



### Aneto-Posets, ascension des géants



*Un parcours esthétique avec du grand ski sur les plus hauts sommets des Pyrénées, offrant de superbes et longues descentes !*

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

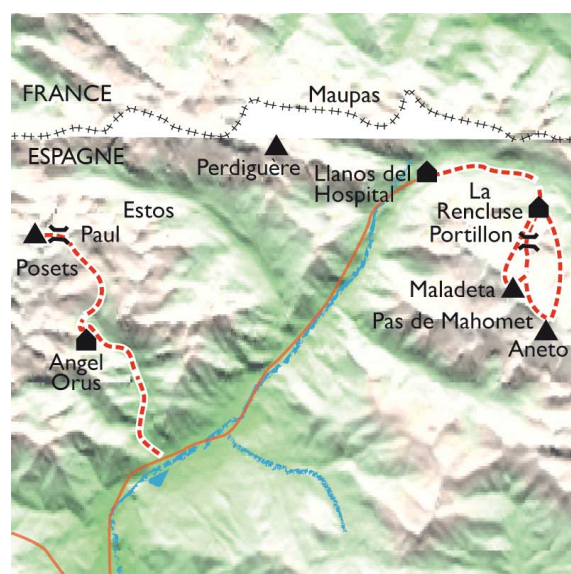
- Départ garanti à partir de 5
- Séjour semi-itinérant
- Sans portage
- Accompagné

Code voyage :  
**FP7WANE**



### Les points forts

- un mini-raid pour des sorties d'ampleur !
- 3 sommets à plus de 3000m.
- l'aménagement du programme pour progresser le sac léger



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

[http://www.labalaguere.com/aneto\\_posets\\_ascension\\_des\\_geants.html](http://www.labalaguere.com/aneto_posets_ascension_des_geants.html)

*Ce mini raid -pour bons skieurs en forme- débute par la vallée d'Eriste, permettant de nous attaquer au second sommet des Pyrénées : l'imposant massif des Posets (3375 m). Après cette excellente mise en bouche et une nuit douillette en hôtel tout confort pour une récupération optimale, nous partirons gravir les jours suivants, 2 autres 3000 avec le sac léger : la Maladeta (3308 m) et le mythique sommet de l'Aneto à 3404m, qui réserve certainement l'une des plus géniales descentes des Pyrénées. De quoi fêter dignement cela de retour à l'hôtel !*

## ■ PROGRAMME

---

### JOUR 1

Transfert en Espagne par le Val d'Aran et le col d'Espina, jusqu'à Benasque. Mise en jambe dans la vallée de Eriste, jusqu'au refuge de Angel Orus (2148m), posé en balcon au-dessus de la vallée. Selon l'horaire, possibilité d'une petite montée/descente autour du refuge, dans le vallon de Forcau par exemple.

**Temps de marche : 2 à 3h de montée à ski. Dénivelé : + 600 à 900m / - 600 à 900m. Temps transfert : 2h45.**

### JOUR 2

Ascension des Posets, le sac léger ! Nous montons d'abord dans le vallon de Llardaneta par des pentes peu soutenues. Puis l'inclinaison se durcit à mesure que nous approchons des pentes sommitales. Arrivés à la cime, à 3375m. d'altitude, c'est un panorama incroyable qui nous attend sur les massifs les plus imposants de la chaîne : Mont Perdu, Luchonais, Aneto... Superbe descente repassant par le refuge. Petit transfert et nuit en hôtel tout confort.

**Temps de marche : 4 à 5h de montée à ski, plus la descente. Dénivelé : + 1300m / - 1800m. Temps transfert : 30 min.**

### JOUR 3

D'Hospital de Benasque, mise en jambe toute en douceur sur les pistes de ski de fond jusqu'au Pla de Besurta ; paysage idyllique et grandiose en déambulant sur ces petits plateaux et à entre les pins. De Besurta, courte montée au refuge de la Rencluse où nous déposons quelques affaires et profitons d'une petite pause avant de poursuivre l'ascension. Nous gagnons de l'altitude assez rapidement, et abordons bientôt le glacier de la Maladeta. Une pente raide pour accéder à la crête nécessitera probablement de chausser les crampons, du moins de monter à pied. Puis un dernier effort nous fait gravir la cime juchée à 3308m d'altitude : vue sur l'Aneto, tout proche. Descente directe jusqu'au refuge de La Rencluse. Selon les conditions de neige et/ou le niveau du groupe, le guide optera éventuellement pour un autre sommet un peu plus facile (Pique d'Albe 3107m par exemple).

**Temps de marche : 5 à 6h de montée à ski, plus la descente. Dénivelé : + 1500m / - 1200m.**

### JOUR 4

Le grand jour ! Montée jusqu'au Portillon supérieur, qui nous fait basculer sur le versant du glacier de l'Aneto. Nous traversons le glacier sous une succession de 3000, puis abordons la pente sommitale. Nous déchaussons les skis à une centaine de mètres du sommet, pour franchir le spectaculaire Pas de Mahomet qui ouvre la porte au paradis du sommet ! Nous sommes sur le point culminant des Pyrénées, à 3404m d'altitude. Le panorama se passe de tout commentaire. Longue et sublime descente et retour en boucle au refuge (après une courte remontée de 150m). On récupère les affaires laissées au refuge, puis terminons la descente. Tapas pour fêter ça ! Nuit en hôtel.

**Temps de marche : 5 à 6h de montée à ski, plus la descente. Dénivelé : + 1400m / - 1750mm.**

## JOUR 5

Transfert et dispersion.

Temps transfert : 3h.

*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 Saint-Gaudens.

### FIN DU SÉJOUR

À Saint Gaudens à partir de 11h00.

### ACCÈS AU LIEU DE RENDEZ-VOUS

**EN TRAIN :** train ou train de nuit pour Saint-Gaudens depuis Paris via Bordeaux ou Toulouse et depuis Lyon via Toulouse. Tél SNCF : 36 35. Web : <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 » jusqu'à la gare de Tarbes. <http://www.tlp.aeroport.fr/>

Soit prendre un taxi (entre 20 et 30€) jusqu'à la gare. De la gare, prendre un train pour Saint-Gaudens.

L'aéroport de Toulouse-Blagnac est à peine plus éloigné mais offre beaucoup plus de possibilité de vols. De l'aéroport, navette toutes les 20 min. pour la gare SNCF Toulouse-Matabiau (environ 5 € et 20 à 45 min. de trajet). <http://www.toulouse.aeroport.fr/>

De la gare, prendre un train pour Saint-Gaudens.

**EN VOITURE :** Saint-Gaudens est accessible de Bordeaux, Toulouse ou Hendaye par l'autoroute A64- Sortie n°18. Accès également possible uniquement par routes nationales. Pour limiter vos frais de placement, pensez au covoiturage : <http://www.covoiturage.fr/>

### PARKING

Parking non gardé devant la gare. Gratuit.

Parking souterrain du Super U en centre ville, gardé le jour et fermé la nuit. Accessible du lundi au samedi de 7h00 à 20h00. Gratuit.

Parking du Belvédère (sous 3 niveaux) sous surveillance vidéo enregistrée 24H/24. Gratuit.

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\*\*\* du Commerce (<http://www.commerce31.com/fr/>), 2 avenue de Boulogne à Saint-Gaudens. Tél : 05 62 00 97 00. Mail : [hotel.commerce@wanadoo.fr](mailto:hotel.commerce@wanadoo.fr) Situé en centre ville à proximité du Foirail, à 800m de la gare environ ; en cas de nécessité, Taxi Perbost au 05 61 89 54 24 (compter environ 7 € de la gare à l'hôtel).
- Hotel\*\* Pedussaut, 9 avenue de Boulogne à Saint-Gaudens. Parking gratuit fermé. Tél : 05 61 89 15 70.

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

5

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

8

## **NIVEAU**

pour skieurs-montagnards à l'aise en ski hors-piste et bonne condition physique. Niveau piste rouge, skis parallèles. 4 à 6 heures de montée par jour. Entre 800 et 1300 m. de dénivelé de montée par jour.

## **PORTAGE**

Quelques rechanges à emporter, mais des affaires peuvent être laissées à l'hôtel et aux refuges pour effectuer les ascensions le sac léger (on repasse au refuge à la descente).

## **ENCADREMENT**

Par un guide de haute montagne diplômé d'état.

## **HÉBERGEMENT**

2 nuits en hôtel\*\*\* en pleine nature à 1700m d'altitude, et 2 nuits en refuges gardés.

## **REPAS**

Dîners chauds dans les hébergements où nous dormirons, adaptés à l'effort. Nous pique-niquerons le midi.

## **DÉPLACEMENTS**

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

## **FORFAIT TOUT COMPRIS EXCEPTÉ**

La location du matériel de ski, les boissons, les frais d'inscription, l'assurance.

## **FORMALITES**

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.

## **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 :** 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 au 1/50000ème «Aneto-Posets», n°23.Rando Editions.
- Carte au 1/30000ème « Valle de Benasque ». Editorial Alpina.

## ■ **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

