



De l'Aneto au Vignemale, les plus beaux 3000 des Pyrénées



Un trek avec enchaînement de sommets mythiques des Pyrénées, aux caractères bien distincts, représentant la diversité de la chaîne pyrénéenne ! Absolument superbe, un régal pour les sportifs et montagnards entraînés...

8 jours - 7 jours de marche

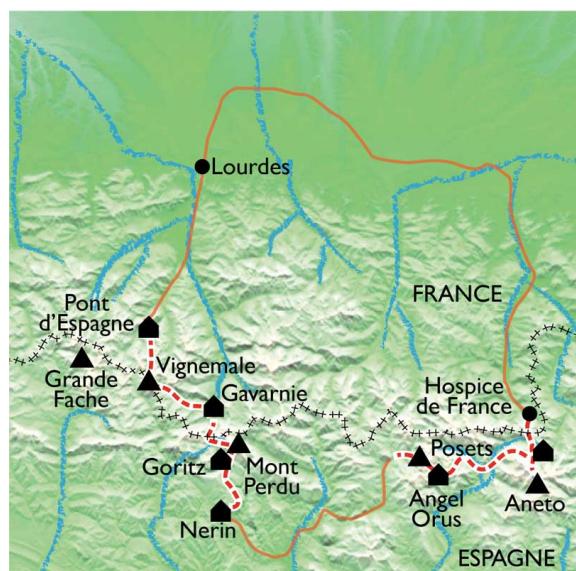
- Départ garanti à partir de 5
- Séjour itinérant
- Sans portage
- Accompagné

Code voyage :
FP1APY9



Les points forts

- un séjour exceptionnel
- une traversée en haute montagne de toute beauté
- une succession de sommets prestigieux
- le sac léger



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

http://www.labalaguere.com/les_plus_beaux_3000_des_pyrenees.html

En compagnie d'un guide de haute-montagne, ce séjour est à la fois une randonnée d'une logique imparable, offrant une superbe diversité de paysages, et un enchaînement d'ascensions des plus hauts et beaux sommets des Pyrénées. Point d'étape rébarbative, chaque jour nous fait évoluer dans un cadre exceptionnel ; Aneto, Posets, Mont Perdu, le Casque, Vignemale... comptent parmi les sommets légendaires du pyrénéisme.

■ PROGRAMME

EN GUISE DE PRÉSENTATION

Les origines du pyrénéisme :

Les Pyrénées, à l'époque romantique, sont intensément décrites, peintes ou racontées. On projette sur les Soum de Bigorre et d'ailleurs, les aspirations de l'époque, les rêves d'or perdus et retrouvés au sein de vallées oubliées. Nos montagnes n'ont alors plus rien à envier à l'Arcadie des Poètes ; la réalité s'estompe et se confond avec la fiction. C'est l'ère des Pyrénées Romantiques.

C'est dans cette ambiance que les Pyrénées seront découvertes par les artistes de l'époque et dépeintes de façon idéalisée. C'est avec cette vision que beaucoup de Pyrénéistes appréhendent ces montagnes. Il faut se souvenir que la plupart des Pyrénéistes ne sont pas Bigourdans, Béarnais, Luchonnais mais viennent de Bordeaux, Metz ou même d'Angleterre. Ils ont connu d'abord les Pyrénées grâce à Musset, Delacroix ou Thomas Allan, ils sont imprégnés de cette ambiance irréelle et légèrement mélancolique. Mais cette découverte se limite généralement aux fonds de vallées.

Dans ce contexte, nous pouvons nous reporter à la définition de Béraldi. Il lance ce mot « Pyrénéisme » en 1898 dans les premières pages de Cent ans aux Pyrénées. Il recouvre une triple dynamique : ascensionner - sentir - écrire. L'articulation impérative des trois verbes, posant l'expérience physique de la montagne comme inséparable de l'élaboration culturelle confère à ce concept une richesse largement supérieure à celle de l'alpinisme, essentiellement sportif et tourné vers la performance. Le Pyrénéisme se détache donc de ce premier mouvement.

Le portrait-robot du Pyrénéiste serait donc d'avoir des compétences multiples, scientifiques et artistiques, une sensibilité romantique, un grand appétit de course, être un explorateur, avoir une volonté de communiquer ses expériences et ses connaissances...

Ouf !... qu'il est dur d'être un Pyrénéiste complet. C'est peut-être pourquoi des Russel, Packe ou Schrader sont devenus nos « héros », c'est à dire des gens exemplaires.

Le mot Pyrénéiste recèle une sonorité assez revendicatrice. Cependant, tous nous butons incontestablement à définir ce « quelque chose de plus chaud, de plus secret, de plus pur, moins spectaculaire et moins intéressé, mais plus profond et plus durable » comme l'a écrit Raymond d'Espouy.

JOUR 1

De l'Hospice de France, montée au **Port de Venasque** par les lacs du Boum du Port. Le **Pic de Sauvegarde** est un exceptionnel belvédère sur les plus hauts sommets de la chaîne, ainsi que sur Benasque et Luchon. Descente versant sud vers le très bel hôtel Llanos del Hospital pour 2 nuits.

Temps de marche : 7h. Dénivelé : + 1350m / - 1000m.

JOUR 2

Navette pour le Pla de Besurta. Le sac léger, ascension grandiose par le glacier du sommet de l'**Aneto** (3404 m), le plus haut sommet des Pyrénées. Descente en boucle par le Pla de Aguallut.

Temps de marche : 9 à 10h. Dénivelé : + 1650m / - 1650m.

JOUR 3

Petit transfert. Montée par la vallée d'Eriste au refuge Angel Orus.

Temps de marche : 7h. Dénivelé : + 1350m / - 600m.

JOUR 4

Ascension en traversée des **Posets**, second sommet des Pyrénées, aux schistes colorés. Descente sur la vallée de Gistain et le refuge de Viados. Transfert et nuit au petit village de Nerin.

Temps de marche : 8 à 9h. Dénivelé : + 1300m / - 1600m.

JOUR 5

Navette à Cuello Arenas. Par Cuello Gordo, le sommet du **Mont Perdu** (3355 m), troisième des géants de la chaîne et plus haut sommet calcaire d'Europe ! Nuit au refuge de Goriz.

Temps de marche : 7h. Dénivelé : + 1600m / - 1200m.

JOUR 6

Impressionnante traversée calcaire avec l'ascension, au passage, du **Casque** (3006 m) sommet surplombant le **Cirque de Gavarnie**. Passage de la **Brèche de Roland** et descente au Col des Tentes puis Gavarnie.

Temps de marche : 7h. Dénivelé : + 1150m / - 1050m.

JOUR 7

Transfert vers les **Oulettes d'Ossoue**. Par le glacier d'Ossoue, ascension de toute beauté au sommet du **Grand Vignemale** (3298 m). Traversée complète du massif et descente vers Cauterêts. Nuit au Pont d'Espagne.

Temps de marche : 7 à 8h. Dénivelé : + 1400m / - 1700m.

JOUR 8

Transfert et fin du séjour.

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 8h devant la gare de Lourdes.

FIN DU SÉJOUR

Dispersion à 9h à Lourdes.

ACCÈS AU LIEU DE RV

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

EN AVION : l'aéroport le plus proche est celui de Tarbes - Lourdes - Pyrénées. De l'aéroport, soit prendre au niveau « Arrivées » de l'aérogare, la ligne de bus n°2 « Maligne des Gaves » (dessert les villes et gares de Tarbes, Lourdes et les stations de montagne d'Argelès-Gazost, Luz Saint-Sauveur et Barèges). <http://www.tlp.aeroport.fr/>
Soit prendre un taxi (entre 20 et 30€) jusqu'à la gare.

Possibilité également de venir via l'aéroport de Pau-Uzein. Une ligne de bus à 1 € relie l'aéroport à la gare de Pau : ligne "Proxilis 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 de Pau, compter environ 20 €.
De là, train TER (35 min. de trajet) jusqu'à la gare de Lourdes.

EN VOITURE : Lourdes est accessible de Bordeaux, Toulouse ou Hendaye par l'autoroute A64-Sortie n°12. Après la sortie d'autoroute, suivre la nationale N21 sur 15 kms environ, jusqu'à Lourdes. 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, non gardé, situé en contrebas du rond-point situé devant la gare.

Parking, non gardé, à droite sur l'avenue St Joseph, environ 200m après avoir laissé la gare à main gauche. Parking souterrain gardé de Peyramale, à 500m de la gare, en centre ville. Compter 30 à 50 € la semaine (selon saison).

Eventuellement parking 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** Lutetia (<http://www.lutetialourdes.fr/index.html>), 19 av. de la gare à Lourdes. Parking selon disponibilité. Tél : 05 62 94 22 85. Mail : info@lutetialourdes.fr
- Hôtel*** Beau Séjour (<http://www.hotel-beausejour.com/fr/index.php#index.php>), 16 av. de la gare à Lourdes. Parking gratuit sécurisé dans le parc de l'hôtel ; sur demande (en supplément) possibilité de prise en charge à l'aéroport avec navette privée de l'hôtel. Tél : 05 62 94 38 18. Mail : reservation@hotel-beausejour.com

DÉPART GARANTI À PARTIR DE (PERS.)

5

GROUPE LIMITÉ ENVIRON À (PERS.)

8

NIVEAU

Étapes de 7 à 10 H de marche avec des dénivelés positifs d'environ 1300 m par jour (1 journée de 1700 m). Terrain de haute montagne moitié sur sentier moitié hors-sentier. Quelques passages nécessitent l'encordement et l'utilisation de piolet et crampons ; néanmoins le niveau technique n'est jamais très difficile. Bonne forme physique et expérience en montagne sont demandées.

PORTAGE

Vous ne porterez que vos affaires de la journée ; vos bagages seront transportés en véhicule par nos soins sauf aux hébergements des J1, J2, J3 et J5 (duvet inutile).

ENCADREMENT

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

HÉBERGEMENT

2 nuits en hôtel***, 3 nuits en gîte d'étape et 2 nuits en refuge de montagne gardé (duvet inutile).

DÉPLACEMENTS

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

FORFAIT TOUT COMPRIS EXCEPTÉ

Les boissons, 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 sèchent 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 40-50 litres environ, avec ceinture ventrale et un dos bien aéré pour votre confort. Limitez le poids de l'ensemble de vos affaires et de votre sac à 10 kgs maximum.

LES VETEMENTS

- 1 chapeau, ou casquette, ou foulard
- 1 bonnet, ou bandeau en polaire et/ou un tour de cou
- 1 paire de gants chauds
- 1 paire de moufles chaudes de rechange à mettre au fond du sac (facultatif)
- 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 haute montagne, à semelles type "Vibram", s'adaptant aux crampons semi-automatiques. À éprouver impérativement avant votre séjour.
- 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 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 et 1 serviette qui sèche rapidement (privilégiez l'indispensable, les petites contenances, du savon écologique...)
- boules Quiès ou tampons Ear (contre les ronflements de voisinage ou autres nuisances sonores)
- 1 drap-sac dit aussi "sac à viande", pour nuit(s) en dortoir (gîte et/ou refuge)
- 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.
- Casque, piolet, crampons, baudrier, corde...

AUTRES PRÉCISIONS

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

■ EN SAVOIR PLUS...

CARTOGRAPHIE

- Aneto - Maladeta (Editorial Alpina), E25. 1 : 25000
- Posets - Perdiguero (Editorial Alpina), E25. 1 : 25000
- Monte Perdido - Vignemale (Editorial Alpina), 1 : 30000

- Valle de Tena (Editorial Alpina), 1 : 40000

BIBLIOGRAPHIE

- Pyrenees, guide des 3000 mètres ». Auteur: Luis Alejos. Editeur: SUA EDIZIOAK.
- « Pyrénées : 1000 ascensions » (Tome I au VI) Auteur: Miguel Angulo. Editeur : Elkar.
- « Etonnantes Pyrénées ». Auteur : Gérard Caubet. Rando Editions & La Balaguère.

SUR LE WEB

<http://www.topopyrenees.com/utiles/les-3000-des-pyrenees/>

■ 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 (réduction 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

