

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 . . .

RETROUVANCE EN VICDESSOS

Randonnées accompagnées, en itinérance pour découvrir la belle vallée du Vicdessos

Séjour 6 jours, 5 nuits, en pension complète, avec transfert des bagages

En refuge, en petit dortoir de 4 à 8 personnes

Difficulté : 				Saison						Départ garanti 
MODERE	En refuge et en gîte	En itinérance	Portage de vos affaires personnelles pour la journée	J	F	M	A	M	J	A partir de 5 personnes
				J	A	S	O	N	D	

La vallée du Vicdessos, située dans la haute Ariège, est adossée aux frontières de l'Espagne et de l'Andorre. Dans cette belle et longue vallée glaciaire, se dressent les plus hauts sommets ariègeois, dépassant les 3000 m !

Nous vous proposons une belle boucle en itinérance, à la découverte de splendides paysages abritant une faune et une flore caractéristiques de ces montagnes pyrénéennes.

Un parcours dévoilant la vie des ces populations montagnardes, témoignant d'un riche passé minier et pastoral !



Points forts

- un circuit en itinérance sur 6 jours en refuge ONF entièrement rénovés dans la tradition montagnarde, très soigné, pour plus de confort.
- Découverte tous les jours des spécialités culinaires de cette belle région.
- Intervention d'un forestier de l'Office National des Forêt au cours du séjour.
- un itinéraire progressif dans la découverte de cet espace naturel unique et extraordinaire, avec les plus belles randonnées sélectionnées.

DATES :

19 au 24/06/2022	24 au 29/07/2022	21 au 26/08/2022
10 au 15/07/2022	07 au 12/08/2022	28/08 au 02/09/2022
17 au 22/07/2022	16 au 21/08/2022	11 au 16/09/2022

TARIF :

745 € par personne

LE TARIF COMPREND :

- L'encadrement par un accompagnateur en montagne.
- L'hébergement en demi-pension + Pique-nique de midi du jour 1 au midi du jour 6.
- Les transferts A/R devant la gare de Tarascon sur Ariège.
- La mise à disposition du groupe d'un logisticien. Il est chargé du transport des bagages et de la literie (draps), de l'acheminement des repas (pris chez les aubergistes locaux), de leur service à table, de l'entretien des refuges. Il saura vous renseigner sur les particularités de l'itinéraire et ses caractéristiques techniques. Ce sera aussi votre lien avec la vallée, mais en aucun cas le taxi permettant d'accéder aux refuges !
- La pension complète (y compris vin aux repas) du déjeuner du jour 1 au déjeuner du jour 6. Les repas de midi sont à base de vivres de "route" froids, ceux du soir sont cuisinés et font la part belle aux recettes montagnardes
- L'hébergement dans 4 refuges forestiers entièrement rénovés et mis à la disposition exclusive du groupe (nuits 1, 2, 3 et 5). La nuit du jour 4 en refuge gardé où vous côtoierez d'autres randonneurs. Dans chacun des 5 bâtiments, draps et couvertures seront à votre disposition.
- **Les visites du musée de Sem et de la Miellerie du Montcalm**
- La rencontre avec un agent de l'Office National des Forêts qui vous fera découvrir l'histoire de la vallée et de ses espaces naturels
- La présence d'un accompagnateur diplômé moyenne montagne pendant toute la durée du séjour, nuits comprises.

LE TARIF NE COMPREND PAS :

- les boissons,
- les dépenses personnelles,
- 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

L'ASSURANCE :

Nous vous proposons 3 formules d'assurances :

Assurance Annulation (2,5% du montant du séjour).

Assurance Frais de Recherche et Secours, Assistance Rapatriement, Interruption de Séjour (2% du montant du séjour).

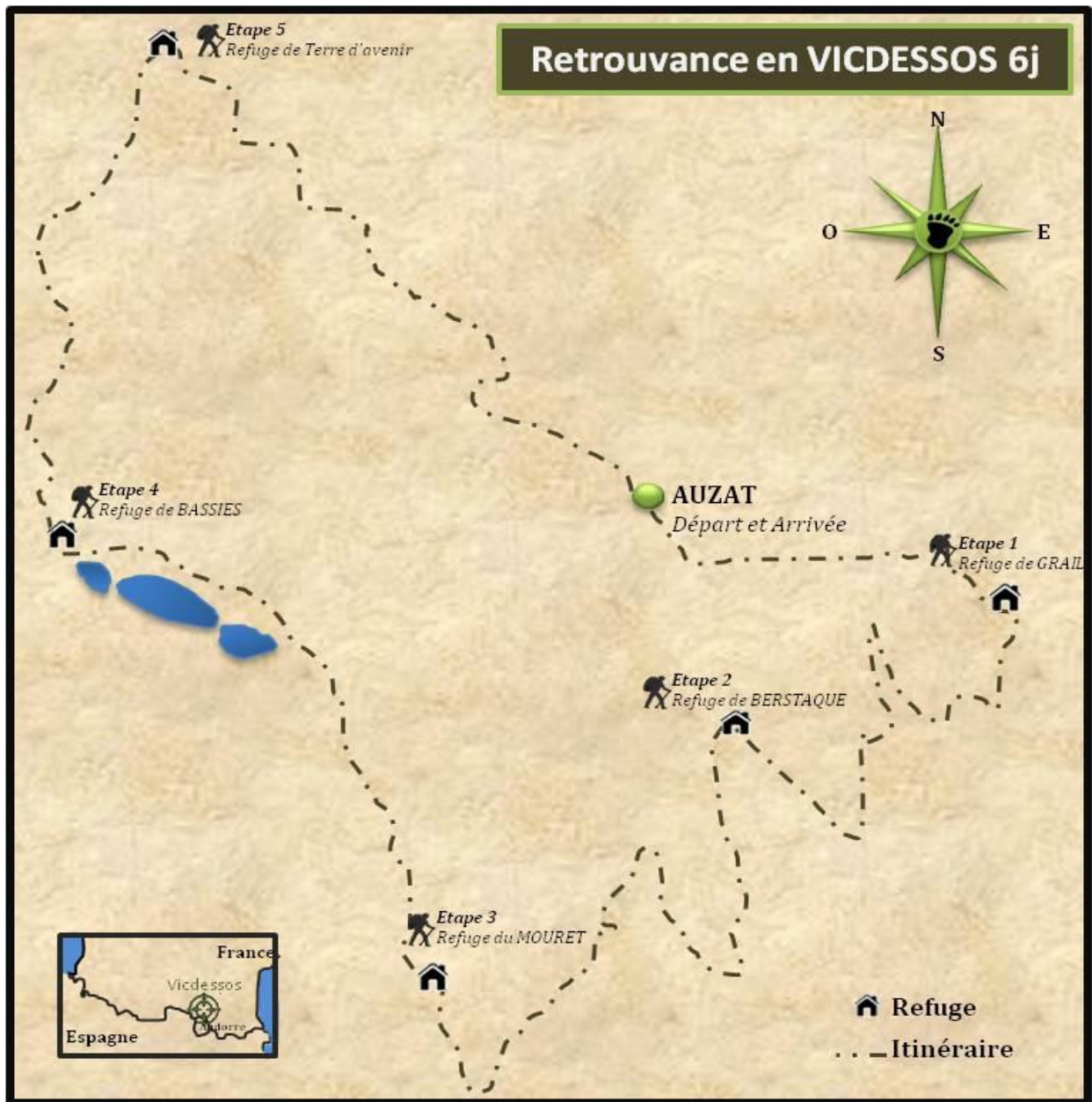
Assurance Multirisques Annulation, Frais de Recherche et Secours, Assistance Rapatriement, Interruption de Séjour + extension COVID : (4,30% du montant du séjour).

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

Pour les étrangers :

Possibilité de paiement par mandat postal international ou par virement sur notre compte.

Votre Itinéraire



Déroulement du séjour

Jour 1 :

Départ de l'Office de Tourisme d'Auzat, montée vers l'ancien village minier de Sem. Repas à "la Ferme du Minier" et visite du petit musée de Sem. C'est par l'ancien chemin muletier desservant les galeries désaffectées que s'effectuera la traversée d'anciennes forêts royales. Une piste forestière vous conduira ensuite jusqu'au Col de Grail et son refuge au terme de cette première étape.

Durée 4h30, Dénivelé + 805 m, Distance 8,8 km

Jour 2 :

Par le bois de Lercoul, vous rejoindrez la crête de la Montagnette jusqu'aux 2.047 m du Pic du Garbié de Brésoul offrant un saisissant panorama sur la vallée de Siguer. La descente aisée d'une croupe arrondie et recouverte de "gispet" vous permettra de rejoindre un sentier qui traverse en balcon la combe d'Endron. Il rejoint, après quelques larges lacets, la petite station de ski où vous pourrez "casser la croûte". Le GR 10 traverse ensuite le Bois de Cauderas, franchit le torrent de Goulier puis emprunte le Chemin Horizontal menant à la fontaine de Brosquet, terminus d'une piste forestière que vous emprunterez jusqu'au refuge de Bertasque, terme de votre étape.

Durée 5h30, Dénivelé + 560 m, Distance 10,4 km

Jour 3 :

En route pour la plus longue étape avec au programme un cheminement sur un sentier en balcon traversant des ravins (où vous apercevrez peut-être quelques isards), une descente raide aux multiples lacets jusqu'au hameau de Pradières d'en Bas en vallée d'Artières. Vous emprunterez ensuite le canal carré menant à la hêtraie de Sabouillet où vous ferez la pause repas à l'ombre de hêtres centenaires. Puis ce sera la montée jusqu'à la crête de Prunadières et le petit refuge du même nom avant d'entamer l'ultime descente menant au caractéristique hameau de Mounicou. Direction ensuite le hameau de Marc pour une petite visite commentée de la miellerie du Rucher du Montcalm.

Vous rejoindrez enfin le refuge de Mouret entouré de sa pépinière et surplombant le canyon de l'Artigue.

Durée 7h30, Dénivelé + 1040 m, Distance 16,5 km

Jour 4 :

Après avoir quitté le refuge et franchi le torrent de l'Artigue, une petite grimpe permet d'accéder au Canal carré (ainsi sont dénommés d'anciens aqueducs transformés en agréables sentiers de randonnée) qui mène aux abords d'une centrale hydroélectrique. Après la pause casse-croûte, ce sera la montée le long du torrent et de ses cascades.

Passé le Pont de pierre, l'itinéraire longe le superbe système lacustre de Bassiès pour se terminer au refuge gardé du même nom, dans lequel le sympathique couple de gardiens vous aura réservé trois petites chambres.

Dîner et nuit au sein de l'immense cirque glaciaire.

Pour cette étape, un transport par mule est prévu afin d'acheminer au refuge et redescendre le lendemain le "minimum" indispensable.

Durée 5h, Dénivelé + 625 m, Distance 10,3 km

Jour 5 :

Montée vers le col de Cabanatus, l'étang d'Alate et le point culminant de la randonnée : le Mont Ceint qui, du haut de ses 2 088 m d'altitude, offre un saisissant panorama à 360° sur la montagne ariégeoise et ses contreforts. Descente vers le Port de Lers et le dernier refuge du circuit : Terre d'Avenir, en limite de forêt et de pâturage, face au Pic des Trois Seigneurs.

Durée 4h30, Dénivelé + 610 m, Distance 7,4 km

Jour 6 :

Par les bois de Freychinède et de Soubrouque, après avoir longé la tourbière classée de Bernadouze, le sentier en balcon rejoint le Tour du massif des Trois Seigneurs, franchit le col de la Crouzette pour atteindre le pittoresque village de Saleix. Après la pause pique-nique, vous entamerez la descente vers Auzat et retrouverez l'Office de Tourisme où un rafraîchissement vous sera offert avant la dislocation du groupe.

Durée 4h, Dénivelé + 100 m, Distance 11,4 km





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 : MODERE

Étape de 4h à 7h30 de marche par jour sur des sentiers agréables et en terrain varié...

La randonnée s'effectue sur sentiers entre 750 m et 2100 m d'altitude.

	NIVEAU	Dénivelé	Temps de marche
	FACILE	300 à 500 m	4 à 5h
	MOYEN	500 à 800 m	5 à 6h
	MODÉRÉ	800 à 1200 m	6 à 6h30
	SOUTENU	1200 à 2000 m	6h30 à 8h

Rappel :

	Dénivelé > 0	Dénivelé < 0	temps de marche	Départ	Arrivée
ETAPE 1	740	50	4 h 30	AUZAT	Refuge de GRAIL
ETAPE 2	560	715	5 h 00	Refuge de GRAIL	Refuge de BERTASQUE
ETAPE 3	1040	1295	7 h 30	Refuge de BERTASQUE	Refuge de MOURET
ETAPE 4	625	50	5 h 00	Refuge de MOURET	Refuge de BASSIÈS
ETAPE 5	610	840	4 h 30	Refuge de BASSIÈS	Refuge de TERRE D'AVENIR
ETAPE 6	100	785	4 h 00	Refuge de TERRE D'AVENIR	AUZAT
			30 H 30		

PORTAGE :

Uniquement vos affaires personnelles pour chaque journée, ainsi que les piques niques. Le portage des bagages est assuré par un logisticien ou par mule (le jour 4).

GROUPE :

Groupe de 8 personnes minimum à 12 personnes maximum.

ENCADREMENT :

Par un accompagnateur en montagne connaissant bien le massif et son parcours aidé par un logisticien à chaque étape dans les bâtiments ONF.

HEBERGEMENT :

L'hébergement est assuré dans quatre refuges forestiers et un refuge communal gardé.

Les refuges ONF ont été entièrement rénovés en 2006 dans la tradition montagnarde, en conservant leur caractère architectural d'origine. Leur aménagement intérieur permet des haltes confortables sur des sites privilégiés.

Le refuge communal gardé de Bassiès, surplombant les lacs et étangs du même nom, vous réservera trois petites chambres de quatre places ainsi qu'une salle de bains. Dans la salle à manger commune, vous côtoierez d'autres amoureux des grands espaces montagnards.

REPAS :

Les petits déjeuners français sont pris dans les structures d'hébergement.

A chaque arrivée d'étape, rafraîchissement prévu.

Apéritif offert et vin à chaque repas du soir : les menus sont à base de productions et spécialités locales dans une optique de développement durable.

Nous pique-niquerons le midi (sauf le premier jour, où le repas sera pris dans une ferme auberge)

RENDEZ -VOUS :

Regroupement pour tous à 9h devant l'Office de Tourisme d'Auzat ; parkings à proximité.

Pour les voyageurs SNCF, transfert de la gare SNCF de Tarascon sur Ariège jusqu'à Auzat (prise en charge à 8h30 devant la gare).

DISPERSION : Vers 16h le jour 6 devant l'Office de Tourisme d'Auzat.

Transfert jusqu'à la gare de Tarascon pour les voyageurs SNCF.

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.

ACCES :

* Par route : RN 20 depuis Toulouse via Pamiers, Foix, Tarascon-sur-Ariège, puis D 8 jusqu'à Auzat (2 h depuis Toulouse)

* Par autoroute : A 61 depuis Toulouse ou Narbonne, puis A 66 « l'Ariégeoise » jusqu'à Pamiers. Ensuite, RN 20 jusqu'à Tarascon et D 8 pour rejoindre Auzat

* Par train : rejoindre Toulouse puis arrêt en gare de Tarascon-sur-Ariège (ligne Toulouse / La Tour de Carol)

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 :

- ✓ gros sac à dos ou sac de voyage pour le séjour (maximum 10 kg)
- ✓ un sac de couchage léger, pour les nuits en gîte,
- ✓ petit sac à dos 30/45 litres environ pour les journées de marche
- ✓ une bonne paire de chaussures de marche ayant une bonne tenue de la cheville.
- ✓ bâton de marche ou canne télescopique (selon les goûts de chacun)
- ✓ vêtement de pluie (cape), coupe-vent, casquette
- ✓ veste imperméable et respirante type gore tex
- ✓ polaire et pull-over
- ✓ Pantalon de marche
- ✓ lunettes de soleil
- ✓ paire de gants fins type polaire
- ✓ bonnet
- ✓ short
- ✓ plusieurs paires de chaussettes
- ✓ sous vêtements de rechange
- ✓ une serviette de toilette
- ✓ crème solaire
- ✓ stick à lèvres
- ✓ boîte plastique hermétique type « Tupperware » (contenance 1 litre) pour conditionnement des pique-niques, couteau, cuillère et fourchette
- ✓ gourde 1 à 2 litres
- ✓ mini trousse à pharmacie avec élastoplast, biogaze, désinfectant...
- ✓ lampe de poche (frontale de préférence)

- ✓ **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

SAC A DOS pour la journée :

Prévoir un sac à dos confortable de 30 à 45 litres pour vos effets de la journée (un vêtement chaud, une cape de pluie, une gourde, une boîte et des couverts personnels pour le pique-nique du midi, protection solaire et papiers d'identité) et un peu de place pour nous aider à transporter le pique-nique et des encas.

En vous souhaitant un agréable séjour ...

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
- 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
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