



Raquette de charme dans les Grands Sites des Pyrénées



Une semaine de randonnée en raquettes dans les Grands Sites des Hautes-Pyrénées (Gavarnie, Cauterêts, le Pic du Midi...), au départ d'un hôtel* charmant et à l'accueil parfait...**

7 jours - 6 nuits - 5 jours de marche en raquettes

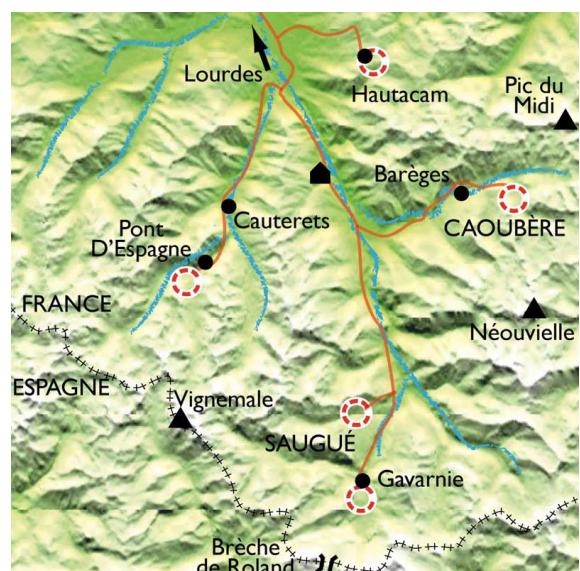
- Départ garanti à partir de 5
- Séjour en étoile
- Sans portage
- Accompagné

Code voyage :
FP6GAVA



Les points forts

- Découverte des Grands Sites des Hautes-Pyrénées en raquette
- Le Cirque de Gavarnie
- 1 hôtel absolument remarquable à la table réputée
- La durée du séjour



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

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

*C'est dans l'adorable petit village typiquement montagnard de Viscos, suspendu au-dessus de la vallée des gaves, que nous nous installerons pour notre semaine de randonnées. L'hôtel***, intime et à la décoration raffinée, dispose de chambres coquettes et chaleureuses ; la table est l'une des plus réputées de la vallée... Autant dire, un régal à tous les niveaux ! D'autant que les balades qui vous attendent vous feront découvrir les Grands Sites des Hautes-Pyrénées : le Cirque de Gavarnie, le Pont d'Espagne et le Lac de Gaube, les abords du Pic du Midi de Bigorre, du Néouvielle...*

■ PROGRAMME

JOUR 1

Découverte du ravissant et paisible village qui nous servira de camp de base pour la semaine. Installation à l'hôtel, adorable, et premier dîner. Une mise en bouche qui vous donnera le ton gastronomique de la semaine.

Temps transfert : 40 min.

JOUR 2

Mise en jambe sur le plateau de Saugué, premier aperçu du Cirque de Gavarnie. Nous évoluons d'abord à proximité de granges isolées où les prés verdoyants qui les entourent à la belle saison ont cédé la place au blanc manteau. Un premier plan superbe qui se découpe sur fond de Cirque de Gavarnie. Plus haut, les granges disparaissent pour nous laisser découvrir un système de vastes combes à l'enneigement souvent généreux, terrain idéal pour la pratique de la raquette.

Temps de marche : 3 à 4 h. Dénivelé : + 500m / - 500m. Temps transfert : 25 min.

JOUR 3

Au départ du Pont d'Espagne, montée à travers pins et sapins ; tout près, le froid rigoureux fige les berges du torrent en de féeriques sculptures et autres cristaux de glace. En gagnant de l'altitude, les pins se font plus rares, le Vignemale pointe alors à l'horizon et nous découvrons les étendues gelées du légendaire lac de Gaube.

Temps de marche : 3h. Dénivelé : + 300m / - 300m. Temps transfert : 40 min.

JOUR 4

Au dessus de Barèges, nous débutons la montée par un départ qui semble un peu rude ; mais rapidement, cette première pente cède la place à des combes dociles et lumineuses, avec leurs solitaires. Le vallon de Caoubère est donc un superbe vallon suspendu ; en arrivant aux abords des crêtes, soudain, un panorama immense sur le massif du Néouvielle apparaît.

Temps de marche : 4h. Dénivelé : + 650m / - 650m. Temps transfert : 20 min.

JOUR 5

Le Cirque de Gavarnie et ses sommets de 3000m, l'immensité et la féerie des cascades gelées. Nous évoluerons face à l'antre du Cirque, sur le paisible plateau de La Prade. Une balade tranquille pour jouir pleinement du paysage.

Temps de marche : 2 à 3 h. Dénivelé : + 300m / - 300m. Temps transfert : 30 min.

JOUR 6

Balade au Hautacam pour une vue à 360° à la fois vers la plaine et vers l'observatoire du Pic du Midi de Bigorre perché à 2877m. Le parcours s'effectue en traversée puis sur de larges crêtes qui nous mènent au pic de Barran et pic du Mont. Descente versant nord par des combes ludiques. Dîner spécial fin de séjour.

Temps de marche : 4h. Dénivelé : + 600m / - 600m. Temps transfert : 30 min.

JOUR 7

Après le petit-déjeuner, transfert et dispersion.

Temps transfert : 40 min.

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

À 17h30 devant la gare SNCF de Lourdes.

FIN DU SÉJOUR

Dispersion à Lourdes à partir de 9h30.

ACCÈS AU LIEU DE RENDEZ-VOUS

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 pour un taxi de l'aéroport à la gare, 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

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*** La Grange aux Marmottes (<http://www.grangeauxmarmottes.com/fr/>) à Viscos. Tel : 05 62 92 91 13. Mail : contact@grangeauxmarmottes.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

GROUPÉ LIMITÉ ENVIRON À (PERS.)

15

NIVEAU

4 à 5 heures de randonnée en raquettes, 200 à 650 m. de dénivelé sans difficulté technique.

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 et la raquette à neige.

HÉBERGEMENT

En chambre double dans un petit hôtel*** remarquable et ravissant, situé au village de Viscos surplombant la vallée.

REPAS

Le restaurant de l'hôtel est réputé, cuisine gastronomique du terroir savamment mise en valeur. Le restaurateur nous fourni les pique-niques du midi.

Nous rappelons que le vin (et autres boissons) n'est pas compris. Sauf accord du restaurateur et moyennant un droit de bouchon, vous ne pouvez pas amener vos boissons à table lors du dîner.

DÉPLACEMENTS

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

FORFAIT TOUT COMPRIS EXCEPTÉ

Les boissons (excepté quelques surprises !) les frais d'inscription et l'assurance.

FORMALITES

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

PENSEZ-Y

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 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 masque de ski utile en cas de mauvais temps (facultatif)
- 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 longues (1 tous les 2-3 jours) et 1 ou 2 à manches courtes
- 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 collant chaud ou caleçon long (type "Carline"). Ou bien 1 pantalon de montagne doublé (chaud). Combinaison de ski alpin à proscrire.
- 1 surpantalon imperméable et respirant type "Goretex" (facultatif)
- des sous-vêtements
- 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. Pour la randonnée proscrire absolument les bottes ou après-skis.
- 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 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
- 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
- raquettes
- bâtons
- matériel de sécurité (DVA, pelles, sondes)

AUTRES PRÉCISIONS

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

■ EN SAVOIR PLUS...

INFOSREGION

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. Un site incontournable, où nous vous ferons découvrir le cirque sous ses plus beaux aspects.

Cauterets :

Massif essentiellement granitique, Cauterêts est un massif particulièrement riche, que recouvre en majeure partie le Parc National des Pyrénées. Cascades, forêts, vallons sauvages et grandes étendues de neige confèrent une grande diversité au massif, qu'il est toujours agréable de parcourir, tant en hiver qu'en été... Le massif est dominé par le Vignemale, plus haut sommet des Pyrénées « frontalières » qui frise les 3300 mètres d'altitude, où l'on trouve le plus grand glacier des Pyrénées. La face nord du sommet, est l'une des plus hautes et impressionnantes parois calcaires d'Europe ; on peut apercevoir ce cirque monumental en fond de vallée dès les abords du paisible Lac de Gaube. Le granit recouvrant une large partie du massif, les lacs sont innombrables et prétexte idéal à bien des randonnées.

La petite ville thermale est quant à elle le point de départ des télécabines montant au Cirque du Lys, station de ski alpin réputée notamment pour son enneigement exceptionnel et sa « cuvette magique ». Le tourisme de montagne estival, les propriétés thérapeutiques de ses eaux pour les cures d'automne, le ski alpin ou de fond -le Pont d'Espagne est un site de ski de fond exceptionnel- confèrent à cette petite ville montagnarde un dynamisme tout au long de l'année.

CARTOGRAPHIE

- Carte au 1/25000ème. IGN Top 25, 1748 ET
- Carte au 1/25000ème. IGN Top 25, 1748 OT
- Carte au 1/50000ème. Bigorre, Parc National des Pyrénées (n°4). Rando éditions.

BIBLIOGRAPHIE

- «Victor Hugo aux Pyrénées, ou la randonnée d'un poète » : Ed. Randonnée Pyrénéennes.
- « Gavarnie », d'Antonin NICOL.
- « Villages Toys en vallée de Barèges ». Col. Les 12 portes. Guides culturels pyrénéens.
- « Henri Fédacou raconte ». G.BUISAN. Ed. Cairn.
- « Parc National des Pyrénées ». C-M VADROT. Ed. Actes Sud
- « Marcher, méditer ». M. JOURDAN. Ed. Albin Michel

SUR LE WEB

- <http://www.luz.org/>

■ 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

