



### Ski de rando Gavarnie-Cauterets, facile et sublime !



*Une escapade ski de rando en douceur au Cirque de Gavarnie et dans la vallée de Marcadau, véritable joyau du massif de Cauterets aux innombrables possibilités de descentes.*

**5 jours - 4 nuits - 5 jours  
de ski**

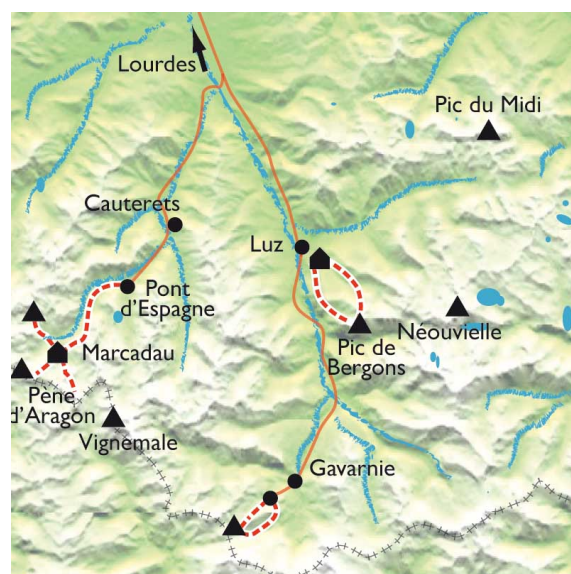
- Départ garanti à partir de 5
- Séjour semi-itinérant
- Sans portage
- Accompagné

Code voyage :  
**FP7INSK**



### Les points forts

- Sorties avec le sac léger
- Les paysages somptueux
- Nuits en chambres et refuge gardé



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

[http://www.labalaguere.com/ski\\_rando\\_hautes\\_pyrenees\\_sac\\_leger.html](http://www.labalaguere.com/ski_rando_hautes_pyrenees_sac_leger.html)

*Les paysages grandioses du **Cirque de Gavarnie** et l'idyllique **vallée du Marcadau** serviront de cadre à cette superbe escapade. Le plaisir de la glisse se déroule ici dans des paysages remarquables, où l'effort de la montée est grandement récompensé : après une mise en jambe facile autour du **Cirque de Gavarnie**, où les champs de neige s'étendent face aux immenses gradins tapissés de cascades gelées, nous partirons dans le massif de Cauterets. Là-bas, la **vallée du Marcadau** dominée de fiers sommets granitiques, vous offre ses vallons où bosquets de pins, combes et lacs gelés se succèdent à merveille pour un ski hautement ludique !*

## ■ PROGRAMME

---

### JOUR 1

Transfert en Pays Toy. Au-dessus de Luz-St-Sauveur, montée en forêt puis dans les estives endormies sous le manteau neigeux et parsemées de granges, jusqu'au sommet du Pic de Bergons : panorama superbe sur l'ensemble du Cirque de Gavarnie et du Mont Perdu. Descente par les combes nord du pic. Installation pour 2 nuits à Luz ou dans les environs. L'objectif du jour devra parfois être modifié en fonction de la limite d'enneigement.

**Temps de marche : 2 à 3h de montée à ski, plus la descente. Dénivelé : + 800m / - 800m. Temps transfert : 1h.**

### JOUR 2

Court transfert à Gavarnie, près de la station des Espézières. Après un départ un petit peu soutenu, le relief s'adoucit rapidement et s'évase en une large combe, facile et très esthétique, avec la Brèche de Roland qui nous fait de l'œil. En arrivant près du col, la pente se raidit un peu et quelques conversions seront nécessaires. Puis un petit parcours en crête nous pousse jusqu'au sommet du Pic de Lary : superbe panorama vers le Cirque de Gavarnie et la Brèche de Roland d'un côté, le glacier du Vignemale de l'autre. Parcours en boucle si les conditions le permettent. Retour à Luz.

**Temps de marche : 2 à 3h de montée à ski, plus la descente. Dénivelé : + 700 à 800m / - 700 à 800m.**

### JOUR 3

Transfert dans le massif de Cauterets, au Pont d'Espagne. Après 1h30 à 2 heures de montée très facile par les plateaux du Clot et du Cayan, nous posons nos affaires pour 2 nuits au refuge du Marcadau (1865m), chaleureusement gardé par Yannick. De ce site sublime qui fait face à une myriades d'itinéraires qui donnent plus envie les uns que les autres, on devine les instants de plaisir à venir. Voici donc venu le moment de partir pour une rando en boucle dans le vallon du lac d'Aratille, parsemé de 1001 pins. Rapidement nous gagnons l'étendue gelée du lac d'Aratille, puis poursuivons jusqu'au Col du Chapeau d'Espagne (2531m). Descente par les combes, puis par le vallon parsemé de pins emprunté à la montée, jusqu'à revenir au refuge.

**Temps de marche : 4 à 5h de montée à ski, plus la descente. Dénivelé : + 1050m / - 600m. Temps transfert : 1h.**

## JOUR 4

Nous partons sur le plateau juste en face du refuge, dans ce paysage magnifique que forment les hauts sommets du Grand Pic de Péterneille, la pyramide blanche et parfaite de la pointe de la Muga, l'imprenable Pic Falisse et enfin, reine des lieux, la Grande Fache culminant à 3005m. Puis nous laissons le plateau pour amorcer la montée dans de larges pentes qui alterneront avec des combes plus étroites, jusqu'à parvenir au Col de la Fache (2664m.). Il ne nous reste plus qu'à nous hisser dans une superbe et large combe à l'inclinaison parfaitement homogène, orientée plein sud, jusqu'au sommet de la Pène d'Aragon à 2918m d'altitude. Descente majestueuse face à la Grande Fache, puis à travers combes et ressauts empruntés à la montée jusqu'à revenir au refuge.

**Temps de marche : 4 à 5h de montée à ski, plus la descente. Dénivelé : + 1100m / - 1100m.**

## JOUR 5

Montée derrière le refuge et sa petite chapelle, à travers une forêt de pins ; puis rapidement nous empruntons un bel itinéraire à découvert, orienté plein sud. Le parcours offre le juste recul nécessaire pour offrir une magnifique vue d'ensemble sur les vallons du Marcadau. Selon l'envie du guide et du groupe, nous filerons soit vers les lacs d'Opale, soit jusqu'au sommet panoramique de la Cardinquère. Quoiqu'il en soit, les 2 sont superbes ! Descente jusqu'au refuge face à ce décor sublime. Nous récupérons les affaires laissées au refuge, avant d'entamer le retour au véhicule, qui nous prendra environ 1 heure. Transfert et dispersion.

**Temps de marche : 3 à 4h de montée à ski, plus la descente. Dénivelé : + 700m / - 1100m. Temps transfert : 1h.**

*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 8h00 devant la gare SNCF de Lourdes.

### FIN DU SÉJOUR

À 16H en gare de Lourdes.

### 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 "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 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](mailto: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](mailto:reservation@hotel-beausejour.com)

## **DÉPART GARANTI À PARTIR DE (PERS.)**

5

## **GROUPE LIMITÉ ENVIRON À (PERS.)**

8

## **NIVEAU**

Dénivelés de 600m à 1000m environ à la montée. Pour skieur à l'aise en ski hors-piste et en condition physique correcte, même si vous n'avez jamais fait de ski de randonnée.

## **PORTAGE**

Il ne faudra porter vos affaires que durant 1h30 à 2 heures le J3 pour la montée au refuge. Toutes les sorties se feront donc la sac léger.

## **ENCADREMENT**

Par un guide haute-montagne diplômé d'état.

## **HÉBERGEMENT**

2 nuits en chambres doubles en hôtel ou chambre d'hôtes et 2 nuits en refuge gardé (dortoirs de 2 à 4 places).

## **REPAS**

Dîners copieux adaptés l'effort. Nous pique-niquerons le midi.

## **DÉPLACEMENTS**

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

## **FORFAIT TOUT COMPRIS EXCEPTÉ**

Les boissons, l'éventuelle location du matériel de ski, 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 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 :** proscrire les combinaisons de ski. Optez pour un pantalon de montagne coupe-vent et imperméable ou éventuellement un pantalon de montagne + surpantalon type "Gore-tex". Une paire de collants type carline ou un caleçon long, à mettre ou pas selon la météo, permettra de rester au chaud.

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

Pour les chaussures, dans l'idéal, essayez-les avant le séjour ; dans tous les cas, protégez les parties sensibles aux ampoules de vos pieds, dès le début.

### **LES BAGAGES**

Pour votre séjour, prévoyez :

- 1 sac à dos de 40 à 50 litres environ, avec ceinture ventrale, bretelles larges et un dos bien aéré pour votre confort. Le sac à dos doit permettre de pouvoir fixer les skis (porte-skis).

### **LES VÊTEMENTS**

- 1 chapeau, ou casquette, ou foulard
- 1 bonnet, ou tour de cou en polaire
- 1 cagoule en polaire type Winstopper ou type Buff
- 1 masque de ski, utile en cas de mauvais temps
- 1 paire de gants chauds et imperméables type "Gore-tex"

- 1 paire de gants fins type Windstopper
- 1 paire de moufles chaudes (ou des gants) de rechange à mettre au fond du sac
- des tee-shirts en matière respirante (type micropolaire) à manches longues (1 tous les 2-3 jours) et 1 ou 2 à manches courtes
- 1 micropolaire (facultatif)
- 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 montagne solide et imperméable ou un pantalon de montagne + surpantalon (type "Gore-tex")
- 1 paire de guêtres (uniquement si votre pantalon n'en est pas équipé)
- 1 collant chaud ou caleçon long (type "Carline")
- des sous-vêtements
- des chaussettes chaudes (au moins 1 paire tous les 2 jours) à bouclettes, en synthétique et/ou en laine (type "Coolmax")

## **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 (proscrire poche à eau avec pipette ; risque de gel)
- 1 petit thermos 50 cl (facultatif ; utile 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 écologiques...)
- 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)
- 1 sac de couchage léger (facultatif) ; les dortoirs en refuge ne sont pas chauffés mais il y a des couvertures
- des mouchoirs
- du papier toilette (brulez votre papier)
- 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)

## **Le matériel de ski de randonnée :**

- 1 paire de chaussure de ski de randonnée (assez légère)
- 1 paire de ski de randonnée légers avec fixations adaptées (équipées de freins ; proscrire les lanières). Carres et semelles doivent-être en bon état et bien entretenues
- 1 paire de couteaux à neige adaptée aux fixations
- 1 paire de peaux de phoques bien adaptées aux skis, pas trop usagées, bien imperméabilisées (pour éviter le bottage) et avec un encollage propre
- 1 paire de bâtons (éventuellement télescopiques) à large rondelle

*Possibilité de louer le pack complet ci-dessus (sous réserve de disponibilités) ; prévenez-nous longtemps à l'avance en nous précisant votre taille et votre pointure. Tarifs indicatifs : 25 €/jour environ.*

## **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")
- des chaufferettes

## **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
- matériel de sécurité (DVA, pelles, sondes)
- crampons, piolet et matériel d'encordement, par précaution si le guide le juge nécessaire pour quelques passages

## **AUTRES PRÉCISIONS**

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

## **■ EN SAVOIR PLUS...**

---

### **CARTOGRAPHIE**

- Carte IGN Top 25 1748 OT Gavarnie
- Carte IGN Top 25 1647 OT Cauterets

### **BIBLIOGRAPHIE**



- Ski de randonnée 2- Raymond RATIO - Atlantica.

## ■ 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](http://www.tourisme-responsable.org)

## ■ CONTACTS

---

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

- consultez notre site sur : [www.labalaguere.com](http://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](mailto: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

