

SUR LES HAUTEURS

Des plus belles montagnes

TRAVERSEE DES ENCANTATS

Le Parc National aux Mille lacs

Sur Les Hauteurs 24 Avenue des Pyrénées 31310 Montesquieu Volvestre Tel & Fax : 05 61 97 66 04 e-mail : info@surleshauteurs.com Association Loi 1901 bénéficiaire de l'agrément ministériel tourisme Apriam AG.073.980001
210 Rue de Guise 73000 Chambéry Garant : BANQUE LAYDERNIER CHAMBERY R.C.P : MMA IARD Cabinet Jean François Bellet 35, Boulevard Emile Zola BP 27 69600 Oullins Contrat N° : 3.056.234 Code APE 633 Z SIRET : 479.869.166.000.13. TVA intracommunautaire : FR52479869166

Présentation du texte :

Un périple de 6 jours au cœur du massif des « Encantats », pour admirer dans toute sa grandeur , le Parc National d'Aigues Tortes. Le caractère sauvage de ses vallées garantit aux amoureux de la montagne, nombre de plaisirs intenses. Vous découvrirez un espace privilégié pour la randonnée en raquette qui déroule sans fin des paysages paisibles et reposants. Confortablement installés dans ces refuges gardés, vous dégusterez les spécialités culinaires qui ne sont plus à vanter...

Une ambiance conviviale pour découvrir l'âme de ces montagnes espagnoles.

Points forts du trek :

- un circuit itinérant en refuge gardé pour plus de confort.
- une découverte de ce joyau pyrénéen, le parc national aux 300 lacs.
- un espace protégé avec des paysages exceptionnels.
- refuges très authentiques dans le pur style pyrénéen.
- un itinéraire progressif dans la découverte de cet espace montagnard extraordinaire.

DEROULEMENT DU CIRCUIT

Jour 1 : Accueil en gare SNCF de Montréjeau et transfert au point de départ.

Pause repas en cours de randonnée à coté d'un torrent gelé. Nous allons suivre une belle piste forestière et monter vers le refuge de Restanca, situé à 2080 m, dans ce fabuleux paysage de lacs et de sommets enneigés sur fond de ciel bleu.

Une fois arrivés au refuge, nous irons faire des ateliers d'ARVA aux alentours du refuge afin de se familiariser avec cet appareil.

4h00 de marche et environ 600 m de dénivelée positive, nuit en refuge.

Jour 2 : Montée au col de Crestada, avec une imprenable vue sur la chaîne frontière et les principaux sommets Ariégeois de la vallée du Couserans, mais aussi sur la Punta Alta et les célèbres aiguilles de Travessani.

Descente sur le refuge de Ventosa en zigzaguant entre ces grands lacs et en longeant les aiguilles de Travessani sur fond de Punta Alta.

5h30 de marche et environ 550 m de dénivelée positive, nuit en refuge.

Jour 3 : Etape très belle en passant par le Col de Caldès, pour ensuite descendre dans la grande vallée de Colomers avec ses 30 lacs, niché au creux d'un joli cirque.

5h30 de marche et 650 m de dénivelée positive, nuit en refuge.

Jour 4 : Passage par le col de Sendrosa (2451 m), très beau parcours avec des points de vue extraordinaires, sur ces 2 vallées, décor grandiose de sommets déchirés, forêts de pins à crochet, et nuit dans le plus authentique refuge de ce Parc National.

5h de marche et 650 m de dénivelée positive. Nuit en refuge.

Jour 5 : Belle descente en forêt dans la première partie pour le val de Ruda avec un dernier regard sur ces sommets et fin du périple au village de Salardu.

5h30 de marche et 500 m de dénivelée positive, nuit en gîte.

Jour 6 : Matinée libre et repas Tapas à Arties.

Transfert sur la gare SNCF de Montréjeau vers 16h.

NIVEAU : pour marcheurs moyens, pratiquant déjà la randonnée, avec des dénivelées positives d'environ 650 mètres.

Etapas de 5h à 6h30 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 durant tout le séjour, 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 10-12 kg maximum.

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

GROUPE : groupe constitué de 5 personnes minimum et 10 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 et en formule petit dortoir de 4 à 6 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 de la Gare à Montréjeau** Tel : 05 61 95 82 10

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 lundi en gare de Montréjeau à 9h30

DSIPERSION : le samedi suivant en gare de Montréjeau vers 16h

RENSEIGNEMENTS DIVERS

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 minibus pour le transfert France – Vallée d'Arties.

Pas de problème pour le stationnement des véhicules au pont de Ressec.

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.

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)
- 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, gobelet
- une petite pharmacie personnelle : élastoplast, double peau, pansements divers, antidiarrhéique (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.

DATES :

du 05/02 au 10/02/07 *

du 19/02 au 24/02/07 *

du 26/02 au 03/03/07 *

du 26/03 au 31/03/07

du 02/04 au 07/04/07

du 09/04 au 14/04/07

TARIF : 535 € par personne pour les **dates en Février** *
519 € par personne pour les **dates en Mars et Avril**

Non compris : les boissons et les assurances.

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 :

Sur Les Hauteurs
24, Avenue des Pyrénées
31310 MONTESQUIEU VOLVESTRE

EN VOUS SOUHAITANT UN AGREABLE TREK