



35, Rue Jean Jaurès
31390 CARBONNE
TEL/FAX : 05 61 97 66 04
www.surleshauteurs.com
info@surleshauteurs.com

Association Loi 1901 bénéficiaire de l'agrément ministériel tourisme Apriam AG.073.980001



MINI RAID DANS LES ENCANTATS

Randonnées accompagnées, en itinérance

Séjour 4 jours 3 nuits

En refuge



Un séjour pour admirer dans toute sa grandeur le **Parc National d'Aigues Tortes** situé sur le versant espagnol.

Le **caractère sauvage** de ses vallées garantit **aux amoureux de la montagne**, nombre de plaisirs intenses. Vous découvrirez au cœur de ce Parc National, un **espace privilégié** pour la randonnée qui déroule sans fin des paysages biens ordonnés, paisibles et reposants. Vous cheminerez dans ces vallées sauvages où l'omniprésence de l'eau à façonné un **massif d'une rare beauté**.

Une **ambiance conviviale** pour découvrir **l'âme de ces montagnes** espagnoles, un **véritable enchantement**

DATES 2010 :

22/06 au 25/06/2010

06/07 au 09/07/2010

11/07 au 14/07/2010

20/07 au 23/07/2010

Fiche technique « **SUR LES HAUTEURS** » ESPAGNE- Les Encantats 4 jrs - 2010

22/07 au 25/07/2010
05/08 au 08/08/2010
12/08 au 15/08/2010
02/09 au 05/09/2010
07/09 au 10/09/2010
16/09 au 19/09/2010

TARIF :

369€

LE TARIF COMPREND :

- l'encadrement par un accompagnateur en montagne.
- L'hébergement en pension complète du midi du jour 1 au midi du jour 4
- Les transferts A/R de la gare avec notre minibus de 8 personnes.

LE TARIF NE COMPREND PAS :

- les boissons,
- 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

L'Assurance Annulation, non obligatoire mais fortement conseillée, elle permet le remboursement du prix du voyage moins les frais de dossier en cas d'annulation pour raisons graves à moins de 45 jours du départ. Elle coûte 2,5 % du prix du voyage. Nous vous proposons également une assurance Rapatriement à 1 %.

Pour les étrangers : possibilité de paiement par mandat postal international ou par virement sur notre compte.

Points forts :

- une découverte de ce joyau pyrénéen, le parc national aux 300 lacs
- un espace protégé avec une flore et une faune exceptionnelle
- quelques refuges flambant neuf et d'autres très authentiques dans le style pyrénéen
- un circuit découverte empruntant des variantes
- un itinéraire progressif dans la découverte de cet espace montagnard extraordinaire
- 4 jours en pleine montagne sans redescendre dans la vallée, une belle boucle au cœur d'un massif resté sauvage et authentique



Déroulement du trek



Jour 1 : RDV en gare SNCF de Montréjeau et transfert sur le village d'Artiès pour ensuite faire la montée vers 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, nous irons voir l'immense lac de la Mer sans le sac à dos.

4h de marche et 600 m de dénivelée positive et 250 m en négatif, nuit en refuge.

Jour 2 : Montée au col de Crestada, et pourquoi pas aller jusqu'au sommet du Montardo 2833 m, avec une imprenable vue sur la chaîne frontière avec les principaux sommets Ariégeois de la vallée du Couserans.

Descente et pause-déjeuner détente à coté d'un lac. Nous continuons vers le refuge de Ventosa avec ses innombrables lacs.

5h30 de marche et environ 850 m de dénivelée positive, 400 m en négatif, nuit en refuge.

Jour 3 : Nous allons remonter vers le Port de Colomers ou le Port de Caldes afin de basculer dans l'autre vallée, celle de Colomers, la plus bleutée de toutes ces vallées, car nous verrons un nombre important de lacs et d'étangs au cœur de cet immense cirque...

6h de marche et environ 650 m de dénivelée positive, 550 m en négatif, nuit en refuge.

Jour 4 : Journée consacrée à la découverte de ce grand cirque de Colomers, avec ses 30 lacs d'altitude, un véritable joyau des Pyrénées. Peut-être verrons-nous des isards...

Retour par le col de Ribereta avant de descendre sur de beaux lacs pour faire la pause repas. Ensuite après la sieste, nous reviendrons sur nos véhicules au pont de Ressec.

5h30 de marche et 550 m de dénivelée positive, 550 m en 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 trek



NIVEAU : pour marcheurs moyens, pratiquant déjà la randonnée, avec des dénivelées positives d'environ 650 mètres, et plus si vous choisissez l'ascension d'un sommet.

Etapes de 5h en moyenne, sur sentier bien tracé et entretenu en montagne, avec quelques passages sur éboulis, mais en règle générale aucune technique ni difficulté sur le circuit.

PORTAGE : Portage de vos affaires personnelles de la journée, pas de duvet nécessaire, juste un drap ou « sac à viande », il y a assez de couvertures dans les dortoirs.

Votre sac devrait peser environ **6-9 kg maximum**.

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

GROUPE : groupe constitué de 5 personnes minimum et 12 personnes maximum.

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

HEBERGEMENT : en refuge de haute montagne, en formule dortoir classique de 6 à 12 personnes.

ARRIVEE LA VEILLE OU PROLONGER VOTRE SEJOUR :

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 à l'hôtel :

- **Hôtel Lassus à Montréjeau** Tel : 05 61 95 82 13
- **Hôtel des Cédres *** à Villeneuve de Rivière** Tel : 05 61 89 36 00 (4 km de Montréjeau)
- **Où sur place au gîte de Salardù, merci de nous le demander à l'inscription.**

REPAS : Pension Complète pendant toute la durée du mini séjour, petit-déjeuner et dîner pris au refuge. Les repas du midi seront préparés par le refuge et pris le matin avant le départ.

RENDEZ -VOUS : le samedi 11 juillet en gare de Montréjeau à 9h

DISPERSION : le mardi 14 juillet suivant en gare de Montréjeau vers 17h

SANTE : aucun certificat de vaccination n'est exigé pour les voyageurs.

Etre à jour des ses vaccinations.

Penser à apporter votre imprimé E 111 en cas de visite chez un médecin.

Cependant les rappels du tétanos et de la typhoïde sont néanmoins conseillés.

DEPLACEMENT : En véhicule personnel, pour le transfert France – Vallée de Salardu.

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



LISTE DU MATERIEL :

- un sac à **dos de 55 à 65 litres** pour les affaires des 4 jours
- une bonne paire de chaussure à tige haute (pour un bon maintien des chevilles)
- des chaussettes
- une paire de guêtre (facultatif)
- des tee-shirts
- pantalon en toile
- fourrure ou un gros pull
- une veste de type Gore-Tex (imperméable et respirante)
- chaussure légères de détente pour le soir au refuge
- protection contre le soleil (crème solaire, stick pour lèvres)
- un short
- sous vêtements de rechange
- paire de chaussure légère pour le soir au refuge
- couteau, gobelet et couvert personnels pour les repas du midi
- une gourde (au minimum 1,5 litre)
- une lampe frontale
- une paire de lacet de rechange

- **une petite pharmacie personnelle** : élastoplast, double peau, pansements divers, anti-diarrhéique (Immodium ou autre), antalgique (Doliprane ou autre), antibiotique à large spectre, médicament pour la gorge (lysopaine par exemple), Biafine contre les coups de soleil, pince à épiler, une paire de ciseaux, une boîte de Micropur ou Hydroclonazone afin de traiter l'eau prise dans les sources et les fontaines...
- votre appareil photo
- vos papiers

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 mini-séjour...



Si nous n'avons pas entièrement répondu à toutes vos questions sur ce voyage :

- appeler nous au : 05 61 97 66 04
- envoyer nous un fax au : 05 61 97 66 04
- un e-mail à : info@surleshauteurs.com
- ou bien un courrier à :



35, Rue Jean Jaurès
31390 CARBONNE
TEL/FAX : 05 61 97 66 04
www.surleshauteurs.com
info@surleshauteurs.com

Association Loi 1901 bénéficiaire de l'agrément ministériel tourisme Apriam AG.073.980001 210 Rue de Guise 73000 Chambéry Garant : COVEA CAUTION SA Contrat N° 18386 pour un montant de 85 000 € R.C.P : MMA IARD Cabinet Jean François Bellet 35, Boulevard Emile Zola BP 27 69600 Oullins Contrat N° : 103.056.234 Code APE 633 Z SIRET : 479.869.166.000.13. TVA intracommunautaire : FR52479869166