

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 . . .

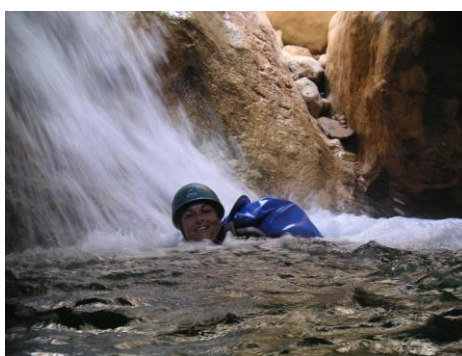
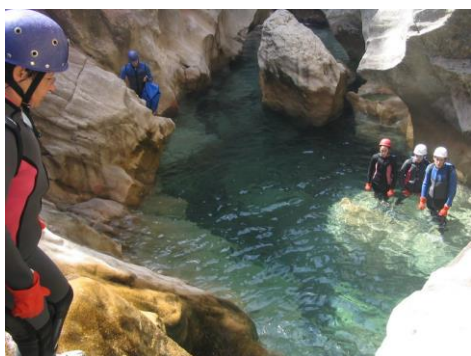
CANYONING EN FAMILLE EN SIERRA DE GUARA

Activité encadrée par un guide spécialisé, pour les enfants à partir de 8 ans !

Séjour 6 jours, 5 nuits, 4 jours de canyoning

En gîte dans un petit village aragonais, en formule 4 - 6 personnes par chambre

| | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--------|---|---|---|---|---|---|
|  |  |  |  | Saison | | | | | | Départ garanti  |
| 2 Chaussures | En gîte | En étoile | Portage de vos affaires personnelles pour la journée | J | F | M | A | M | J | A partir de 2 personnes |
| | | | | J | A | S | O | N | D | |



La Sierra de Guara reste sans aucun doute, le paradis du canyoning en Espagne !

Cet extraordinaire massif, situé sur le versant espagnol des Pyrénées, en Aragon, dévoile les plus beaux canyons d'Europe.

Dans un véritable labyrinthe minéral, sous le soleil radieux d'Aragon, venez découvrir la pratique du canyoning, à base de randonnée, de sauts, de glissades sur des toboggans naturels.

Un séjour en famille pour petits et grands : où le canyon, devient un jeu ludique, composé d'éclats de rire et d'émerveillement, le tout dans un cadre naturel et une ambiance de senteurs méditerranéennes, de thym et de lavande.

Nos Points forts

- une découverte d'un des joyaux pyrénéens, le Parc Naturel de la Sierra de Guara,
- un espace extraordinaire, protégé, avec une flore et une faune exceptionnelle,
- un gîte espagnol avec une très bonne cuisine locale et familiale, avec une piscine
- un circuit en étoile, avec des canyons adaptés pour les enfants, différents tous les jours
- un itinéraire progressif dans la découverte de cet espace montagnard grandiose !

DATES

30/06 au 05/07/2024
07/07 au 12/07/2024
14/07 au 19/07/2024
21/07 au 26/07/2024

28/07 au 02/08/2024
04/08 au 09/08/2024
11/08 au 16/08/2024
18/08 au 23/08/2024

TARIFS

775 € par personne
695 € par enfant (8 à 12 ans)

LE TARIF COMPREND

- L'encadrement par un accompagnateur en montagne avec la spécialisation Canyon ou un guide de canyon diplômé espagnol francophone,
- L'hébergement en pension complète du jour 1 au soir, au petit déjeuner du jour 6,
- La fourniture de matériel technique individuel et collectif pour le canyon,
- La taxe de séjour.

LE TARIF NE COMPREND PAS

- Les boissons, avant, pendant et après les repas,
- Les transports pour se rendre sur place,
- Tous les transports tous les jours, matins et soirs, pour se rendre sur le lieu de départ de l'activité,
- Les assurances,
- Les visites des monuments,
- Les pourboires à l'équipe d'encadrement (selon votre convenance).

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

LES ASSURANCES :

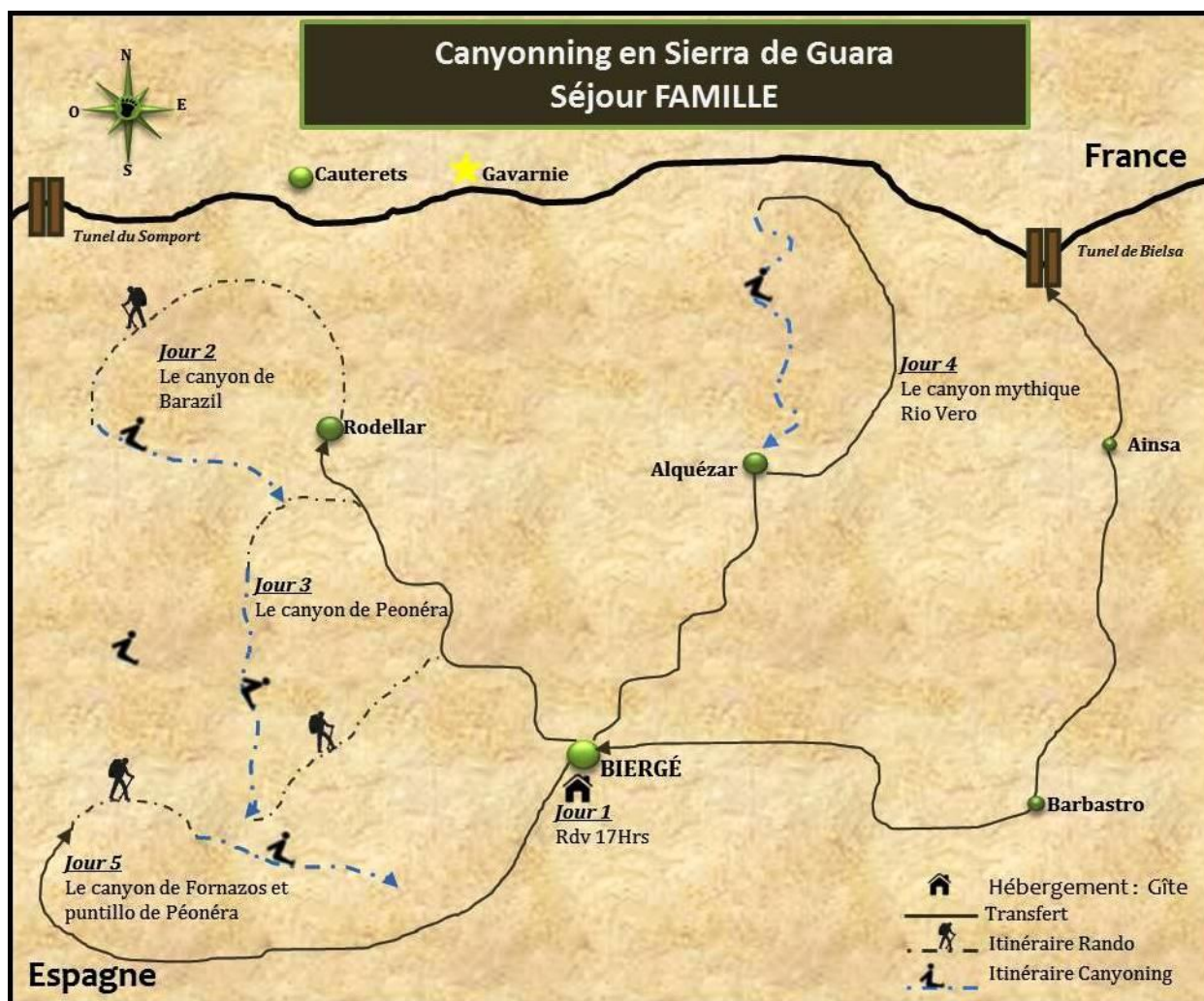
Nous vous proposons 3 formules d'assurances :

Assurance Annulation + bagages + extension pandémie et épidémie (3,4% du montant du séjour).

Fiche technique **SUR LES HAUTEURS** ESPAGNE – Canyon famille Sierra de Guara 6jrs 2024

Assurance Assistance Rapatriement + RC + pandémie et épidémie (2% du montant du séjour).
Assurance Multirisques : Annulation, Assistance Rapatriement, bagages, Retard transport + interruption séjour + extension pandémie et épidémie : (4,8% du montant du séjour).
Si vous avez votre assurance, il nous faudra une photocopie de votre attestation.

Votre itinéraire



Déroulement du séjour

Jour 1 :

Accueil à Biergé en fin d'après-midi à notre gîte. Installation au gîte qui nous servira de camp de base pour toute la semaine, avec tous les jours des départs en étoile. Ceci afin de mieux rayonner tout autour.

Jour 2 : le canyon de Barazil

Première journée de découverte du matériel et de cette activité ludique. Ce sera une journée de mise en jambe. Le canyon du Barazil reste très apprécié car il est composé de grands biefs aux eaux turquoise où nous pouvons nager et pour de belles parois où viennent nicher des colonies de vautours fauves et de gypaètes barbus, les plus grands rapaces pyrénéens !

Jour 3 : le canyon de la Péonera supérieure

Nous partirons aujourd'hui, découvrir un tout autre visage des ces canyons, avec le canyon de la Péonera supérieure. C'est une succession de chaos, avec un parcours très varié, splendide. Nous terminerons cette journée, par la visite de l'ermitage de San Martin, niché au pied de ces immenses falaises ocre. Pour cela, il nous faudra marcher un peu à l'aller comme au retour.

Jour 4 : Le Rio Véro : le canyon mythique de la Sierra de Guara !

Aujourd'hui, ce sera l'incontournable canyon de la Sierra de Guara : le Rio Véro. Situé au nord du village médiéval d'Alquézar, ce canyon vous offrira, toute une diversité de paysages, belles cascades, des toboggans et de splendides chaos de blocs. Le Rio Véro reste également très connu grâce à ses nombreuses grottes ornées de belles peintures rupestres.

Jour 5 : Fornazos et puntillo de Péonéra

Dernière journée de canyon et donc descente ludique au Fornazos et Puntillo de Péonera. Un des parcours les plus célèbres de la Sierra de Guara. Cette journée restera très aquatique. Nous serons au pied d'une immense piscine naturelle à la base du barrage (depuis lequel les plus courageux pourront sauter : 10 m !) marquera la fin du parcours.

Jour 6 : FIN

Dispersion du groupe après le petit déjeuner, en matinée.

NB : La pratique du canyon, nécessite de savoir nager impérativement !

Ce programme est donné à titre indicatif, le guide se réservant le droit de le modifier sans préavis en fonction du niveau général, en cas de mauvaises conditions météo ou si la sécurité du groupe l'exigeait.

Déroulement d'une journée Canyon

Le départ aura lieu vers 9h30, en voiture (compter jusqu'à 1h de transfert maximum).
La marche d'approche varie entre 15mn et 1h30. Elle s'effectue en short et tee-shirt, la combinaison néoprène étant rangée dans le sac à dos avec la gourde et le bidon étanche, soit en bandoulière. Les chaussures pour l'approche sont les mêmes que celles qui seront utilisées dans le canyon.

Pour commencer le canyon, nous devons enfiler la combinaison, ensuite toutes les affaires personnelles sont mises à l'abri, dans des bidons étanches, et c'est parti pour l'aventure !
Le jeu consiste à suivre le lit du rio, quel que soit son cours... Le bain devient vite inévitable : il est souvent frais...mais le soleil espagnol vous réchauffe très vite !
Dans des paysages grandioses et insolites, la suite est en alternance entre marche, nage, sauts (jamais obligatoires) et de toboggans, ponctuée de cris et de fous rires. Le franchissement de certains obstacles peut nécessiter le recours à des techniques simples de descente sur cordes, appelées "rappel". Celles-ci vous sont enseignées en temps utile par votre guide qui veille ensuite à la bonne utilisation de votre matériel ainsi qu'à votre sécurité quand vous êtes en situation.

La pause casse-croûte peut se faire à l'entrée, à la sortie, où même dans le canyon, en fonction du profil et de la longueur du canyon.
Elle permet en général un vrai moment de partage et ensuite de farniente, agrémenté d'une bonne baignade, d'une séance de bronzette.

La descente du canyon, varie entre 3 et 5 heures selon les parcours différents de chaque canyon.
Une fois sorti, du canyon, nous sortons la combinaison et nous revenons aux véhicules puis c'est le retour à notre hébergement, en voiture.

Puis nous arrivons comme d'habitude à l'heure de l'apéro, et nous devons passer ce moment si désagréable, assis à l'une des nombreuses terrasses du village, devant un verre de moscatel et une assiette de tapas, en évoquant les meilleurs moments de cette belle journée !

Info séjour Canyon

DUREE :

6 jours, 5 nuits

NIVEAU : 2 chaussures

Activité pour tous les publics. Age minimum recommandé : 8 ans (*).

Les dénivelés concernant les marches d'approche ou de sortie sont compris entre 100 et 350 m par jour, soit de 15 mn à 1h30.

La descente du canyon nécessite généralement entre 3 et 5h. C'est une randonnée en descendant un cours d'eau, alternant marche, nage et franchissements faciles de petits obstacles. Sur certains canyons, l'usage de la corde peut être nécessaire pour franchir en rappel certains ressauts. Rien de très technique, votre guide vous donnera les meilleurs conseils, pas de souci !

Il est indispensable de savoir nager sur une cinquantaine de mètres.

(*) Si en canyoning les adultes retombent en enfance, les plus jeunes, eux, sont naturellement "comme des poissons dans l'eau". Toboggans, sauts, rappels, rien ne les rebute. Au contraire, ils sont insatiables !

PORTAGE :

Pique-nique et matériel technique dans des sacs spéciaux fournis par nos soins.

ENCADREMENT :

Guides de canyon français ou espagnols francophones, diplômés.

Groupes de 5 à 10 personnes maxi par guide, selon les canyons et conformément aux recommandations de Jeunesse & Sports pour la France et à la réglementation en vigueur dans le Parc Naturel de la Sierra et Canyons de Guara.

Cependant, nous pouvons dédoubler le séjour, avec un deuxième guide.

Donc 2 groupes de 10 personnes pour un guide canyon, sans rappel.

RENDEZ VOUS :

Jour 1 à 17h au gîte à Biergé

Possibilité de réserver la nuit et les repas (*en option avec supplément*) en cas d'arrivée la veille au soir.

EN CAS D'URGENCE :

A l'heure du rendez-vous, vous pouvez appeler le gîte en demandant Eva ou Anna, elles parlent bien le français. Les coordonnées du gîte, vous seront transmises avec votre dossier de voyage.

GROUPE :

De 2 personnes minimum à 10 personnes, pour un guide. Cependant, nous pouvons augmenter la taille du groupe jusqu'à 20 personnes, auquel cas, il y aura un deuxième guide.

HEBERGEMENT :

En gîte, dans le petit village aragonais de Biergé, lieu de séjour idéal comme point de départ pour explorer les nombreux canyons de la région.

Le gîte de Biergé possède des dortoirs de 4 à 6 personnes avec sanitaires.

De plus, ce gîte possède une piscine extérieure.

Petits-déjeuners et diners seront pris au restaurant de l'hôtel, à proximité de ce gîte !

Cuisine locale et familiale, avec une véritable ambiance espagnole !

Casse-croûte copieux et vivres de courses fournis pour le midi, sont répartis dans les sacs entre les

divers participants.

REPAS :

En Pension complète pendant toute la durée du circuit, petit-déjeuner et dîner pris au restaurant. Les repas du midi seront préparés par nos hôtes et pris le matin avant le départ.

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.

DEPLACEMENT :

En voiture personnelle pour le transfert France – Sierra de Guara.

Ensuite transferts tous les jours, matins et soirs, afin de se rendre sur les principaux sites pour découvrir un canyon différent chaque jour.

Les transferts seront de l'ordre de 10 à 30 minutes maximum, tout autour de notre camp de base.

En fait, nous avons fait le choix d'être à mi chemin entre les 2deux grandes zones de canyon, ceci pour vous permettre de bien équilibrer tous ces transferts !

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 gîte.
- Respecter les fleurs sauvages, ne pas les cueillir. Préférer les photographier ou les dessiner.

CARTE D'IDENTITE :

Quelques chiffres concernant les Pyrénées :

- 440 km d'est en ouest - du Cap Creus (en Catalogne) à Zarautz (au Pays Basque).
- 30 km du nord au sud sur sa largeur la plus étroite - d'Argelès sur Mer (en Catalogne française) à Peralada (en Catalogne espagnole).
- 150 km dans sa plus grande largeur - de Saint Gaudens aux portes du Comminges, à Balaguer, à la limite du canton de Noguera.
- 3 régions (Aquitaine, Midi Pyrénées et Languedoc Roussillon).
- 6 départements (Pyrénées-Atlantiques, Hautes-Pyrénées, Haute-Garonne, Ariège, Aude et Pyrénées-Orientales).
- 1168 communes bordent les Pyrénées françaises.
- 4 communautés autonomes (Catalogne, Aragon, Navarre et Pays basque).
- 7 provinces (Géronne, Barcelone, Lérida, Huesca, Saragosse, Navarre et Guipuzcoa).
- 49 vallées et "pays" ont été dénombrés sur les deux côtés du massif.
- 3404 m : altitude de son point culminant, l'Aneto.
- 2407 m : altitude du col praticable en voiture le plus élevé (col d'Envalira).
- 3500 heures de soleil par an, en moyenne en Cerdagne.

GEOGRAPHIE :

La chaîne de montagnes des Pyrénées s'étend sur plus de 500 kilomètres entre l'Atlantique (Cap Cerbère) et la Méditerranée (Cap de Creus). Sur leur versant Atlantique, entre l'Océan et le Pic d'Anie, les Pyrénées ont une altitude modérée, qui n'excède pas 2000 mètres (Pic d'Orhy). Les vallées sont très encaissées et les cols assez peu élevés (Ibañeta ou Roncevaux, 1057 mètres). Les Pyrénées centrales se situent entre le Pic d'Anie et le col du Puymaurens (Ariège). Dans cette zone la chaîne pyrénéenne forme une imposante barrière. C'est là que se trouvent les plus hauts sommets des Pyrénées, tels que l'Aneto (3404 mètres) ou le Vignemale (3298 mètres). Les vallées sont très profondes parfois très encaissées, et seuls les cols du Somport et du Puymaurens permettent le franchissement de la chaîne tout au long de l'année. Les Pyrénées orientales ou catalanes s'étendent à l'est du col du Puymaurens. De hautes plaines, le Capcir et la Cerdagne, sont dominées par des sommets tels que le Carlit, le Puigmal. Le Canigou surplombe les très profondes vallées (Conflent et Vallespir) qui conduisent vers la plaine du Roussillon.

BIBLIOGRAPHIE :

Carte routière Michelin Nord Espagne au 1/1000000.

Carte au 1/100000ème " Haut Aragon ", Jean-Paul Pontroué, Galicia, Ambit.

Carte au 1/75000ème " Sierra de Guara ", Jean-Paul Pontroué.

Carte au 1/40000ème " Sierra de Guara ", Editorial Alpina (carte espagnole)

Mapa Excursionista 1/40000 - Prepireno Aragonés - Parque de la Sierra y los Cañones de Guara nº1&2 - Editorial

Prames S.A. y Federación Aragonesa de Montañismo

Parc de la Sierra y des canyons de Guara 1/40000 - 60 excursions et itinéraires - Editorial Pirineo.

OFFICE DE TOURISME :

Office de Tourisme de Huesca,

Tél: 00 34 974 292 170

Office de Tourisme de Ainsa,

Tél: 00 34 974 486 413

Nécessaire et Indispensable

LISTE DU MATERIEL :

Pour le canyon :

- Une paire de baskets ou de pataugas en toile (ou vieilles tennis) pour l'eau et les marches d'approche
- Tee-shirts et bob ou casquette pour se protéger du soleil au cours des approches
- Maillot de bain
- Lunettes de soleil
- Cordon d'attache pour les lunettes de vue
- Lunettes de piscine ou masque de plongée pour les porteurs de lentilles de contact et les amateurs de paysages subaquatiques
- Gourde
- Couteau
- Crème solaire, stick à lèvres
- Elastoplast 5cm et Compeed pour la prévention et le traitement des ampoules
- Appareil photo étanche (existe en jetable).

Pour la vie sur place :

- Vêtements chauds pour le soir (pull, polaire, jeans...)
- Chaussures de rechange
- Coupe vent ou anorak
- Nécessaire de toilette
- 1 lampe de poche
- 1 pharmacie personnelle

Matériel fourni par nos soins :

- Equipement technique de canyoning : combinaisons en néoprène de 5 mm d'épaisseur, chausson néoprène, casques, sacs spéciaux, bidons étanches et le cas échéant, baudriers complets et cordes.
- Pharmacie collective

ATTENTION :

Pensez à nous donner, lors de votre inscription, la taille et le poids de chaque personne (adulte et enfant) !

Ceci afin de réserver les bonnes combinaisons au plus vite.

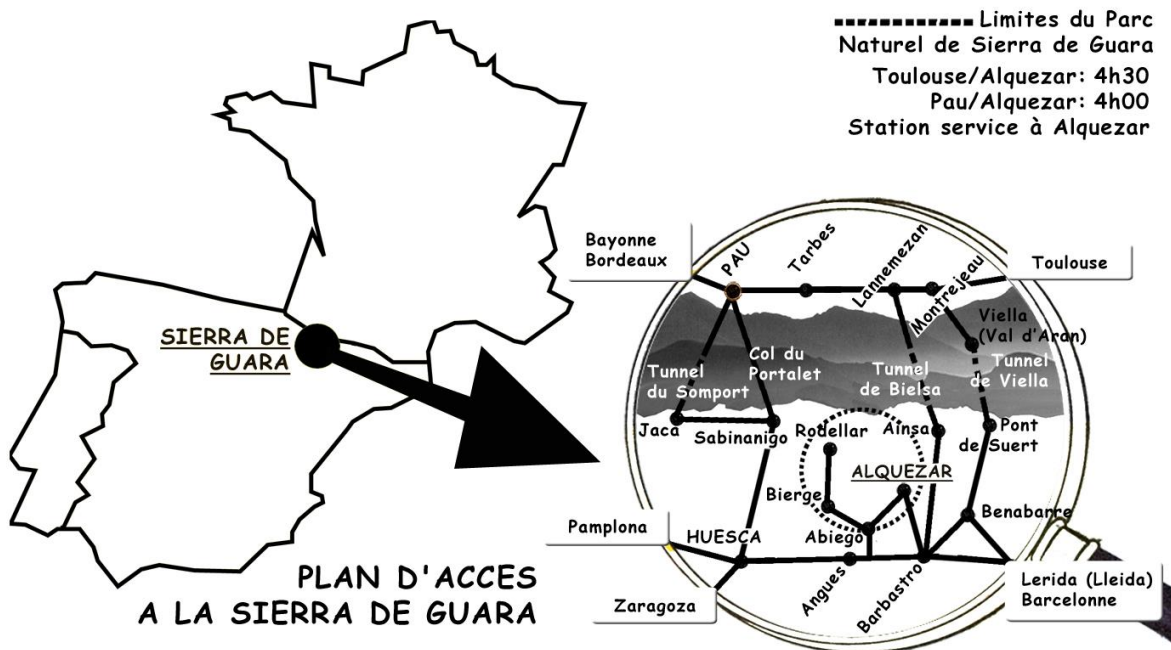
DOCUMENTATION :

- "Descentes de Canyons dans le Haut Aragon", Patrick GIMAT & J.P. PONTROUE, Edisud.
- "Le grand guide des Pyrénées", Editions Milan.

CARTOGRAPHIE :

- "Espagne Nord-Est & Baléares", Carte Michelin n° 443
- "Parc de la Sierra et des Canyons de Guara" au 1/40 000, Editorial Pyreneo.../...

COMMENT ALLER EN SIERRA DE GUARA :



Le dimanche en fin d'après-midi au village de Biergé.

Accès en voiture pour le gîte au village de Biergé

- de Bordeaux : prendre direction Toulouse, puis Mt de Marsan - Pau puis le tunnel du Somport - Jaca - Sabinanigo – Huesca, puis direction Barbastro (à 40 km environ d'Huesca suivre la direction Sierra de Guara, Alquézar par le village d'Abiego

- de Toulouse : prendre l'autoroute A64 en direction de Tarbes et sortir à Lannemezan, puis direction St Lary Soulan – puis prendre le tunnel d'Aragnoet - Aínsa - Barbastro, puis direction Alquézar et enfin on arrive à Biergé.

En vous souhaitant un agréable séjour canyon...

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