



Retrouvance en vallée de Vicdessos, sur les traces des forestiers



Une randonnée nature aux portes de la "Frontière sauvage" de l'Ariège, au cœur des vallées d'Auzat et du Vicdessos.

6 jours - 5 nuits - 6 jours de marche

- Départ garanti à partir de 7
- Séjour itinérant
- Sans portage
- Accompagné

Code voyage :
FP1RETA



Les points forts

- des hébergements particulièrement bien aménagés et réservés à nos groupes.
- l'intervention d'un forestier de l'ONF durant le séjour.



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

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

À quelques lieues de l'Espagne et de l'Andorre, nous vous emmenons par monts et par vaux à la découverte de splendides paysages montagnards sculptés par les glaciers et les torrents, ponctués de lacs, cascades et canyons mis en valeur par des couverts forestiers diversifiés et remarquables. Profondément marqués par l'empreinte multiple des activités humaines, ces lieux abritent une faune et une flore exceptionnelles. Les refuges forestiers de l'ONF rénovés, dans l'authenticité et le respect de la tradition montagnarde et labellisés "Retrouvance", offrent un niveau de confort rare à ces altitudes.

■ PROGRAMME

EN GUISE DE PRÉSENTATION

Au cœur des vallées d'Auzat et du Vicdessos et à quelques lieues de l'Espagne et de l'Andorre, « Retrouvance[®] » vous emmène par monts et par vaux à la découverte de splendides paysages montagnards. Durant 6 jours et 5 nuits, un accompagnateur en montagne vous guidera tout au long de cette randonnée en boucle en vous faisant partager sa connaissance de ces lieux pittoresques et sauvages.

DES PAYSAGES MONTAGNARDS DE GRANDE QUALITE

- sculptés par les glaciers et les torrents, ponctués de lacs, cascades et canyons
- mis en valeur par des couverts forestiers diversifiés et remarquables
- profondément marqués par l'empreinte multiple des activités humaines
- abritant une faune et une flore exceptionnelles.

Des hébergements chaleureux et confortables.

L'ONF ouvre pour la première fois en ARIEGE-PYRENEES ses refuges forestiers.

Rénovés et labellisés Retrouvance[®]; d'une capacité d'accueil d'une douzaine de personnes, ces bâtiments offrent un bon niveau de confort tout en respectant la tradition montagnarde : la pièce à vivre avec son coin cuisine et son poêle à bois participe à l'authenticité de l'ambiance tandis que les chambres de deux à quatre lits, dotées chacune d'une partie sanitaire et toilette, confèrent à ces hébergements un niveau de qualité rarement égalé en altitude.

L'étape 4 fait halte au refuge gardé de Bassiès offrant le confort de ses petites chambres et de sa salle de restaurant où se retrouvent mélangés tous les amoureux de ce site d'exception.

Une Organisation originale.

Le groupe de randonneurs est pris en charge pendant l'intégralité des séjours par des accompagnateurs en moyenne montagne, diplômés d'état, habitant la Haute Ariège et connaissant parfaitement ce « coin » de territoire. Ils sauront vous guider en toute sécurité, vous faire découvrir les mille et une facettes de cette frontière dite sauvage.

Une à deux fois pendant votre séjour, un forestier de terrain vous rejoindra pour faire un petit bout de chemin ensemble et vous parler de la forêt et de son métier. Originalité oblige, un logisticien organisera l'intendance de votre randonnée : accueil, port des bagages de refuge en refuge (à l'exception de l'étape 4 sur laquelle un muletier acheminera l'indispensable jusqu'à Bassiès), mise en chauffe des repas du soir fournis par les aubergistes locaux, préparation des repas froids de midi.

JOUR 1

Accueil à la gare de Tarascon (arrivée en train) ou à l'Office du tourisme d'Auzat (arrivée en voiture). D'Auzat, montée à l'ancien village minier de Sem, visite de son petit musée. Traversée d'anciennes forêts royales par l'ancien chemin muletier et piste forestière jusqu'au col de Grail.

Temps de marche : 4h30. Dénivelé : + 800m.

JOUR 2

Par le bois de Lercoul, vous rejoindrez la crête de la Montagnette jusqu'aux 2.047 m du Pic du Garbié de Brésoul offrant un saisissant panorama sur la vallée de Siguer. La descente aisée d'une croupe arrondie et recouverte de "gispet" vous permettra de rejoindre un sentier qui traverse en balcon la combe d'Endron. Il rejoint, après quelques larges lacets, la petite station de ski où vous pourrez "casser la croûte". Le GR 10 traverse ensuite le Bois de Cauderas, franchit le torrent de Goulier puis emprunte le Chemin Horizontal menant à la fontaine de Brosquet, terminus d'une piste forestière que vous emprunterez jusqu'au refuge de Bertasque, terme de votre étape.

Temps de marche : 5h. Dénivelé : + 560m.

JOUR 3

En route pour la plus longue étape avec au programme un cheminement sur un sentier en balcon traversant des ravins (où vous apercevrez peut-être quelques isards), une descente raide aux multiples lacets jusqu'au hameau de Pradières d'en Bas en vallée d'Artiès. Vous emprunterez ensuite le canal carré menant à la hêtraie de Sabouillet où vous ferez la pause repas à l'ombre de hêtres centenaires. Puis ce sera la montée jusqu'à la crête de Prunadières et le petit refuge du même nom avant d'entamer l'ultime descente menant au caractéristique hameau de Mounicou. Direction ensuite le hameau de Marc pour une petite visite commentée de la miellerie du Rucher du Montcalm. Vous rejoindrez enfin le refuge de Mouret entouré de sa pépinière et surplombant le canyon de l'Artigue.

Temps de marche : 7h30. Dénivelé : + 1000m.

JOUR 4

Après avoir quitté le refuge et franchi le torrent de l'Artigue, une petite grimpette permet d'accéder au Canal carré (ainsi sont dénommés d'anciens aqueducs transformés en agréables sentiers de randonnée) qui mène aux abords d'une centrale hydroélectrique. Après la pause casse-croûte, ce sera la montée le long du torrent et de ses cascades. Passé le Pont de pierre, l'itinéraire longe le superbe système lacustre de Bassiès pour se terminer au refuge gardé du même nom, dans lequel le sympathique couple de gardiens vous aura réservé trois petites chambres. Dîner et nuit au sein de l'immense cirque glaciaire. Pour cette étape, un transport par mule est prévu afin d'acheminer au refuge et redescendre le lendemain le "minimum" indispensable.

Temps de marche : 5h. Dénivelé : + 625m.

JOUR 5

Montée vers le col de Cabanatus, l'étang d'Alate et le point culminant de la randonnée : le Mont Ceint qui, du haut de ses 2 088 m d'altitude, offre un saisissant panorama à 360° sur la montagne ariégeoise et ses contreforts. Descente vers le Port de Lers et le dernier refuge du circuit : Terre d'Avenir, en limite de forêt et de pâturage, face au Pic des Trois Seigneurs.

Temps de marche : 4h30. Dénivelé : + 610m.

JOUR 6

Par les bois de Freychinède et de Soubrouque, après avoir longé la tourbière classée de Bernadouze, le sentier en balcon rejoint le Tour du massif des Trois Seigneurs, franchit le col de la Crouzette pour atteindre le pittoresque village de Saleix. Après la pause pique-nique, vous entamerez la descente vers Auzat et retrouverez l'Office de Tourisme où un rafraîchissement vous sera offert avant la dispersion du groupe.

Temps de marche : 4h. Dénivelé : + 100m / - 785m.

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.

Voir aussi "**Retrouvance au Mont Valier**", dans le Parc Naturel Régional des Pyrénées Ariégeoises, avec la possibilité d'effectuer l'ascension du seigneur du Couserans, le Mont Valier. **Code : FP5RETV**

■ INFOS PRATIQUES

RENDEZ-VOUS

Si vous arrivez en train : rendez-vous à 8h30 devant la gare de Tarascon-sur-Ariège.

Si vous arrivez en voiture : rendez-vous à 9h devant l'Office de Tourisme d'Auzat.

Soyez habillés en tenue de randonnée, avec les chaussures de randonnée à portée de main et la gourde pleine.

FIN DU SÉJOUR

Dispersion à 15h30 à Auzat ou à 16h à Tarascon..

ACCÈS AU LIEU DE RV

EN TRAIN : la gare d'accueil est celle de Tarascon sur Ariège. De Toulouse, prendre le train à destination de La Tour de Carol, et s'arrêter à Tarascon (2h depuis Toulouse environ). Pour de plus amples renseignements concernant les tarifs et les horaires de train, téléphoner au 36 35.

Si vous arrivez en train, merci de nous signaler 1 semaine avant le départ afin d'organiser le transfert.

EN AVION: de l'aéroport de Toulouse-Blagnac, prendre la navette pour la gare SNCF, puis Cf « accès en train ».

EN VOITURE: de Toulouse, prendre l'autoroute A66 jusqu'à Pamiers, puis la N20 jusqu'à Tarascon sur Ariège, et enfin la D8 jusqu'à Auzat.

PARKING

Parking devant l'Office de Tourisme.

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

Adresses d'hébergements à proximité du point de rendez-vous :

Si vous arrivez en train : -

• Hôtel de la Poste (<http://www.contact-hotel.com>) 16, avenue Victor Pilhes - 09400 Tarascon sur Ariège Tél : 05 6105 60 41. Fax : 05 61 05 70 59.

• Hôtel "Le Vieux Carré" (<http://www.levieuxcarre.fr>) Place Ste Quitterie - 09400 Tarascon sur Ariège Tél : 05 61 05 08 30. Fax : 05 61 05 08 49 Mail : levieuxcarre@wanadoo.fr

Si vous arrivez en voiture :

• Résidence Ariège Azimuth (www.ariège-azimuth.com) 8, rue de la rivière - 09400 Garrabet Tél : 09 77 50 37 21. Port : 06 71 03 78 68 Mail : contact@ariège-azimuth.com
• Gîte d'étape Le Relais d'Endron (<http://auzatvicdessos.free.fr/Endron.html>) Village - 09220 Goulier Tél : 05 61 03 87 72. Fax : 05 61 01 00 94

DÉPART GARANTI À PARTIR DE (PERS.)

7

GROUPE LIMITÉ ENVIRON À (PERS.)

12

NIVEAU

De 4 à 7H de marche par jour, avec un dénivelé montant de 450 à 1000 m.

PORTAGE

Vous ne porterez que vos affaires de la journée ; vos bagages seront transportés en véhicule par nos soins.

ENCADREMENT

Par un accompagnateur en montagne diplômé d'état et spécialiste de la région. Intervention d'un forestier de l'ONF.

HÉBERGEMENT

Dans des refuges forestiers rénovés et labellisés "Retrouvance". Capacité d'accueil d'une douzaine de personnes. Pièce à vivre avec coin cuisine et poêle à bois. Chambres de 2 à 4 lits équipées de sanitaires et toilettes.

J4 en refuge gardé en petits dortoirs.

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 frais de d'inscription et l'assurance.

FORMALITES_FT

Carte d'identité ou passeport en cours de validité. N'oubliez pas dans votre sac à dos le contrat d'assistance-rapatriement.

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.

Évitez 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 VÊTEMENTS

- 1 chapeau, ou casquette, ou foulard

- 1 bonnet, ou bandeau en polaire et/ou un tour de cou

- 1 paire de gants chauds

- 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.
- 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 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 ; 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...

■ 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

