

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 . . .

DES BARDENAS AUX MALLOS DE RIGLOS

Randonnées accompagnées pour découvrir deux sites majeurs

Séjour 7 jours, 6 nuits en pension complète, 5,5 jours de marche

En Hôtel *** sur la base de 2 personnes

				Saison			Départ garanti 			
Entre 1 et 2 chaussures	Hôtel ***	En étoile	Portage de vos affaires personnelles pour la journée	J	F	M	A	M	J	A partir de 4 personnes
				J	A	S	O	N	D	

Situé au cœur de la Navarre, le « désert » des **Bardenas Reales** recèle des trésors naturels et des paysages extraordinaires.

C'est un vaste territoire où l'eau a érodé, sculpté puis façonné de véritables chefs d'œuvre.

À l'aspect désertique, ce décor singulier, quasi lunaire se compose de longs « barrancos », de plateaux tabulaires, d'étendues arides et d'une myriade de cheminées de fée disséminées ici et là...

Puis direction les **Mallos de Riglos** en Aragon. Au cœur de ce territoire fut créé un éphémère petit royaume intérieur : el « Reino de los Mallos ». Il comprenait entre autres les villages actuels d'Agüero, Riglos et Murillo. Dominant ces villages et la « Hoya » (plaine) de Huesca, les sierras dévoilent de véritables trésors de pierre. Tantôt œuvres de la Nature comme les Mallos de Riglos et d'Agüero, tantôt fruits de l'Histoire des Hommes comme les châteaux (Loarre, Marcuello) ou les monastères (Virgen de la Pena), ce coin de terre ne vous laissera pas indifférent...



NOS POINTS FORTS

- Un circuit en étoile sur 7 jours dans 2 hôtels ruraux avec de nombreuses spécialités culinaires typiques de ces deux régions.
- Une approche différente dans la découverte de ces deux espaces naturels exceptionnels.
- Un itinéraire progressif pour découvrir durant les deux derniers jours, le cœur des « Mallos ».

DATES

Du dimanche au samedi

10/03 au 16/03/2024	05/05 au 11/05/2024 *	08/09 au 14/09/2024
17/03 au 23/03/2024	12/05 au 18/05/2024 *	15/09 au 21/09/2024
24/03 au 30/03/2024	19/05 au 25/05/2024 *	22/09 au 28/09/2024
07/04 au 13/04/2024 *	02/06 au 08/06/2024	06/10 au 12/10/2024 *
14/04 au 20/04/2024 *	09/06 au 15/06/2024	13/10 au 19/10/2024 *
21/04 au 27/04/2024 *	16/06 au 22/06/2024	20/10 au 26/10/2024 *

TARIFS

885 € par personne au départ de Pau, en **chambre de 2 personnes**

955 € * par personne au départ de Pau, en **chambre de 2 personnes**

Supplément chambre individuelle : + 180 €

LE TARIF COMPREND :

- l'encadrement par un accompagnateur en montagne,
- l'hébergement en pension complète du midi du jour 1 au midi du jour 7,
- les transferts A/R de la gare de Pau avec notre minibus de 8 personnes,
- la taxe de séjour.

LE TARIF NE COMPREND PAS :

- les boissons, avant, pendant et après les repas,
- les dépenses personnelles,
- l'entrée au monastère (12€),
- 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.

RÉGLEMENT :

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).

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.

FIDÉLITÉ

Nous vous offrons une réduction de 4% dès votre 3^{ème} voyage ou séjour dans les deux années civiles qui suivent la date du départ de votre premier séjour.

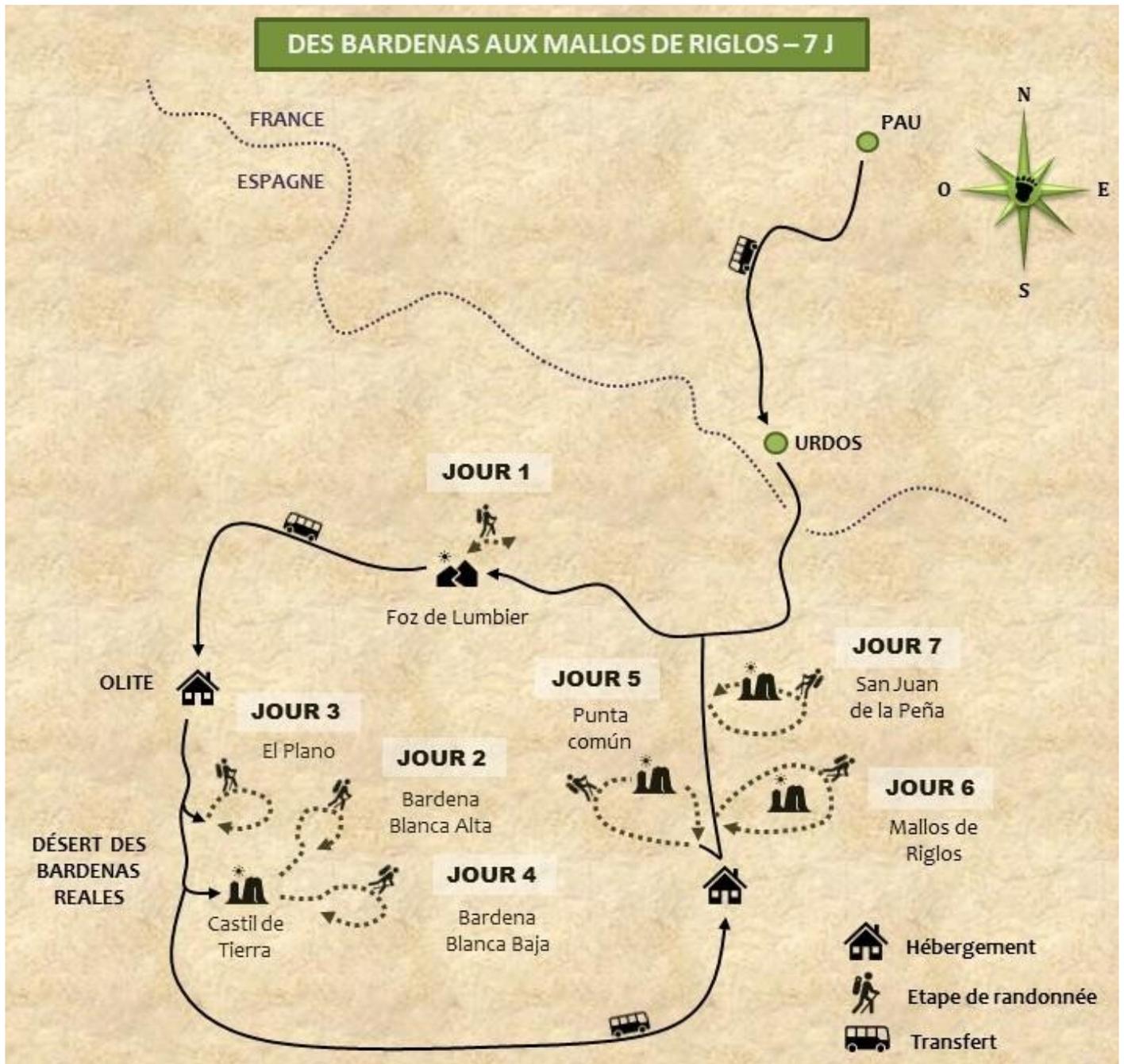
RÉDUCTIONS SUR LE PRIX DU SÉJOUR :

***5 mois avant** la date de départ, **4%** (pour un montant inférieur à 1200 €) ou 50 € pour un montant supérieur à 1200 €).

***4 mois avant** la date de départ, **3%** (pour un montant inférieur à 1200 €) ou 30 € pour un montant supérieur à 1200 €).

(NB : offre valable uniquement pour les séjours en individuel et non cumulable. Ne s'applique pas aux groupes, qui bénéficient déjà de tarifs spécifiques).

Votre itinéraire



Déroulement du séjour

Jour 1 : RÉSERVE NATURELLE DE LA FOZ DE LUMBIER



Accueil en gare de Pau et transfert en Espagne, dans la communauté autonome de **Navarre**. En route, nous ferons la pause déjeuner dans la réserve naturelle de la **Foz de Lumbier** afin de couper ce transfert qui comprend 4h de route ! Première observation des rapaces qui nichent sur cette falaise. Puis installation dans votre hébergement.

Environ 1h30 de marche

Jour 2 : BARDENA BLANCA ALTA



Au départ du **Castildetierra**, cheminée de fée emblématique, vous découvrirez la Bardenas Blancas, zone la plus désertique du Parc. Passage également par les « **Badlands** » et le Barranco Grande.

Dénivelée + 100 m pour environ 4h30 de marche

Jour 3 : EL PLANO



Départ depuis le haut plateau cultivé "**el plano**" pour rejoindre la réserve naturelle de **Vedado** où nichent de nombreux rapaces. Nous découvrirons le Castillo de Peñaflor qui selon la légende fût la prison de la belle Dona Blanca...

Dénivelée + 200 m pour environ 4h30 de marche

Jour 4 : BARDENA BLANCA BAJA



Petite journée entre la Bardenas Blancas et la **Bardenas Negra** où vous découvrirez encore un panorama grandiose sur toute l'étendue des Bardenas Reales de Navarre. Ensuite une très jolie crête conduisant au **Castillo de Estaca** terminera le retour.

Dénivelée 300 m en positif pour environ 4h de marche
Ou une belle rando sur le massif de la Piskerra uniquement réalisable en automne.

Transfert sur Murillo de Gallego en fin d'après-midi

Jour 5 : PUNTA COMUN



C'est du village **d'Agüero**, blotti au pied des « Mallos » que nous partirons pour une boucle qui nous amènera à la Punta Comùn (1191 m) qui domine le **Rio Gallego**.

600m de dénivelé pour environ 5h de marche

Jour 6 : MALLOS DE RIGLOS



Superbe itinéraire autour des fameuses « **Mallos de Riglos** » ...
Un panorama spectaculaire sur ces géants de pierre avec en toile de fond **La Plana de Huesca**.....

Dénivelé positif de 660 m pour environ 5h30 de marche

Jour 7 : SIERRA DE PENA & RETOUR



Découverte de la **Sierra de la Pena** qui recèle en ses entrailles un véritable chef d'œuvre de l'art romain espagnol, le monastère troglodyte de **San Juan de la Pena**.

Visite du monastère possible (12 euros)

Après le pique-nique, retour et arrivée sur Pau vers 15h

À NOTER

Indépendamment de sa volonté, votre guide qui connaît parfaitement ce séjour et le terrain peut être amené à modifier quelque peu le programme indiqué en fonction des conditions météorologiques, du niveau et de la forme des participants ou d'autres impondérables.

Info séjour Bardenas - Riglos

NIVEAU : 1 à 2 CHAUSSURES

Étapes journalières de **4h à 5h30** de marche et jusqu'à **660 m** de dénivelé positif maximum.

En terrain varié, terre, petits cailloux, pierres, petite végétation et en fond de barrancos.

Sur des sentiers bien tracés, de terre, de pierres ou de rocailles mais sans aucune difficulté technique.

	Niveau	Dénivelé	Temps de marche
	1	Jusqu'à 400 m	4 à 5h
	2	300 à 600 m	3 à 5h
	3	600 à 800 m	5 à 6h
	4	700 à 1200 m	5 à 7h
	5	1000 m et +	7h et +

PORTAGE :

Portage dans votre sac à dos de vos affaires personnelles ainsi que de votre pique-nique.

GROUPE :

Groupe de 4 personnes minimum à 8 personnes maximum.

ENCADREMENT :

Par un accompagnateur en montagne diplômé connaissant bien le pays, le massif et les parcours. Professionnel enthousiaste, il sera à même de vous faire partager ses connaissances et son engouement pour le milieu naturel et ceci en toute sécurité. Sa passion du métier l'engage à s'adapter aux conditions météorologiques, aux contraintes du terrain et autres aléas, à gérer le rythme et la condition physique de chacun, tout en restant disponible.

RENDEZ-VOUS : le dimanche matin en gare de Pau à **9h30**

DISPERSION : le samedi suivant en gare de Pau vers **15h**

STATIONNEMENT À PAU :

Parking aérien, sans surveillance, de l'Usine des Tramways

217 places de stationnement gratuites sur le parking de l'Usine des tramways accessibles par le pont Lalanne, à l'angle des tribunes de la gare. Situé à 200 mètres de la gare.

ARRIVÉE LA VEILLE :

Nous vous recommandons les hôtels suivants, proches de la gare :

- **Hôtel Central à Pau.** Si vous venez de notre part, vous aurez un tarif préférentiel.

☎ 05 59 27 72 75

- **Hôtel Adour :** ☎ 05 59 27 47 41

- **Hôtel Bosquet :** ☎ 05 59 11 50 11

HÉBERGEMENT

Bardenas :

Dans un hôtel familial ***, confortable avec salle de bain et WC dans les chambres, dans un petit village authentique sur la base de 2 personnes par chambre.

Mallos de Riglos :

Dans un hôtel familial ***, en formule chambre Twin ou Single, dans un joli petit village.

REPAS :

En pension complète

- Le petit déjeuner est proposé sous forme d'un buffet continental (boissons chaudes et froides, pains, viennoiseries, gâteaux, céréales, yaourts, charcuteries, fromage et fruits...)

- Les pique-niques sont préparés par votre accompagnateur sous forme de salades composées à base de produits locaux. Équilibrées et variées, elles sont complétées par du fromage, un fruit et une gourmandise chocolatée.

(Le pique-nique n'est pas compris pour les personnes ne désirant pas participer à une journée de randonnée)

- Le repas du soir est composé d'une entrée, salade, d'un plat principal et d'un dessert.

Dans les Bardenas, les légumes cuisinés sont issus du jardin de votre hôte.

Pour ce forfait, les boissons restent à votre charge.

SANTÉ :

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 sont néanmoins conseillés.

DÉPLACEMENT :

En minibus pour le transfert France – Espagne, ce transfert durera environ 4h, avec une pause pique-nique afin de couper cette longue journée.

Ensuite, tous les jours, transferts matin et soir d'environ **45 minutes**, pour se rendre sur les plus beaux sites des Bardenas. Les temps de trajet sont donnés à titre indicatif, ils restent cependant dépendants d'événements imprévisibles (conditions météo, état de la circulation, etc.).

Sur les Riglos, les transferts sont d'une durée plus courte.

BASE DE L'OTAN :

Il existe au cœur de cette superbe région, une base aérienne de l'Otan.

Certains jours, des avions militaires (mirage) viennent faire des manœuvres, sur une zone délimitée, avec des tirs sur des carcasses de char !

Ces passages durent en général qu'une heure par jour et occasionnent du bruit !

Cependant, ces passages ne sont pas quotidiens et nous ne pouvons le savoir à l'avance, car cela relève du secret militaire !

IMPORTANT & LÉGISLATION :

Nous évoluons dans une réserve naturelle et nous ne pourrions faire le secteur de la Piskerra au printemps, en raison d'un nombre important d'oiseaux migrateurs venus nicher dans ce massif !

En revanche, ce sommet est réalisable uniquement en automne, en remplacement du jour 4 !

Infos complémentaires Bardenas

Le désert des Bardeñas Reales constitue une vaste dépression aride couvrant une superficie de 42500 ha, longue de 40 à 45 km, et large de 25 à 30 km.

Les trois quarts de son territoire sont situés en Navarre, le quart restant en Aragon.

Elles sont contournées au Nord et à l'Ouest par le Rio Aragon, à l'Est par le Rio Ara. Le point culminant est le Prallon (593 m). Les Bardeñas Reales constituent un authentique désert.

Les précipitations s'élèvent seulement à 400 mm par an. La température moyenne de l'année est de 15 degrés et l'amplitude thermique de 19 (minimum moyen 5 degrés, maximum 24). Le record de chaleur de la dernière décennie a atteint 45 degrés.

Ce massif peut être divisé comme suit :

- La Bardeña plissée au Nord-Ouest
- La dépression centrale de la Bardeña Blanca, la plus spectaculaire comprenant la Blanca Baja et la Blanca Alta
- La Bardeña Negra (partie la plus méridionale composée de vastes plateaux semés de blé et de riz, irrigués par des canaux descendant du lac de Yesa.) A l'intérieur des terres, aucun habitat permanent n'existe. Cependant, la vie pastorale est très ancienne ; on rencontre souvent le berger avec son troupeau. Ce territoire n'appartient à aucune municipalité : ce sont les 19 villages riverains (Valtierra, Arguedas, Carcastillo, Villafranca, Tudéla, Olite...) qui l'administrent ainsi que le monastère de la Oliva et les vallées de Roncal et Salazar.

Dans les années soixante, la fin de la construction du barrage de Yesa ainsi que la construction du Canal des Bardeñas et de nombreux canaux a permis l'irrigation du secteur de la Bardeña Blanca qui est maintenant cultivée. L'origine du terme de Bardeñas est controversée : certains disent qu'elle dérive de "abar" et de "dena", c'est à dire "tout boisé". Dans de nombreux textes anciens on trouve traces de la forêt des Bardeñas. Mais c'est surtout en tant que refuge de bandits que ces forêts étaient connues.

LA FLORE :

La formation végétale dominante est un "matorral" (garrigue, maquis, steppes herbacées buissonnantes ou arbustives.)

LA FAUNE :

Les Bardeñas abritent surtout une importante avifaune ; aigle royal, vautour fauve, percnoptère d'Égypte, palombes, ramier, pie, gravelot du désert, ganga cata, caille, passereaux, perdrix... On y observe également quelques lapins, lièvres, renards, sangliers, couleuvres ou vipère.

Infos complémentaires Mallos

Les **Mallos** sont des formations géologiques situées en Aragon (Province de Huesca) sur le piémont Pyrénéen. Ces grandioses monolithes aux teintes rougeâtres sont formés de conglomérats appelés communément « **poudingue** », sédiments de galets cimentés par du gravier et du sable déposés dans les cônes de déjection qui se déversaient jusqu'à l'ancienne dépression centrale de l'**Ebre**.

Leur origine date du Miocène (période du tertiaire qui s'étend entre de -5 Millions à -23 Millions). Ces alluvions ont été érodés, donnant la forme de ces murs coniques très impressionnants. En espagnol, Mallos signifie muraille. On trouve d'autres exemples de moindre importance dans les environs du petit village d'Agüero.

Les Mallos présentent une hauteur de plus de 300 mètres et abritent de nombreux oiseaux. Ils sont le paradis des grimpeurs avec plus de 200 voies répertoriées et un plaisir des yeux pour les randonneurs.

Nécessaire et Indispensable

Dans les Bardenas, selon les mois il peut faire frais (mars, avril, octobre et novembre) ou très chaud (juin et septembre) avec suivant, un vent de Nord-Ouest glacial ou rafraichissant...

Adaptez donc votre tenue vestimentaire en fonction de ces saisons.

Pour l'hôtel

- Un sac ou une valise pour vos affaires des 7 jours
- Vos affaires de rechange
- Une trousse de toilettes
- 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 boîte avec un couvercle hermétique (type Tupperware) pour le pique-nique
- 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)
- Couverture de survie
- Une paire de lacets de rechange.

Une petite pharmacie personnelle (votre guide a une pharmacie pour le groupe)

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

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