



## **Fiche technique «Au cœur du Parc National »**

### **Le séjour en résumé:**

Ce séjour vous propose de rencontrer **les endroits les plus grandioses du Parc National des Pyrénées**. Des paysages d'exceptions vous attendent tout le long de cette traversée. Ce séjour passe au pied du plus haut sommet des Pyrénées Française: le Vignemale (3298m), il emprunte les **vallons secrets** reliant la vallée de Gaube au cirque de Gavarnie, au Piméné (l'un des plus beaux belvédères du cirque) puis vous amène jusqu'au bout du monde: le cirque de Troumouse. En empruntant **GR 10, HRP et "itinéraires maison"**, ce séjour vous fera découvrir **l'essence des paysages prestigieux**.

**Durée:** 6 jours de marche/ 5 nuits

**Hébergement:** 3 nuits en refuge, 2 nuits en gîte

**Dénivelé moyen/ jours :580m**

**Altitude maximum : 2801 m Piméné**

**Difficulté :** moyen ; 5 à 8 heures de marche, 300 m à 850 m de dénivelé

### **Les + :**

-Une traversée sans transfert

-Des paysages grandioses patrimoine mondial de l'UNESCO

-Une traversée au coeur du Parc National des Pyrénées

-Des belvédères à couper le souffle

-Les nuits en refuge gardé

-La haute montagne accessible aux marcheurs de niveau moyen

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

## **Déroulement:**

### **J1: Cauterets "Le pont d'Espagne", la vallée et le refuge des Oulettes de Gaube, 5 heures, + 500 m**

Accueil et préparation au village haut perché de Cauterets. Notre départ s'effectuera dans les immenses forêts de conifères du pont d'Espagne. En longeant le gave de Gaube nous découvrirons une première merveille: le lac de Gaube. Après le pique-nique, plus haut, au pied du refuge se dresse la pique longue du Vignemale (plus haut sommet des Pyrénées Françaises (3298m)... Nous passerons la nuit devant ce joyau sertit de son glacier...

### **J 2:De la vallée de Gaube au refuge d'Estom: 7h00, +500m/-800m**

Les premiers rayons de soleil accompagneront notre ascension du haut col de l'Arailé. Ici tout n'est que minéral, éboulis, pierrier, une sente chemine... ambiance grande montagne... L'arrivée au refuge familial d'Estom se fera beaucoup plus chaleureuse: sur les rives du lac, nos estomacs seront récompensés par une cuisine généreuse et traditionnelle.

### **J 3: De la vallée du Lutour au plateau de Saugué, 8h00, +900 /- 900 m**

Une grande et belle journée de marche nous attend pour ce jour.. C'est un "itinéraire maison" qui nous fera découvrir les paysages des plus sauvages... En passant par la myriade de lacs d'Estom Soubiran nous rejoindrons le col du Malh Arrouy (un presque 3000m...)... Un panorama sublime nous attends pour le pique-nique. Une longue descente cheminant dans des paysages hors du commun nous amènera au fameux plateau de Saugué.

#### **J 4: Le cirque de Gavarnie et le refuge des Espuguettes, 6h00, +650 m/-250m**

On pourrait croire que ce plateau a été créé pour contempler le cirque de Gavarnie. Une journée pour rejoindre cette muraille de plus de 1500m de hauteur. Une journée pour explorer les sentiers les moins fréquentés, pour admirer la grande cascade (la plus haute de France: 423m). Les vertigineux balcons du cirque, riches en flore endémique, nous amèneront au refuge des Espuguettes.

#### **J 5: Le cirque d'Estaubé, 7h00, +650m/-850m**

Une journée pour traverser 3 cirques glaciaires... Nous pourrons juger de l'immensité des glaciers d'antan en descendant le cirque d'Estaubé sculpté par ces géants. Nous emporterons au passage le Piméné (ascension facultative), en passant par une crête facile qui nous récompensera amplement de nos efforts par le panorama qu'elle nous offrira.

#### **J 6: le cirque de Troumouse, 5h00, +200/ -700 m**

Nous finirons ce séjour en beauté en visitant le large cirque de Troumouse aux dimensions impressionnantes (3Km de large)... Nous redescendrons de ce joli rêve en empruntant un dernier "itinéraire maison" qui nous ramènera à la chapelle d'héas: témoin de nombreuses histoires du temps passé.

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

### **Tarifs :**

**540 euros** : 3 nuits en refuge, 2 nuits en gîte, 5 jours de pension complète (petit déjeuner, pique-nique, dîner), 6 jours de randonnée encadrés par un accompagnateur en montagne

*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,

## **Date:**

Du Dimanche au Vendredi :

Du 26 Août au 31 Août 2018

Du 08 au 13 Juillet 2018

Autres dates sur demande

Du 05 au 10 Août 2018

## **Lieux et horaires de rendez-vous et de dispersion :**

Rendez- vous le dimanche matin à 09h00 à l'office du Tourisme d'Agelès Gazost.

## **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.

### **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

-Lunettes de soleil, crème solaire

### **Matériel :**

-Un sac de voyage pour vos affaires personnelles

-Appareil photo, Jumelles

-Un sac à dos pour une journée de marche (40 L minimum)

-Casquette ou chapeau

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

-Papier toilette

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

-Un briquet

-Une gourde d'eau (2 L)

-Des boules Quies

-Un couteau de poche

-Nécessaire de toilette

-Une lampe frontale

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

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

### **Budget :**

Prévoir un budget en espèces pour vos dépenses personnelles

### **A savoir :**

Transfert retour en voiture le jour 6