

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 . . .

RANDO DÉCOUVERTE LIBERTÉ EN TERRES GERSOISES

Randonnées en liberté et en étoile

Séjour 7 jours, 6 nuits

En hôtel 2★ avec piscine ou en hôtel 3★ tout confort avec jardin et SPA (en option)

Difficulté: 				Saison		Départ garanti				
FACILE	Hôtel 2 ou 3 ★	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	



Au cœur de la Gascogne, magnifique région vallonnée, nous vous proposons ce séjour en Liberté, au départ de la belle ville de Condom. Vous résiderez dans un hôtel 2 ou 3★, à deux pas du centre historique.

Vous aurez tout au long de la semaine, un programme de randonnées pour découvrir entre autres : d'authentiques villages et châteaux Gascons, d'anciennes fermes caractéristiques de la région, des bastides fortifiées et le tout sur un fond paysager aux multiples couleurs.

Vous aurez la possibilité d'agrémenter vos journées, par des visites et dégustations chez des producteurs locaux, que nous avons sélectionnés.

Un séjour au naturel, entre terroir, patrimoine historique et gastronomie locale, le tout à la sauce Liberté.

NOS POINTS FORTS

- La découverte du patrimoine historique et culturel du Gers.
- Le choix entre deux hôtels confortables et de qualité.
- Une liste de petits producteurs locaux sélectionnés par nos soins.

DATES :

Selon votre convenance, dès le mois d'avril et jusqu'à début novembre 2022.

Basse saison : du 15 septembre au 31 mars (*sauf les vacances scolaires d'automne et les réveillons de fin d'année*)

Haute saison : du 01 avril au 15 septembre 2022.

TARIFS :


TARIFS HÔTEL 3 :

Tarif 2 à 6 personnes	Basse saison	Haute saison
	585 €	625 €
Tarif Single	+ 140 €	+ 170 €

TARIFS HÔTEL 2 :

Tarif 2 à 6 personnes	Basse saison	Haute saison
	485 €	535 €
Tarif Single	+ 120 €	+ 150 €

LE TARIF COMPREND :

- L'hébergement en hôtel 2 ou 3 , en demi-pension du jour 1 au dîner, au jour 7 après le petit déjeuner.
- La carte de randonnée.
- Le voucher.
- Le Road book.

LE TARIF NE COMPREND PAS :

- Les pique-niques.
- Les boissons, avant, pendant et après les repas.
- L'entrée au SPA.
- L'entrée dans les différents monuments.
- Les assurances.

RÈGLEMENT :

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.

DÉROULEMENT DU SÉJOUR

Jour 1 : RDV À CONDOM

RDV à votre hôtel aux alentours de **16h00**. Installation et repas à votre hôtel.

Jour 2 : CONDOM – LARRESSINGLE



Vous partirez directement à pied depuis votre hôtel, pour une belle boucle passant par le magnifique village fortifié de **Larressingle**.

Vous tomberez sous le charme du plus petit village fortifié de France, surnommé « **La petite Carcassonne du Gers** ». Il est un joyau de l'architecture médiévale Gasconne.

Environ 4h30 de marche pour 250m de dénivelé

Nuit et repas à l'hôtel.

Jour 3 : DE FOURCÈS à MONTRÉAL DU GERS



Petit transfert pour rejoindre **Fourcès**, l'un des plus beaux villages de France qui fut construit autour d'un château remplacé aujourd'hui par une place ombragée de platanes. Vous rejoindrez le bourg de **Montréal du Gers** qui doit sa notoriété à la **villa gallo-romaine de Séviac**. Vous pourrez profiter de son lac pour votre pause pique-nique...

Environ 5h30 de marche pour 380m de dénivelé.

Nuit et repas à l'hôtel.

Jour 4 : AUTOUR DE VALENCE SUR BAÏSE



Aujourd'hui, encore une belle randonnée, au départ de **Valence sur Baïse**. Un itinéraire en boucle entre bois et vignobles, en passant par **l'écluse de Graziac**, pour finir par **l'abbaye de Flaran**. (Visite possible non comprise)

Environ 5h de marche pour 180m de dénivelé.

Nuit et repas à l'hôtel

Jour 5 : DE MAIGNAUT-TAUZIA À SAINT PUY



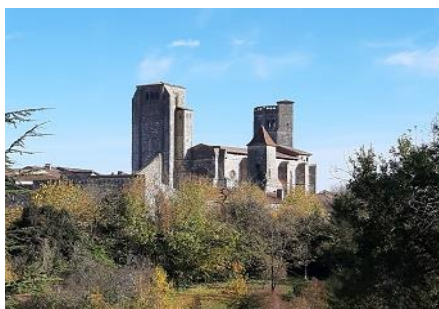
Au départ du petit village de **Maignaut-Tauzia**, vous flânerez à travers la campagne avant de rejoindre **Saint Puy** et un domaine champêtre où vous découvrirez le savoir-faire artisanal et les produits issus du canard. (**foie gras, magret, confit** etc...)

Si vous le souhaitez, vous dégusterez ensuite tous ces bons produits lors d'un déjeuner à la ferme.

Environ 4h30 de marche pour 350 m de dénivelé.

Nuit et repas à l'hôtel.

Jour 6 : LA ROMIEU EN BOUCLE



Un agréable parcours au départ de **La Romieu**, une étape à la croisée des chemins de St Jacques, qui nous mènera jusqu'à l'énigmatique village de **Castelnau sur l'Auvignon**, haut lieu de la résistance pendant la seconde guerre.

*Environ 4h00 de marche pour 300 m de dénivelé.
Nuit et repas à l'hôtel.*

Jour 7 : FIN DU SÉJOUR

Fin du séjour après le petit déjeuner vers 10h00.

À NOTER

Nous vous proposons durant ce séjour de rencontrer, de partager et de déguster chez nos producteurs locaux.

Ce sont des passionnés qui aiment à faire découvrir leurs produits et leur terroir. Sachez toutefois qu'ils vivent de leur production et qu'il sera parfois difficile pour eux de vous recevoir car leur activité professionnelle prime sur la visite d'un petit groupe.

La liste de ces producteurs vous sera envoyée avec votre dossier Liberté.

À VISITER SUR CONDOM ET AUX ALENTOURS





À Condom : la Cathédrale St-Pierre, l'Église St-Jacques, l'Église du Pradau, l'Ancien monastère des Dominicaines de Prouilhan, les églises romanes de Lialores, St-Christophe de Scieurac et Ste-Germaine.

À proximité de Condom : Auch, la capitale historique de la Gascogne (39 km), le château de Lavardens (25 km), Nérac (20 km), la Collégiale de La Romieu (12 km), le village fortifié de Larressingle (5 km), la Villa Gallo-Romaine de Séviac, la bastide ronde de Fourcès et son célèbre marché aux fleurs, la petite ville de Lectoure (25 km), le château de Cassaigne (6 km).

INFOS SÉJOUR

NIVEAU : FACILE

De 150 à 350 m de dénivelé positif pour environ 4h30 de marche en moyenne, chaque jour.

	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

PORTAGE :

Portage de vos affaires personnelles pour la journée.

GROUPE :

Départ assuré avec un minimum de 2 personnes minimum.

ENCADREMENT :

Pas d'accompagnateur sur les séjours Liberté. Vous êtes autonome avec un Road Book et un voucher, pour pouvoir randonner, à votre rythme.

RENDEZ-VOUS : Le Jour 1 vers 16h00, directement à votre hôtel.

DISPERSION : Le jour 7 vers 10h00, après le petit déjeuner.

HÉBERGEMENT :

- **En hôtel 2** ★ avec piscine : au centre de Condom, avec piscine. Chambre Double ou Twin et Single sur demande. Les chambres de l'hôtel donnent soit sur une petite rue tranquille, soit sur le jardin et la piscine. Toutes les chambres ont une salle de bains complète, téléphone direct, TV, accès wifi gratuit et parking privé gratuit.

- **En hôtel 3** ★ avec Spa : en formule chambre Double, Twin ou Single. Cet hôtel possède un jardin de détente ainsi qu'une agréable terrasse ombragée pour passer un agréable moment dans le jardin luxuriant. Parking privé 5€ par jour.

L'hôtel propose un espace SPA (à réserver sur place), avec des bassins à jets et des bassins à remous ainsi qu'un Sauna. L'accès est proposé à 8 € (tarif préférentiel) pour une durée d'1h30 (bassin à jets + sauna).

Espace de massage uniquement sur réservation.

Détente du corps et de l'esprit :

- **Massage Corps Relaxant (1h)** : massage complet du corps aux effets relaxants et dynamisants. Libère les tensions nerveuses et musculaires. 68 €

- **Modelage Détente (30 min)** : massage du dos ou massage jambes + Pieds. 48 €

Soin Corps Gommage Corps Entier (30 min) : aux sels de mers et huiles essentielles de citronnelle. 55 €

Beauté du visage :

- **Soin Visage Coup d'Eclat Marin (1h)** : Lissant et reminéralisant, particulièrement adapté aux peaux fatiguées et ternes. 65 €

RESTAURATION :

En demi-pension :

- Le petit déjeuner est proposé sous forme d'un buffet continental (boissons chaudes et froides, pains, viennoiseries, céréales, yaourts, fromage et fruits...)
 - Les repas du soir seront pris à l'hôtel, en salle, en terrasse ou dans le jardin.
- Pour ce forfait, les boissons restent à votre charge.*

PRATIQUE

Avant le départ, veuillez nous signaler tout renseignement important pour le bon déroulement de votre séjour (régime alimentaire spécifique, allergies...).

SAVOIR VIVRE ET RESPECT DE L'ENVIRONNEMENT :

Quelques règles de bonne conduite à connaître :

- Ne laisser aucun déchet errer dans la nature, emportez toujours vos poubelles jusqu'à l'hôtel.
- Respecter les fleurs sauvages, ne pas les cueillir. Préférer les photographier ou les dessiner.

NÉCESSAIRE ET INDISPENSABLE

ÉQUIPEMENT INDIVIDUEL À PRÉVOIR : (Liste non exhaustive)

La météo peut vite changer en plaine. Un équipement adéquat vous permettra de passer ce séjour dans les meilleures conditions.

Pour l'hôtel

- Un sac ou une valise pour vos affaires des 7 jours
- Vos affaires de rechange
- Une trousse de toilettes
- Un maillot de bain pour la piscine ou le SPA
- Une paire de chaussures légères pour le soir
- Pour les lunettes de vue, pensez à prendre une paire de rechange.

Équipement vestimentaire pour la randonnée

La technique des 3 couches permet de rester au chaud et au sec.

1. Couche respirante
2. Couche isolante
3. Couche protectrice

Pour appliquer cette méthode, il vous faut

- Tee-shirts manches longues ou courtes et respirants (pas de coton)
- Veste ou sweat polaire type Polartec
- Gilet sans manche coupe-vent
- Veste imperméable, respirante et coupe-vent avec capuche. (Le Gore-tex reste le matériau de référence)
- Un pantalon de randonnée léger et stretch ou un pantalon transformable
- Un short
- Paires de chaussettes semi montantes ou basses
- Casquette
- Bonnet
- Gants légers ou sous-gants en soie.

Pour la randonnée

- Un sac à dos de 30/40 litres avec une ceinture ventrale
- Bâtons de marche
- Une housse de protection du sac à dos (souvent intégrée dans celui-ci)
- Une paire de chaussures imperméables avec un bon maintien de la cheville
- Une pochette étanche pour vos papiers, téléphone etc...
- Une poche plastifiée pour protéger vos affaires à l'intérieur du sac à dos
- Protection solaire (crème et stick à lèvres)
- Lunettes de soleil catégorie 2, 3 ou 4
- Une gourde
- Couverts, couteau et gobelet
- Petit tapis de sol (pour vous asseoir pendant la pause déjeuner)
- Papier toilette avec une petite poche (pour ne pas le laisser dans la nature)
- Un briquet
- Couverture de survie
- Une paire de lacets de rechange

Une petite pharmacie personnelle

- Vos médicaments si traitement
- Aspirine / Paracétamol
- Un antiseptique
- Médicament antalgique (douleurs et fièvre), anti diarrhéique, anti-inflammatoire et un antispasmodique
- Pansements et double peau type Compeed

En vous souhaitant un agréable séjour Liberté dans le Gers....

Si nous n'avons pas entièrement répondu à toutes vos questions sur ce voyage :

- Appeler nous au : 05 61 97 66 04
- Un e-mail à : info@surleshauteurs.com
- Ou bien un courrier à :



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