



LA BALAGUÈRE
RANDONNÉES ET VOYAGES À PIED

FICHE TECHNIQUE

Val d'Azun, le temps pour soi...



Une semaine dans des chambres douillettes en plein coeur du Val d'Azun, quelques balades accompagnées par votre hôte, du temps pour soi, marcher, se reposer... ou déguster les spécialités du terroir !

7 jours - 6 nuits

- Départ garanti à partir de 2
- Séjour en étoile
- Sans portage
- Liberté

Code voyage :
FP2ARGE



Les points forts

- l'accueil individualisé
- le charme de l'hébergement
- les randos privatisées pour vous
- le village et sa vue sur les Pyrénées



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

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

Vous serez accueillis dans un petit village se dorant au soleil du Val d'Azun, dans une authentique et confortable maison « à l'ancienne », où se nichent 2 adorables chambres d'hôtes décorées avec soin. Le calme et l'intimité sont au rendez-vous ! Certains jours, votre hôte -professionnel de la montagne- vous accompagnera en randonnée dans les grands sites tels que Gavarnie, Cauterets ou le Val d'Azun. Pour les journées libres, il saura vous conseiller selon vos goûts et votre niveau, les richesses à découvrir : le patrimoine des villages typiques, les musées, les chapelles perdues, les sentiers à travers les châtaigneraies, les thermes bienfaisants... Un séjour idéal pour se faire plaisir tout en douceur, ou pourquoi pas découvrir la randonnée seul ou en famille.

■ PROGRAMME

EN GUISE DE PRÉSENTATION

Le Val d'Azun :

Situé dans les Hautes Pyrénées, en amont d'Argelès-Gazost, le Val d'Azun a sa porte d'entrée au niveau du petit village d'Arras ; sur cette vallée adjacente à la vallée des gaves, les villages s'échelonnent entre 600 et 900 mètres d'altitude.

Excentré et peu visible si l'on ne prend pas soin d'emprunter la route du col du Soulor, le long de laquelle se situent la majorité des villages, le Val d'Azun a su rester préservé. La plupart des villages possèdent encore des maisons typiques, avec une certaine homogénéité architecturale. Des petits moulins à eau égayaient certaines portions de randonnées, ainsi que les granges et bergeries, nombreuses, qui sont disséminées dans les estives et les vertes pairies entourées de bosquets.

Les forêts, hêtraies-sapinières, abritent une faune riche ; chevreuils, sangliers, grand tétras, pic noir, martre... peuplent les lieux. Cette zone de moyenne montagne, dominée tout de même par le remarquable pic du Gabizos (2692 mètres), est au cœur de la zone périphérique du Parc National des Pyrénées. La flore, particulièrement riche, offre au printemps et au début de l'été, un fantastique spectacle multicolore, aux senteurs remarquables. Le Desman des Pyrénées, caractéristique de la chaîne, est présent dans nombre de torrents.

Plus au nord, en s'approchant de la chaîne centrale, on pénètre dans le Parc National des Pyrénées. La forêt fait petit à petit place aux pins à crochets éparpillés dans les estives, où l'on peut observer isards, marmottes, et plus discrets, lagopèdes alpin, hermines... Vautours fauves, gypaètes barbus, aigle royal, faucons crécerelle survolent aussi le secteur.

Plus haut, c'est le domaine de la haute montagne, où le granit et les glaciers du Balaitous, le « 3000 » le plus occidental d'Europe, règnent en maître. Fier, sauvage et difficilement accessible, constitué de nombreux vallons et arêtes déchiquetées, le Balaitous, du haut de ses 3144 mètres, est le point culminant de la vallée.

Véritable havre de paix à la nature préservée, le val d'Azun, vous l'avez deviné, est un paradis pour la randonnée, et est idéal pour prendre un grand bol d'air pur ou découvrir la montagne. Que ce soit dans les petits villages à l'architecture préservée ou dans les coins de forêt et de montagne sauvages, mille et un trésors sont à découvrir.

Entre 5 et 30 minutes de route de l'hébergement, vous trouverez : les cols de Soulor et d'Aubisque, des visites gourmandes dans le Val d'Azun, artisan d'art, villages et patrimoine, Argelès-Gazost et ses thermes avec des espaces entièrement dédiés au bien-être sur le thème des jardins du monde, le Parc animalier des Pyrénées, Lourdes, le Parc National. À moins d'1 heure environ de route : les Cirques de Gavarnie, Etaubé et Troumouse, le Pic du Midi de Bigorre, le Pont d'Espagne, les thermes de Cauterets, Barèges et Luz...

Votre hôte Stéphane est aussi accompagnateur en montagne. C'est lui qui vous accompagnera au cours des 3 randonnées. Ces sorties seront pour ainsi dire en « VIP », car Stéphane n'amènera en montagne que vous et éventuellement les autres hôtes mais qui seront au maximum 2-3 de plus. Il choisira des randonnées adaptées à votre niveau, en tenant compte de vos préférences et des conditions sur le terrain.

Les randonnées s'effectueront dans un rayon relativement proche de l'hébergement, dans le Val d'Azun ou les vallées immédiatement avoisinantes (massif de Cauterets, Gavarnie...).

Le transfert au départ des randonnées est inclus.

Quelques grands sites à parcourir :

Le cirque de Gavarnie :

Mondialement connu, le cirque de Gavarnie est un grand site pyrénéen. Cette muraille calcaire constituée de plusieurs gradins, est couronnée de sommets prestigieux dépassant les 3000 mètres, tel le Taillon ou le Marboré. La grande cascade, haute de plus de 400 mètres, est la septième au monde.

De tout temps, Gavarnie a attiré nombre de poètes, peintres, aventuriers et autres amoureux de la nature. Même si le sentier menant au fond du cirque est particulièrement fréquenté durant la période estivale, le site n'en demeure pas moins incontournable, d'autant que de nombreux « chemins de traverses », que nous vous ferons découvrir, permettent d'admirer le cirque sous ses plus beaux aspects.

Cauterets :

Le massif de Cauterets est essentiellement cristallin formé de granite à la fin du Primaire (entre 350 et 400 millions d'années). Ce granit donne son aspect particulier au relief : sous l'action du gel les crêtes sont décharnées et les éboulis s'accumulent au pied des parois : en fond de vallée, l'érosion glaciaire arrondit les roches dont certaines présentent les stries des moraines.

On relève également des ensembles calcaires : à la face Nord du Vignemale, au Cabaliros ou au sommet du Viscos. On trouve aussi des affleurements de schistes (Lisey et Ferme Basque).

Cauterets, c'est aussi une charmante station thermale avec ses bains du rocher, son ancienne gare ferroviaire construite aux heures de gloire des cures thermales, toute de bois construite. Vous apprécierez les randonnées jalonnées de multiples cascades et torrents dévalant les versants boisés.

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

DATES DE PROGRAMMATION

A votre convenance entre 1 mai et 30 octobre.

RENDEZ-VOUS

Aux chambres d'hôtes à Gaillagos (65). Possibilité de prise en charge à la gare SNCF de Lourdes avec supplément.

FIN DU SÉJOUR

Dispersion le dernier jour après le petit déjeuner.

ACCÈS AU LIEU DE RV

En voiture:

- depuis le nord (Bordeaux), prendre direction Toulouse (A62) puis direction Tarbes/Pau (A65), puis l'A64 toujours direction Tarbes/Pau. Quitter l'A64 par la sortie 11 et suivre toujours direction Lourdes. Trajet : environ 250 km.
- depuis l'est (Toulouse), prendre direction Tarbes (A64), sortie Tarbes Ouest, puis direction Lourdes (N21). Trajet : environ 170 km À Lourdes, prendre direction Argelès-Gazost. Dans Argelès-Gazost, prendre Route de l'Aubisque. Environ 6,5 kms après avoir quitté Argelès-Gazost, prendre à droite direction Gaillagos. Vous devez nous en avertir au plus tard 1 semaine avant le départ.

En train : arrivée à la gare de Lourdes, bus SNCF pour Argelès-Gazost. Informations au N 36 35 ou sur le site Ma Ligne, ligne Ma Ligne des Gaves : <http://www.transports-maligne.fr/index.php?rub=1&ss=1> De là, prendre un taxi pour Gaillagos (environ 8 m).

En avion : l'aéroport le plus proche est celui de Tarbes-Ossun-Lourdes puis taxi jusqu'à la gare SNCF de Lourdes puis voir « accès train » ou continuer en taxi.

PARKING

Vous pouvez laisser votre voiture au parking de votre hébergement.

DÉPART GARANTI À PARTIR DE (PERS.)

2

GROUPE LIMITÉ ENVIRON À (PERS.)

4

NIVEAU

3 randonnées accompagnées spécialement adaptées à vos souhaits personnels et à votre forme physique.

PORTAGE

Vous ne porterez que vos affaires de la journée.

ENCADREMENT

3 jours de randonnée encadrée par votre hôte Stéphane, accompagnateur en montagne professionnel.

HÉBERGEMENT

En chambre double (chambres d'hôtes) dans une authentique et bien aménagée maison bigourdane d'un joli village du Val d'Azun, plein sud face au Parc National des Pyrénées. Les chambres sont au nombre de 2.

REPAS

Dîners (4 aux chambres d'hôtes et 2 dans un restaurant tout proche) faisant la part belle aux produits locaux et du terroir.

Certains pique-niques ne sont pas compris dans le tarif. Vous pouvez vous-même confectionner vos pique-niques ou bien les commander la veille pour le lendemain auprès des hébergeurs (paiement sur place).

DÉPLACEMENTS

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

LE PRIX COMPREND

6 nuits en demi-pension (vin et café compris), 3 paniers repas, 3 randonnées accompagnées, 1 panier gourmand, le topo-guide et la carte IGN.

LE PRIX NE COMPREND PAS

3 repas de midi ou pique-niques, les frais 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.

CONTENU POCHETTE VOYAGE

Dans le mois précédant le départ et après réception du solde de votre séjour, nous vous enverrons une pochette voyage comprenant tous les documents nécessaires à la réalisation de votre randonnée : une fiche pratique détaillant le déroulement de votre séjour (horaires de rendez-vous, transferts, contacts et adresses des hébergements...) un topoguide détaillant votre itinéraire et le plus souvent complété d'informations culturelles, naturalistes etc., cartes (parfois intégrées au topoguide), ainsi que les documents contractuels (facture, contrat d'assurance) et des étiquettes pour vos bagages. Sur certains séjours ou à certaines périodes, nous pouvons être contraints d'expédier votre pochette à l'hébergement du premier jour ; nous vous en informerons aussi tôt que possible.

■ 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 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 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 protège-carte étanche (qui peut aussi servir de pochette étanche pour les documents mentionnés précédemment)
- 1 boussole
- 1 GPS (facultatif)
- 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 (utile si vous souhaitez emporter des salades pour votre pique-nique)
- 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 vos compagnons de voyage 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")

AUTRES PRÉCISIONS

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

■ EN SAVOIR PLUS...

BIBLIOGRAPHIE

- « Berger dans les nuages », J. Paroix & JM De Faucompret. Ed. De Faucompret.
- « Le Parc National des Pyrénées ». Ed Rando Editions.
- « Le Val D'Azun ». Col. Les 12 portes. Guides culturels pyrénéens.
- « Echos d'Azun », André Fourcade. Ed. Imp. Conseil.
- « L'aventure du Vignemale », de Didier Lacaze. Ed. Rando éditions.
- « Victor Hugo aux Pyrénées, ou la randonnée d'un poète » : Ed. Randonnée Pyrénéennes.
- « Gavarnie », d'Antonin NICOL.
- « Cirque de Gavarnie, Ordesa Mont-Perdu, un sentier pour deux parcs » : Ed. du Parc national des Pyrénées.

ADRESSES UTILES

- Office de Tourisme d'Arrens Marsous : tél : 05 62 97 49 49
- Office de Tourisme d'Argelès-Gazost : tél : 05 62 97 00 25
- Office de tourisme de Cauterêts : tél. : 05 62 92 58 07
- Office de tourisme de Gavarnie : tél. : 05 62 92 49 10

■ 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

