **NIVEAU : 2 chaussures**

Pour marcheurs moyens, pratiquant déjà la randonnée, avec des dénivelées positives d'environ 400 à 550 mètres.

Etapas de 4h30 minimum en moyenne, sur terrain facile enneigé 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 de vos affaires personnelles de la journée, pas de duvet nécessaire, juste un drap ou « sac à viande » pour les dortoirs, il y a assez de couvertures dans les dortoirs.

Le matin, nous prendrons le repas froid du midi avant de quitter le refuge.

### **GROUPE :**

Groupe constitué de 4 personnes à 12 personnes maximum.

### **ENCADREMENT :**

Par un accompagnateur en montagne connaissant bien le massif et son parcours.

### **HEBERGEMENT :**

Refuge de montagne chauffé, en chambre de 4 personnes, des couvertures sont à disposition.

En revanche, prenez une serviette de bain et un sac à viande.

### **REPAS DU REVEILLON :**

Ce sera un véritable repas amélioré, avec apéritif, vin et bulle pour fêter le passage de la nouvelle année, sans oublier la soirée dansante.

### **ARRIVEE LA VEILLE OU PROLONGER VOTRE SEJOUR :**

Si vous souhaitez arriver la veille de votre séjour :

- Hôtel à Angoustrine : Hôtel Le Relais du Belloch\*\* Tél : 04 68 30 07 24

### **REPAS :**

Pension Complète pendant toute la durée du séjour, petit déjeuner et dîner pris au refuge.

Les repas du midi seront préparés par nos hôtes et pris le matin avant le départ.

**RENDEZ -VOUS :** le 30 Décembre la gare de Latour de Carol gare à 10h.

**DISPERSION :** le 01 janvier suivant en gare de Latour de Carol vers 15h30.

### **SANTE :**

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 et de la typhoïde sont néanmoins conseillés.

### **DEPLACEMENT :**

En minibus et/ou en voiture personnelle pour le transfert France – Vallée d'Arties.

De plus, pour ceux qui souhaitent se rendre en Espagne pendant le séjour avec leur véhicule ou après le séjour, sachez qu'il est obligatoire d'avoir dans son véhicule :

- **2 triangles de signalisation**

- **1 gilet de signalisation réfléchissant**

\*Afin de rester fidèle à notre engagement de protection de l'environnement, nous nous efforçons de mettre en place un covoiturage, lorsque les effectifs du groupe, dépassent la capacité d'accueil de notre minibus. Ainsi, nous **proposons** aux participants **l'éventualité** de prendre leur véhicule afin d'organiser un covoiturage, bien entendu, nous proposons un remboursement des frais en fonction du code des impôts **à la personne volontaire.**

Afin de rester fidèle à notre engagement de protection de l'environnement, nous nous efforçons de mettre en place un covoiturage, lorsque les effectifs du groupe, dépassent la capacité d'accueil de notre minibus de 8 places.

Ainsi, nous **proposons** aux participants **l'éventualité** de prendre leur véhicule afin d'organiser un covoiturage ; bien entendu, nous proposons un remboursement des frais en fonction du code des impôts **à la personne volontaire.**

### **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.

# Complément Info réveillon au Bouillouses

## ÉQUIPEMENT INDIVIDUEL À PRÉVOIR :

### Pour le refuge

- Un sac pour vos affaires des 4 jours
- Vos affaires de rechange
- 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 thermiques et respirants (pas de coton)
- Veste ou sweat polaire type Polartec
- Veste imperméable, respirante et coupe-vent avec capuche. (Le Gore-tex reste le matériau de référence)
- Un pantalon de randonnée type Softshell, chaud, respirant et déperlant avec si possible guêtres pare-neige intégrées
- Un sur-pantalon imperméable, léger et compressible (type Gore –Tex)
- Paires de chaussettes montantes et chaudes (Merinos)
- Bonnet
- Gants chauds et étanches, sous-gants en soie (2 paires si possible)

### Pour la randonnée

- Un sac à dos de 30/40 litres avec une ceinture ventrale
- 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 (Pas de bottes ou d'après ski)
- Une paire de guêtres (si non intégrée dans le pantalon)
- 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 3 ou 4
- 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
- Briquet
- 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 anti spasmodique
- Pastilles pour la toux
- Pansements, Double peau type Compeed

**Petits conseils et astuces :** vos affaires de rechange, classez-les et ranger-les dans des poches plastiques afin de mieux les protéger de la poussière ou autre durant votre séjour.

## En vous souhaitant un agréable Réveillon ...

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

