



35, Rue Jean Jaurès  
31390 CARBONNE  
TEL/FAX : 05 61 97 66 04

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

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



## LE REVEILLON A MONTGARRI EN REFUGE

Randonnées en raquette, accompagnées, en étoile

Séjour 4 jours 3 nuits

En refuge de haute montagne



Un périple de 4 jours au cœur du massif du Val d'Aran, dans le secteur de Montgarri. Tout un programme de belles randonnées en Raquette, en étoile, à partir de ce superbe refuge. Nous évoluerons tous les jours, dans des décors grandioses, surprenants et peu fréquentés. Confortablement installés dans notre camp de base, vous dégusterez les spécialités culinaires qui ne sont plus à vanter... Une ambiance conviviale pour fêter le passage de la nouvelle année, au cœur de ces montagnes espagnoles.



**DATE : 30 Décembre 2009 au 02 Janvier 2010**

**TARIF : 458 € par personne**

**Le tarif comprend :**

- l'encadrement par un accompagnateur professionnel
- le prêt d'une paire de raquettes **TSL 225**
- une paire de bâtons,
- la Pension Complète du premier jour au dernier jour après le petit déjeuner,
- le repas du réveillon avec vin et mousseux et cotillons pour la soirée du Réveillon
- le transfert de France en Espagne

**Non compris :** les boissons et 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 :**

- un circuit tout en étoile pour plus de confort.
- une découverte de ce joyau pyrénéen, la vallée de Montgarri.
- un espace protégé avec des paysages exceptionnels.
- des étapes différentes tous les jours avec de superbes paysages de haute montagne
- un circuit Découverte empruntant des variantes.
- un itinéraire progressif dans la découverte de cet espace montagnard extraordinaire.





# Déroulement du trek

**Jour 1 :** Accueil en gare SNCF de Montréjeau et transfert vers notre gîte dans la vallée cachée de Montgarri. Nous emprunterons des itinéraires secondaires afin de se familiariser déjà avec cette belle vallée. Nous déambulerons à travers ces pinèdes, éparses, saupoudrées de blanc...

*4h30 de marche et environ 450 m de dénivelée négative, nuit en gîte.*

**Jour 2 :** Aujourd'hui, nous partons en direction de la vallée d'Orla. Une vallée enneigée et profonde qui se profile jusqu'aux sommets frontaliers ariègeois !!!

Un dépaysement assuré dans ce décor de haute montagne.

*5h de marche et environ 580 m de dénivelée positive, nuit en gîte.*

**Jour 3 :** Découverte de la vallée de Marimanha, avec ces innombrables forêts de sapins... Notre parcours passera par le Col de Marimanha (2300 m) afin d'avoir un aperçu sur tout cet immense plateau de Béret.

*5h de marche et environ 600 m de dénivelée positive, nuit en gîte.*

**Jour 4 :** Montée au pic de Pedescals (2410 m) superbe belvédère, avec une imprenable vue sur la chaîne frontière et les principaux sommets frontaliers.

Un véritable régal pour les yeux !!

Ensuite transfert sur la gare SNCF de Montréjeau.

*4h de marche et environ 250 m de dénivelée positive et 450 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 500 mètres.

Etapas de 5h minimum en moyenne, sur terrain facile enneigé en montagne, 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 chambres dans le refuge.  
Le matin, nous prendrons le repas froid du midi avant de quitter le refuge pour le retrouver chaque soir.

**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 formule dortoir de 4 à 6 personnes.  
Douche chaude possible mais avec supplément.

## **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)

**REPAS :** Pension Complète pendant toute la durée du trek, 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 mercredi 30 décembre en gare de Montréjeau à 10h30.

**DISPERSION :** le samedi 02 Janvier suivant en gare de Montréjeau vers 16h30.

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

Etre à jour des 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.**

### **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.



## **Info trek**



### **LISTE DU MATERIEL :**

- un sac à dos de **55 à 65 litres pour les affaires** de la semaine
- une bonne paire de chaussure à tige haute (pour un bon maintien des chevilles)
- **pas de duvet (sauf pour les frileux) sinon un sac à viande.**
- des chaussettes
- une paire de guêtre (facultatif)
- une paire de chausson pour le refuge le soir
- des tee-shirts
- pantalon en toile
- pantalon chaud pour le soir (style survêtement)
- fourrure ou un gros pull
- une veste de type Gore-Tex (imperméable et respirante)
- protection contre le soleil (crème solaire, stick pour lèvres)
- gants, bonnet, casquette
- sous vêtements de rechange
- une gourde (au minimum 1,5 litre)
- une lampe frontale
- couteau, fourchette
- assiette et gobelet pour les repas préparés du midi
  
- **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), 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
- une paire de lacet de rechange
- 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 Réveillon en Raquette...



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](mailto:info@surleshauteurs.com)
- ou bien un courrier à :



35, Rue Jean Jaurès  
31390 CARBONNE  
TEL/FAX : 05 61 97 66 04  
[www.surleshauteurs.com](http://www.surleshauteurs.com)  
[info@surleshauteurs.com](mailto: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

