



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



RAQUETTE EN ANDORRE

Randonnées accompagnées, sans portage

WEEK END 2 jours, 1 nuit

Hébergement en Hôtel****



Situé au cœur des Pyrénées Centrales le petit état Catalan, d'Andorre, recèle de paysages superbes pour la randonnée en raquettes à neige. Magnifique petit état où se côtoient nature sauvage et traditions millénaires, on y trouve également un centre thermo ludique pour se ressourcer, pour ceux qui le souhaitent. Une ambiance conviviale pour découvrir l'âme de ces montagnes Andorranes au cœur de l'hiver.

DATE :

23 & 24/01/2010

06 & 07/02/2010

20 & 21/02/2010

06 & 07/03/2010

13 & 14/03/2010

20 & 21/03/2010
10 & 11/04/2010

TARIF : 185 € (comprenant accompagnateur montagne BE + raquette + bâton + ARVA) en Pension Complète (tous les repas étant compris du samedi midi au dimanche midi).

LE TARIF COMPREND :

- l'encadrement par un accompagnateur en montagne.
- Le prêt de matériel : raquettes TSL (adultes enfants), bâtons, ARVA.
- L'hébergement en pension complète du midi du jour 1 au midi jour 2

LE TARIF NE COMPREND PAS :

- les boissons.
- Les transferts pour se rendre sur le site
- les assurances.

Points forts :

- un week-end inoubliable dans un hôtel **** tout confort.
- une Découverte de ce joyau pyrénéen, les vallées d'Andorre, avec leurs belles montagnes toujours enneigées !!!
- un espace protégé avec des paysages exceptionnels.



Déroulement du trek



Jour 1 : Accueil en gare de Latour de Carol, pour 9h. Transfert en Andorre, installation rapide à notre hôtel, puis direction le petit col d'Ordino afin de faire cette première randonnée en raquette vers le sommet arrondi de Bony de les Neres, nous ferons cette belle boucle en passant peut-être par la crête afin d'avoir un point de vue superbe sur toute la vallée.

Dénivelée positive d'environ 500 m pour 5h de randonnée.

Jour 2 : Nous serons aujourd'hui dans une belle et large vallée, le vall d'Inclès. Une escapade tout d'abord parmi les petits hameaux de ce vallon, puis changement de décor, en montant vers l'étang de Juclar, avec des sommets déchirés, des torrents.

Dénivelée positive d'environ 520 m pour 5h de randonnée.

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 450 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.

REMISE EN FORME : Cette option comprend 1 entrée au Centre thermo ludique de Caldéa.

Ce centre se compose de :

- d'un espace Fitness avec saunas, hammams, brumisation, espace d'aquassage, d'un passage Sirocco (air chaud relaxant)
- d'un espace « Bains » : avec de grandes lagunes extérieures avec jacuzzi, des lits à bulles, une rivière à courant, une grande lagune intérieure, avec une eau thermale à 32°C, toujours des jacuzzis, des sites pour la brumisation faciale, des vasques d'hydro massage et des bains indo romains (des vasques avec de l'eau chaude à 36° et froide à 14°).

PORTAGE : Portage de vos affaires personnelles de la journée.

Le matin, nous prendrons le repas froid du midi avant de quitter l'hôtel.

GROUPE : de 5 personnes minimum et 12 personnes maximum.

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

Nous ferons pendant le WE, des ateliers pédagogiques, ARVAS, boussole, orientation avec la carte, nivologie.

HEBERGEMENT : en Hôtel confortable ****, dans cet hôtel, vous avez également la possibilité d'une piscine, d'un hammam et d'un jacuzzi (mais pour des petits groupes)...

Supplément chambre individuelle : + 80 €

REPAS : Pension Complète pendant toute la durée du WE, petit-déjeuner et dîner pris au restaurant de l'Hôtel.

RENDEZ -VOUS : le samedi matin en gare de La Tour de Carol vers 9h.

DISPERSION : le dimanche suivant en gare de La Tour de Carol 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 voiture personnelle pour le transfert.

Pas de problème pour le stationnement des véhicules sur le site du point de départ.

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.



Nécessaire et Indispensable



LISTE DU MATERIEL :

- un sac à dos de 55 à 60 litres pour les affaires du WE
- une bonne paire de chaussure à tige haute (pour un bon maintien des chevilles)
- paire de guêtre (facultatif)
- des chaussettes
- des tee-shirts
- pantalon en toile
- pantalon chaud pour le soir (style survêtement)
- gants, bonnet, casquette,
- crème solaire, l
- lunette de soleil,
- fourrure ou un gros pull
- une veste de type Gore-Tex (imperméable et respirante)
- protection contre le soleil (crème solaire, stick pour lèvres)
- sous vêtements de rechange
- une gourde (au minimum 1,5 litre)
- couteau, gobelet
- une paire de chausson pour le refuge le soir
- une lampe frontale

- **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 (lysopaïne par exemple), pince à épiler, une paire de ciseaux,
- 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 durant votre séjour.



En vous souhaitant un agréable Week End 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
- 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