



LA BALAGUÈRE
RANDONNÉES ET VOYAGES À PIED

FICHE TECHNIQUE

Alquezar, randonnées au cœur de la Sierra de Guara



Les paysages spectaculaires et insolites de la Sierra de Guara, à découvrir confortablement depuis le magnifique village d'Alquezar, en hôtel remarquable, avec une gastronomie typique et délicieuse...

7 jours - 6 nuits - 5,5 jours de marche

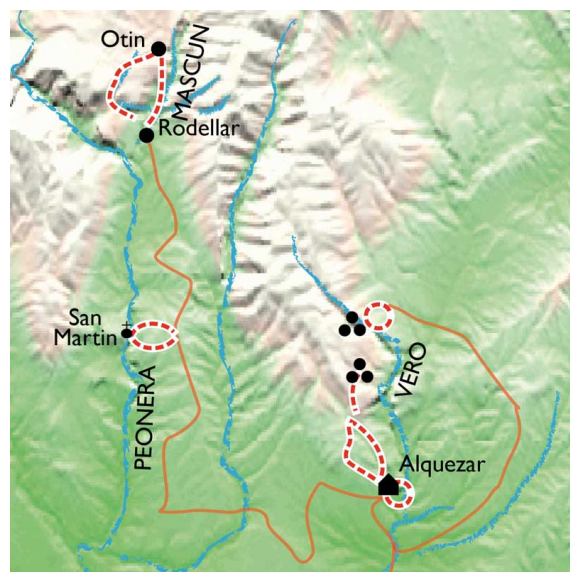
- Départ garanti à partir de 5
- Séjour en étoile
- Sans portage
- Accompagné

Code voyage :
FP1ALQZ



Les points forts

- hébergement remarquable au cœur d'Alquezar
- un régal aussi bien pour les pupilles que pour les papilles !
- baignades au rendez-vous des périodes les plus chaudes



Avant votre départ, pensez à vérifier la validité de la fiche technique sur notre site web.

http://www.labalaguere.com/alquezar_randonnees_coeur_sierra_guara.html

*Alquezar, "La Forteresse" de Al Andalus, est issue d'un extraordinaire carambolage entre les civilisations, les cultures, les éléments et les climats. Les forces naturelles se sont associées pour créer un paysage grandiose ; parois ocre, dédales de canyons aux eaux turquoise, champs d'obélisques et dentelles de calcaire blanc... Entre les innombrables murets en pierre sèche qui rythment les courbes de la **Sierra de Guara**, l'olivier et le romarin règnent sur ces merveilles. À cette végétation méditerranéenne, se mêlent quelques espèces venues des neiges du **Mont Perdu**. Toute cette magie que les ermitages perdus ont tenté d'exorciser, a inspiré des artistes inconnus il y a 3000 ans. Musulmans et chrétiens ont apporté leurs richesses... et le résultat est une des régions les plus étonnantes d'Europe que nous vous convions à découvrir. Le plaisir des pique-niques au bord de l'eau et les baignades en font une randonnée ludique, sympathique et conviviale.*

■ PROGRAMME

EN GUISE DE PRÉSENTATION

Alquezar est un site exceptionnel, tant pour son histoire que pour les canyons qui l'entourent. La Sierra de Guara est un paradis ornithologique ; vautours fauves, gypaètes barbus, tichodromes, percnoptères d'Egypte... Et nombreuses autres espèces d'oiseaux, communes ou beaucoup plus rares, peuvent y être observées.

Bien qu'étant en moyenne montagne (entre 600 et 1100 m), le climat est méditerranéen avec une végétation de garrigue sur les plateaux, d'oliviers et d'amandiers aux abords des villages. Le temps est donc très agréable, parfois très chaud en été.

Forteresse musulmane, protégeant la ville de Barbastro, Alquezar fut l'objet de conquêtes et de reconquêtes entre musulmans eux-mêmes avant de basculer en 1067 sous les assauts du catholique Sancho Ramirez. De la forteresse musulmane, il ne reste que les vestiges d'une tour carrée ; au sommet du piton est juché l'ensemble château - collégiale. Aujourd'hui, on peut encore observer le château, doté d'une double ceinture de remparts, l'église et la collégiale avec son cloître.

L'ensemble est unique et le plaisir immense lorsque l'on admire les multiples détails, en visitant les lieux, en savourant la vue sur les canyons, alors que les vautours planent lentement vers leur zone de nidification.

Alquezar est à l'entrée du parc naturel du Rio Vero ; ce dernier a la particularité d'offrir la possibilité de se promener vers des grottes et abris aux peintures rupestres. Sur le plan géographique, le village est situé en Aragon, au nord-est de la ville de Huesca.

JOUR 1

Transfert en **Sierra de Guara** : Trajet magnifique traversant les Pyrénées, 4 heures environ, entrecoupé de pauses. La diversité et le contraste entre les versants nord et sud des Pyrénées prennent ici toute leur dimension. Première "cena" à "l'heure espagnole" : c'est vers 21 heures que nous allons déguster notre premier repas aragonais

Temps transfert : environs 3h30.

JOUR 2

Découverte du village et de ses environs. Alquezar est bâti à flanc d'une Peña calcaire derrière laquelle se cache un trésor naturel : les gorges du **Rio Vero**. Les eaux, cristallines dans les rapides et émeraude dans les vasques naturelles, serpentent entre les parois ocre du canyon, parfois hautes de plusieurs centaines de mètres. Première randonnée, dans le Rio Vero. Visite de la **Collégiale**, ancien monastère...

Temps de marche : 3h. Dénivelé : + 300m / - 300m.

JOUR 3

À la rencontre d'artistes... du "Magdalénien". Imaginez ces peintres dont les ateliers étaient suspendus en plein vide, au-dessus de paysages magiques. Quiétude et calme donnent à ces lieux une atmosphère unique.

Temps de marche : 4h. Dénivelé : + 300m / - 300m.

JOUR 4

La Sierra de Guara, c'est bien sûr les "canyons". Le Mascun, dont nous allons admirer les merveilles tout au long de la journée, a ses chemins secrets, qui vont nous rapprocher du vol des grands rapaces. Aucun équipement spécial n'est nécessaire, si ce n'est une vieille paire de basket pour traverser quelques passages à gué, lorsque le niveau de l'eau est un peu plus haut que d'habitude (30 à 40 cm d'eau au maximum). Au départ de Rodellar, village du bout du monde, nous pénétrons dans le canyon, pour découvrir des arches naturelles, la « citadelle » et autres vires.

Temps de marche : 5h. Dénivelé : + 400m / - 400m.

JOUR 5

Des grands panoramas sur les Pyrénées et incursion dans le joli canyon de Chimiachas, peintures rupestres de Quizans, puis les "Balsas de Basacol".

Temps de marche : 4 à 5h. Dénivelé : + 500m / - 500m.

JOUR 6

Les hommes de ce pays ont édifié des autels et des chapelles dans des sites d'une beauté époustouflante. Aujourd'hui encore, nous partons jusqu'à l'un de ces ermitages, lové au pied d'une immense conque de calcaire rouge, dans le canyon de Peonera.

Temps de marche : 4h. Dénivelé : + 250m / - 250m.

JOUR 7

Nous quittons Alquezar pour regagner la France. Transfert pour Pau et halte vers la frontière pour le pique-nique. Dispersion à Pau.

Temps transfert : environs 3h30.

Des éléments indépendants de notre volonté (météo, niveau du groupe, aléa logistique, divers...) peuvent amener notre équipe à modifier le programme. Nous demeurerons attentifs à votre satisfaction mais votre sécurité sera systématiquement privilégiée.

■ INFOS PRATIQUES

RENDEZ-VOUS

A 14H30 à la gare de Pau.

FIN DU SÉJOUR

Dispersion à la gare de Pau à 16H30.

ACCÈS AU LIEU DE RV

EN TRAIN : TGV, train ou train de nuit pour Pau, depuis Paris via Bordeaux ou depuis Lyon via Toulouse. Tél SNCF : 36 35. <http://www.voyages-sncf.com/>

EN AVION : Aéroport de Pau-Uzein. Une ligne de bus à 1 € relie l'aéroport à la gare de Pau : ligne "Proxilys 20", arrêt Idelis à droite en sortant de l'aérogare ; départs indicatifs de 7h40 à 19h45 toutes les heures (30 min. de trajet). <http://www.pau.aeroport.fr/>
Sinon taxi de l'aéroport à la gare, compter environ 20 €.

EN VOITURE : Pau est accessible de Bordeaux, Toulouse ou Hendaye par l'autoroute A64-Sortie n°10. Accès également possible par routes nationales. Pour limiter vos frais de déplacements et d'émission de carbone, pensez au covoiturage en tant que chauffeur ou passager : <http://www.covoiturage.fr/>

PARKING

Parking gardé Clémenceau-Aragon, Boulevard Aragon - Square Georges V. 64000 Pau. Tél : 05 59 27 05 79 (compter environ 10 €/jour, 50€ 6 jours, 59€ 7 jours). *Pour l'achat de ces forfaits semaine, il faut téléphoner au parking quelques jours avant votre arrivée, afin de connaître les modalités d'achat et de retrait de ces forfaits, car il n'y a pas de guichetier le dimanche.*

Eventuellement possible aux hôtels indiqués pour une arrivée la veille (à convenir avec l'hôtelier et uniquement si vous y dormez).

SI VOUS DESIREZ ARRIVER LA VEILLE OU RESTER APRES LE SEJOUR :

Adresse d'hébergement à proximité du point de rendez-vous :

- Hôtel** Adour (<http://www.hotel-adour-pau.com/>), 10 rue Valérie Meunier à Pau. Possibilité de réserver un emplacement de parking de l'hôtel, situé à proximité (au forfait de 4€, selon disponibilité). Tél : 05 59 27 47 41. Mail : contact@hotel-adour-pau.com

Adresse d'hébergement à l'étape du premier soir :

Si vous désirez vous y rendre directement, prévenez-nous au plus tard 1 semaine avant le départ afin que le groupe ne vous attende pas inutilement au point de rendez-vous.

- Hôtel** Hôtel Villa de Alquezar (<http://www.villadealquezar.com/fr>), à Alquezar (Espagne), Tel : 00 349 74 31 84 16. Mail : info@villadealquezar.com

Attention, il se peut que pour votre séjour nous ayons dû choisir un autre hébergement que celui mentionné ci-dessus ; renseignez-vous auprès de nos bureaux quelques jours avant le départ.

DÉPART GARANTI À PARTIR DE (PERS.)

5

GROUPE LIMITÉ ENVIRON À (PERS.)

15

NIVEAU

4 à 6 h de marche, dénivelés montants de 500 m maximum.

Il faut avoir une condition physique convenable. En été, il peut faire chaud sur certaines portions, mais la fraîcheur du Rio n'est jamais très loin. Attention, il faudra parfois traverser les rios (jusqu'à mi-mollet au plus profond) malgré l'eau froide

PORTAGE

Vous ne porterez que vos affaires de la journée

ENCADREMENT

Par un accompagnateur en montagne diplômé d'état et spécialiste de la région.

HÉBERGEMENT

A l'hôtel ** Villa de Alquezar, hôtel tout confort dans une ancienne demeure seigneuriale réaménagée au coeur du village. Chambres de 2 pers. avec WC et bain, petits-déjeuners à l'hôtel.

REPAS

Dîners typiques et tapas pris dans un bon restaurant du J1 au J5, dîner remarquable dans un excellent restaurant le J6.

DÉPLACEMENTS

En fonction des effectifs, les transferts sont effectués en bus, minibus ou taxis.

De manière exceptionnelle, nous pouvons être amenés à vous solliciter quelques jours ou semaines avant le départ pour utiliser votre véhicule personnel, moyennant une indemnité forfaitaire. Vous n'aurez évidemment aucune obligation d'accepter cette proposition, mais sachez que les personnes transportées et le véhicule utilisé seront assurés « tous risques » par nos soins.

FORFAIT TOUT COMPRIS EXCEPTÉ

Les boissons (vin inclus au dîner du J6), les frais d'inscription et l'assurance.

FORMALITÉS

Carte d'identité ou passeport en cours de validité ; évitez les cartes d'identité ayant une date de fin de validité dépassée. N'oubliez pas dans votre sac à dos, le contrat d'assistance-rapatriement.

Au minimum 15 jours avant votre départ, demandez à la sécurité sociale une carte européenne ou une attestation européenne valable 3 mois afin d'éviter l'avance obligatoire de frais médicaux.

Si vous vous déplacez en véhicule en Espagne, sont obligatoires sous peine d'amende : gilet fluorescent + 2 triangles de signalisation.

PENSEZY

Idées sympas :

N'hésitez pas à amener une spécialité de votre région pour la partager avec le groupe.

Au début du séjour, vous pouvez confectionner une caisse commune qui servira aux pots et achats de groupe.

■ ÉQUIPEMENT

CONSEILS POUR LE CHOIX DE VOTRE ÉQUIPEMENT

Pour le haut du corps : quelle que soit la région ou la saison, le principe des 3 couches respirantes (Tee-shirts - pull ou veste chaude - surveste imperméable/coupe-vent) permet de répondre à la plupart des situations.

Opter pour des vêtements qui séchent rapidement -fibres synthétiques- et proscrire le coton (séchage trop lent => inconfortable). La laine est une fibre naturelle qui possède aussi d'excellentes qualités et qui, grâce aux nouveaux procédés de fabrication, connaît un retour en force dans la confection des vêtements Outdoor.

Pensez à vous couvrir avant d'avoir froid, mais surtout à vous découvrir avant d'avoir trop chaud : la sueur est l'ennemi du randonneur -surtout en hiver- car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés. Proscrire les anoraks, qui peuvent transformer une agréable randonnée en véritable calvaire !

Pour le bas du corps : shorts et pantalons en toile solide, en matière synthétique, permettent aussi un séchage rapide et procurent donc plus de confort.

Apportez un soin particulier au choix des chaussettes : prenez des chaussettes de randonnée, renforcées (solidité) et à coutures plates (pour éviter les ampoules). En hiver, choisissez des chaussettes chaudes. Dans ce domaine aussi, proscrire le coton.

LES BAGAGES

Pour votre séjour, prévoyez :

- 1 sac de voyage par personne (ou valise à roulette). Ne prenez pas un bagage trop volumineux afin d'éviter des soucis d'encombrement du bus ou d'organisation logistique. Sur les séjours itinérants ou semi-itinérants, limitez également le poids à 10-12 kgs, car l'accès malaisé à certains hébergements pourrait compromettre la livraison des bagages. Evitez absolument d'y laisser des objets fragiles et/ou de valeur.
- 1 sac à dos de 35-40 litres environ, avec ceinture ventrale et un dos bien aéré pour votre confort

LES VETEMENTS

- 1 chapeau, ou casquette, ou foulard
- 1 bonnet, ou bandeau en polaire et/ou un tour de cou
- 1 paire de gants fins
- des tee-shirts en matière respirante à manches courtes (1 tous les 2-3 jours) et 1 ou 2 à manches longues
- 1 veste chaude type polaire (voire déperlante type "softshell") ou type "primaloft" (chaud et compressible)
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type "gore-tex" avec capuche
- 1 pantalon de trekking solide et déperlant
- 1 short ou short 3/4, confortable et solide
- des sous-vêtements
- 1 maillot de bain et 1 serviette qui sèche rapidement (facultatif en vue d'éventuelles baignades)
- des chaussettes de randonnée (au moins 1 paire tous les 2 jours) à bouclettes, en synthétique et/ou en laine
- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, à semelle type "Vibram". À éprouver impérativement avant votre séjour.
- ou si vous êtes habitués, une paire de chaussures basses type trail.
- 1 paire de guêtres (facultatif)
- des vêtements et chaussures confortables pour le soir

LE MATERIEL A EMPORTER

- 1 grand sac plastique à glisser dans votre sac à dos afin de protéger vos affaires des intempéries et/ou 1 sur-sac
- 1 pochette étanche avec : votre contrat d'assistance, vos papiers d'identité, carte vitale et tout autre document mentionné dans la rubrique formalités
- 1 parapluie solide et léger (facultatif mais très utile en cas de pluie)
- 1 paire de bâtons (facultatif)
- 1 paire de lunettes de soleil de bonne qualité (protection niveau 3) couvrant bien les côtés + crème solaire avec un bon indice de protection et écran labial (le tout systématiquement dans le sac à dos)

- 1 gourde isotherme ou aluminium de 1,5 litre mini ou gourde souple type Platypus (déconseillée en hiver) ou une simple bouteille en plastique
- 1 petit thermos 50 cl (facultatif et surtout utile en hiver si vous souhaitez amener thé, café...)
- 1 gobelet plastique ou aluminium avec anse isolée
- 1 couteau de poche pliant (type Opinel)
- pour le pique-nique : couverts et 1 boîte plastique de 0,5 litre minimum type Tuperwear (impératif même s'il peut arriver qu'elle ne serve pas)
- nécessaire de toilette
- boules Quiès ou tampons Ear (contre les ronflements de voisinage ou autres nuisances sonores)
- des mouchoirs
- du papier toilette
- 1 briquet (attention à ne pas provoquer d'incendie ; donc à n'utiliser qu'en cas de nécessité et avec un maximum de précautions)
- 1 frontale ou lampe de poche + couverture de survie : à mettre systématiquement dans le sac à dos, un retard imprévu suite à un incident peut subvenir même au cours d'une randonnée facile
- des lunettes de rechange (si vous portez des lunettes de vue)
- appareil photo, jumelles, matériel de peinture... (facultatif)

LA PHARMACIE

Prévenez le guide de toute maladie, traitement ou autre allergie qui pourraient compliquer une prise en charge médicale en cas d'incident, ou tout malaise éventuel qui pourrait vous arriver en cours de randonnée

- vos médicaments habituels
- médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- médicaments contre les troubles digestifs
- pastilles contre le mal de gorge
- bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 5 ou 8 cm de large x 2,5 m.
- pansements type Steri-Strip
- jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- double peau (type Compeed ou SOS ampoules)
- pince à épiler
- petits ciseaux
- vitamine C
- pince à échardes
- gel désinfectant utile pour se laver/désinfecter les mains (type "Stérilium gel")

LE MATÉRIEL FOURNI PAR LA BALAGUÈRE

• le guide est équipé d'une pharmacie de premiers secours mais qui n'est pas destinée à subvenir à vos besoins pour de petits aléas.

AUTRES PRÉCISIONS

N'oubliez ni votre bonne humeur, ni votre curiosité !

■ EN SAVOIR PLUS...

CARTOGRAPHIE

- Carte au 1/100 000ème. « Haut Aragon », Ambit, Galicia, Pontroué.
- Carte au 1/75 000ème. « Sierra de Guara », J-P Pontroué.
- Carte au 1/40000ème « Parque de la Sierra y cañones de Guara », Editorial Pirineos.
- Carte au 1/40000ème « Sierra de Guara », Editorial Alpina.

BIBLIOGRAPHIE

- « Le Haut Aragon » et « Les canyons de la Sierra de Guara ».
- « Le guide de la Sierra de Guara » et « La Sierra Oubliée », de Pierre Minvielle. Rando Editions.
- « Le Grand Guide des Pyrénées ». Ed. Milan.
- « Pourquoi j'ai mangé mon père », de Roy Levis. Ed. Babel.

SUR LE WEB

- <http://www.aragon.net>
- <http://www.pirineo.com>

ADRESSES UTILES

Office de tourisme de Barbastro (Espagne - Aragon), tél : 00 349 74 31 43 13

■ ASSURANCES

Conformément à la réglementation de notre profession, La Balaguère est assurée en Responsabilité Civile Professionnelle. Cependant, chaque participant doit être titulaire d'une responsabilité civile individuelle ainsi que d'une garantie individuelle multirisque dans le but de se protéger des incidents ou accidents pouvant survenir avant ou pendant la randonnée ou le voyage.

Nous vous rappelons qu'une carte de crédit ne couvre en général que l'assistance rapatriement et pas l'annulation de votre voyage, et ce, à condition d'avoir utilisé cette carte pour payer l'intégralité du voyage.

Nous vous proposons 3 formules d'assurance au choix à souscrire au moment de l'inscription.

Forfait N°1 : assurance annulation simple à 2,5 %

Cette assurance permet le remboursement des sommes engagées (à l'exclusion des frais d'inscription et du coût de l'assurance) en cas d'**annulation** liée à l'une des causes ci-après : **accident grave, maladie ou décès** de l'assuré, de son conjoint ou de l'accompagnant, ainsi que de certains membres de leur famille.

Forfait N°2 : assurance annulation simple ET assistance/rapatriement à 3,7 %

Cette assurance permet, en plus des garanties décrites dans le forfait N°1,

- de profiter de **prestations d'assistance** en cas de maladie ou blessure au cours du voyage ainsi que la **prise en charge de votre rapatriement** à votre domicile si nécessaire.
- d'être remboursé au prorata temporis (hors frais de transport et avec un délai de carence) en cas d'**interruption de séjour** suite à un accident, au décès d'un proche ou à certains sinistres.

Forfait N°3 : forfait "super multi-risques" : 4,8 %

Cette assurance propose, en plus des garanties décrites dans les forfaits N°1 et N°2,

- une garantie annulation plus étendue avec le remboursement des sommes engagées (déduction faite d'une franchise) en cas d'**annulation pour toute cause justifiée** y compris le **départ impossible** lié à un cas de force majeure
- la prise en charge d'une partie des frais sur place en cas de **retour impossible** lié à un cas de force majeure
- un dédommagement (plafonné) pour la **perte, le vol ou la destruction de bagages**
- le paiement d'une indemnité pour un **retard de livraison de bagages** de plus de 48H

Vous recevrez avec la confirmation de votre inscription un extrait des conditions générales du contrat choisi. Veuillez le lire attentivement pour connaître les exclusions au contrat, les montants des franchises, les formalités de déclaration. Emportez ce document avec vous lors de votre voyage. La durée de validité de toutes les garanties correspond aux dates de voyage indiquées sur la facture et ne s'applique qu'aux prestations vendues. Pour les départs et les retours différés, nous consulter.

Attention : si vous souscrivez uniquement le contrat N° 1 (assurance annulation simple), cela signifie que vous possédez votre propre assurance assistance-rapatriement (liée notamment à certaines cartes de crédit). Nous vous conseillons de bien vérifier votre contrat et les garanties couvertes. Dans ce cas, nous vous demandons de nous indiquer lors de votre inscription le nom de votre compagnie et votre numéro de contrat. Mais sachez que vous assumerez, de ce fait, la responsabilité des risques encourus, notamment peut-être l'avance de certains frais.

Important : Si vous devez utiliser l'assistance en cours de voyage, vous devez impérativement obtenir l'accord préalable d'Europe Assistance avant de prendre toute initiative ou d'engager toute dépense en téléphonant au : 33 1 41 85 85 85 et en rappelant le n° de contrat . 58 662 860.

■ CERTIFICATION ATR

La Balaguère est membre fondateur d'ATR « **Agir pour un Tourisme Responsable** ».

La certification « Vers un Tourisme Responsable » nous a été décernée en **septembre 2009** par l'AFNOR certification.

À partir de valeurs communes basées sur le respect, la solidarité et la qualité, ATR a pour objectif d'harmoniser les pratiques professionnelles de ses membres. La certification impose de respecter des critères exigeants :

- promouvoir un tourisme qualitatif pour une découverte authentique et un développement durable des régions d'accueil;
- veiller au respect de la législation du pays en matière de tourisme et de sous-traitance;
- veiller à ce que les retombées économiques soient le plus justement réparties entre les acteurs de nos voyages et assurent une juste rémunération des services ;
- respecter et vous sensibiliser aux usages et différences culturelles des régions d'accueil;
- respecter l'environnement et le patrimoine culturel et naturel;
- vous informer de façon transparente et sincère sur les conditions de votre voyage.

Nous vous invitons à partager nos engagements en vous référant notamment à la charte éthique du voyageur qui se trouve dans votre dossier voyage et qui vous accompagnera dans cette démarche. Plus d'informations sur la certification ATR sur www.tourisme-responsable.org

■ CONTACTS

Si nous n'avons pas répondu à toutes vos questions,

- consultez notre site sur : www.labalaguere.com
- appelez-nous au : 05 62 97 46 46
- envoyez-nous un fax au : 05 62 97 43 01
- un e-mail : labalaguere@labalaguere.com
- ou encore, écrivez nous à : La Balaguère Route du Val d'Azun, BP3 F 65403 Arrens-Marsous cedex

EN CAS D'URGENCE ABSOLUE

Si vos proches doivent vous contacter pendant ce séjour, Faites appeler le 05 62 97 46 46, nous vous mettrons en relation.



CHAQUE PAS NOUS RAPPROCHE

