



Fiche technique « Vers l'autonomie dans les Hautes Pyrénées »

Le séjour en résumé:

Ce séjour est spécialement conçu pour ceux qui veulent "**apprendre la montagne**"...

-Apprendre à lire une **carte**, s'orienter,

-S'initier à la reconnaissance de la **flore, la faune**, à la **géologie**...

-Savoir choisir des endroits pertinents pour faire un **bivouac** (alimentation, point d'eau, se protéger du vent, du froid...)

-Dormir en cabane, savoir faire un feu, cuisiner au feu de bois

-Chaque jour vous donnera l'occasion d'apprendre d'avantage et ainsi de pouvoir **partir sûr** de vous lors de vos prochaines randonnées.

Durée: 6 jours de marche/5 nuits

Hébergement: 3 nuits en gîte, 1 nuit en cabane, 1 nuit en bivouac

Difficulté : moyen ; 5 à 8 heures de marche, 400 m à 900 m de dénivelé

Dénivelé moyen/ jours : 900 m

Altitude maximum : Environ 2800m

Les + :

-Le plaisir de marcher en apprenant chaque jour

-Accéder à l'autonomie à la fin du séjour

-Découvrir les clefs de l'orientation, la flore, la faune

-Des fiches techniques permettant de revenir sur chaque thème abordé

- Le privilège de dormir avec le montagne (cabane et bivouac)

-Si vous arrivez en train nous venons vous chercher à la gare à votre arrivée et nous vous ramenons à votre départ

Déroulement:

J1:Randonnée découverte Plateau de Saugué, 5 heures, +600m/- 600m

Après l'accueil et la présentation de ce séjour spécial, nous effectuerons une première randonnée en s'intéressant de manière générale à la faune et la flore. Nous randonnerons dans un massif sauvage souvent oublié du grand public où les indices de vie et la richesse floristique prospèrent.

J 2: Initiation à la cartographie, Les estives suspendues du pic de Leviste, 7h00, +800m/-800m

Ayant conscience des difficultés de lire une carte. Nous consacrerons une journée complète à l'orientation. Dans ce but nous randonnerons le massif du Hautacam. Les estives sont truffées de granges multiséculaires où les chemins foisonnent. Les itinéraires sont multiples pour s'élever au dessus de cette nature sauvage et ainsi découvrir des panoramas exceptionnels.

J 3, 4, 5 : Boucle en autonomie de 3 jours, bivouac plus cabane,Entre la réserve du Néouvielle et le Parc national: Par jour: 8h00, +900 /- 900 m

Après une préparation du circuit la veille au soir, avec les conseils de votre accompagnateur, nous aurons sélectionné un itinéraire se déroulant sur 3 jours et 2 nuits. Au programme: des passages hors sentiers en terrains variés, l'ascension d'un sommet en

installant un bivouac à son pied, des manipulations de carte et de boussole, de la reconnaissance faune et flore...

J 6: Approfondissement des connaissances, 6h00, +450 m/-450m

Après une une nuit de repos dans le confort de notre gîte que nous avons retrouvé, nous repartirons une dernière fois en se donnant la possibilité d'orienter notre randonnée selon les attentes des participants

Les itinéraires sont susceptibles d'être modifiés selon les conditions météorologiques et le niveau de l'ensemble du groupe.

Tarifs :670euros : 3 nuits en gîte, 1 nuit en cabane, 1 nuit en bivouac, 5 jours de pension complète (petit déjeuner, pique-nique, dîner), 6 jours de randonnée encadrés par un accompagnateur en montagne, le prêt du matériel de bivouac (tente, réchaud, matériel de cuisine)

Tarif Sur la base de 5 personnes inscrites

Options :

- Possibilité d'arriver sur le lieu de votre hébergement la veille ou rester sur le lieu d'hébergement le dernier jour

Sont exclus du prix :

Les boissons et dépenses personnelles

Les assurances annulation, rapatriement, interruption, bagages,

Le pique nique du dimanche midi

Le prêt de matelas et sac de couchage

Date:

Du Dimanche au Vendredi :

Du 14 au 19 Août 2022

Du 10 au 15 Juillet 2022

Du 04 au 09 Septembre 2022

Du 24 au 29 Juillet 2022

Autres dates sur demande

Lieux et horaires de rendez-vous et de dispersion :

Rendez- vous le Dimanche matin à 09h00 à l'office d'Argelès Gazost(65).

Découvrez la zone :

Ce département porte bien son nom, ici les Pyrénées sont hautes... c'est la zone qui reçoit le plus de neige durant l'hiver. C'est également une région de beauté sans égal, c'est pour cela que **le Parc National a été créé** ; pour protéger ces massifs si beaux et si fragiles. L'une des origines de la création de ce parc est l'existence **de trois cirques glaciaires : Gavarnie, Estaubé et Troumouse**. Depuis le Parc National a grandi pour le bonheur de tous.

Les nombreux sites naturels dans les Hautes-Pyrénées ont toujours attiré les voyageurs et aventuriers de tout temps. On venait pour admirer les merveilles de la nature, qui ont su inspirer les plus illustres comme Victor Hugo. Mais on s'y rendait aussi pour les fameuses sources thermales d'eau chaude jaillissant des profondeurs de la terre... Les temps ont changé, les transports facilités mais les buts, eux, restent quasiment les mêmes.

Nous vous proposons des séjours répondant à toutes vos envies... **Des semaines de détente** en profitant des paysages exceptionnels et des thermes présents sur nos lieux d'hébergement... **Des randonnées faciles**, accessibles à tous (seul, en couple, en famille)... **Des grandes itinérances** de refuge en cabane dans la réserve naturelle du Néouvielle.

Bienvenue dans les vallées où les ruisseaux et torrents s'appellent des gaves, où la vie de l'homme est connectée à la montagne depuis des millénaires, où les sommets restent enneigés la majeure partie de l'année.

Accès :

En voiture :

- De Toulouse : prenez l'A 64 Direction Tarbes-Lourdes.

À Tarbes prenez la N21 jusqu'à Lourdes.

De Lourdes prenez la D821 en direction d'Argelès -Gazost, puis continuez jusqu'à Luz St Sauveur.

La place de l'office du tourisme est la place centrale du village.

En train :

La gare la plus proche est celle de Lourdes.

-De Toulouse le premier train part à 5 H 52min et arrive à 7 H 54min

Puis un bus de la Sncf dessert Luz St-Sauveur pour 9H00.

En avion :

L'aéroport le plus proche est celui de Tarbes/Lourdes. De là, il y a une ligne de bus qui dessert Lourdes puis Luz St-Sauveur.

Équipement :

Habillement :

-Chaussures de randonnée à tige haute, confortables, imperméables et déjà portées...

-Une paire de sandales (pour le soir)

-Un pantalon de randonnée en coton ou synthétique (si possible respirant, déperlant, séchage rapide)

-Une veste en polaire

-Une veste de montagne à capuche (Si possible imperméable et respirante)

-Un ou deux autres pulls (réguler la chaleur de votre corps)

-Des tee-shirt manche courte et manche longue (Si possible synthétiques respirant)

-Des paires de chaussette (si possible en synthétique ou laine, coton=ampoules)

-Des sous vêtements

-Une cape de pluie (poncho)

-Un drap de bain séchage rapide

-Un maillot de bain

-Un bonnet

-Un pantalon léger (pour le soir)

-Une paire de gant

-Une écharpe ou un foulard

Matériel :

-Un sac de voyage pour vos affaires personnelles

-Un sac à dos pour trois jours de marche (60 L minimum)

-Un sac à viande (drap de tissu léger en forme de sac de couchage)

-Une paire de bâtons de marche télescopiques (facultatif mais grandement recommandé)

-Une gourde d'eau (2 L)

-Un couteau de poche

-Une lampe frontale

-Lunettes de soleil, crème solaire

-Appareil photo, Jumelles

-Casquette ou chapeau

-Papier toilette

-Un briquet

-Des boules Quies

-Nécessaire de toilette

-Votre pharmacie personnelle (Elastoplast, compeed, médicaments personnels)

- Quelques sacs poubelle pour protéger votre sac les jours de pluie

- Un duvet chaud (+/- 0°)

Budget :

Prévoir un budget en espèces pour vos dépenses personnelles