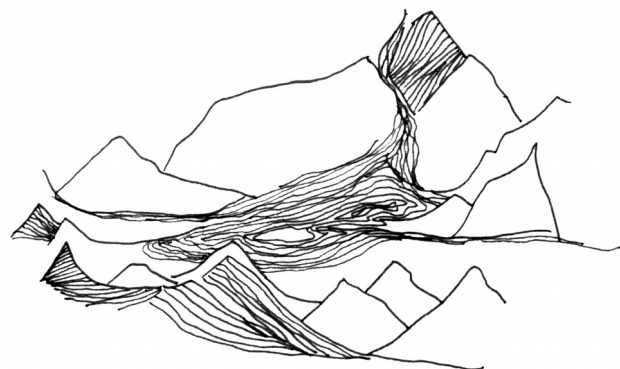


Pyrène et Compagnie
Randonnées dans
Les Pyrénées et Ailleurs...



Semaine Raquettes Balnéo en Couserans

Le séjour en résumé:

Ce séjour en étoile nous permettra d'avoir une diversité de paysages à proximité. Au dessus de la forêt, face au Valier, c'est le magnifique hameau de Cominac qui nous accueillera. Le gîte de cachet et son **cadre exceptionnel** rajouteront de l'intérêt à notre séjour.

Nous cheminerons tantôt dans des **vallées encaissées**, tantôt dans des **paysages ouverts** ou sur **une crête** qui se laisse facilement apprivoisée... Si l'on rajoute à cela **un soupçon d'eau chaude** à quelques kilomètres de notre hébergement, nous obtenons ces six jours de randonnée avec beaucoup de détente.

Cette semaine ravira ceux qui souhaitent découvrir une Ariège sauvage en toute quiétude avec des balades faciles à la journée et le bienfait des **thermes d'Aulus les Bains**.

Durée: 6 jours/5 nuits

Hébergement: 5 nuits en gîte

Difficulté : Facile 4 à 6 heures de marche, 200m à 400 m de dénivelé

Les + :

- Des balades sauvages accessibles à tous
- Un hébergement dans un cadre exceptionnel
- Les sources d'eaux chaudes en fin de journée

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

Déroulement:

J 1: Les granges de Cominac, 4h30, +250m/-250m

Cette balade avec un départ à pied de notre gîte est idéal pour faire connaissance avec la nature environnante et découvrir le patrimoine bâti de cette zone. Des panoramas imprenables s'offriront à nous et nous remonterons le temps pour comprendre le fonctionnement et le fragile équilibre que l'homme avait établi avec la nature dans les anciens temps.

J 2: Le plateau d'Ajéou, 4h30, +250m/-250m

Un plateau karstique qui nous fera cheminer à travers ses anciennes granges pastorales. Des formes douces qui nous invitent à rêver et à nous éterniser sur cette plateforme suspendue. Au détour d'une courbe nous découvrirons le gouffre d'Ajéou s'ouvrant sur les profondeurs de la terre... Bien curieux endroit où vous apprendrez la différence entre une colline et une doline.

J 3:L'étang de Lhers, 4h00, +300m/-300m

Magnifique zone protégée et classée « natura 2000 », elle recèle milles merveilles. Cet endroit est unique au monde car c'est ici qu'affleure une partie du manteau terrestre, normalement situé à plus de 30 kilomètres de profondeur... C'est la fin de la route et c'est là que nous chausserons nos raquettes pour aller de découverte en découverte : traces d'animaux, cabanes enneigées, vallons secrets...

J 4 :Sur la crête des trois seigneurs, 5h00, +400m/-400m

A cheval sur la vallée de Massat, celle de Tarascon et celle du Vicdessos, on peut dire que le pic des trois seigneurs est bien assis. Ce sera sur l'une de ses crêtes que nous cheminerons durant toute la journée. Le panorama est époustouflant et nous aurons tout à loisir de lire le paysage qui s'offre à nous : des Pyrénées-Orientales aux hauts sommets Ariègeois.

J 5 :Le hameau de Goutets, 6h00, +600m/-600m

On pourrait croire qu'un lutin va sortir de l'un de ces orris à tout moment... C'est souvent la réflexion des personnes se rendant pour la première fois sur site étonnant. Une longue journée de raquette pour découvrir un lieu magique...

J 6 :Le plateau des sorcières, 4h30, +300/-300m

C'est sur la face sud du massif de l'Arize que se déroulera cette journée. La vue est imprenable dans cet endroit de toute beauté. Si magnifique qu'on dit qu'il serait le lieu de vie et de rencontre des sorcières. Nous ne nous laisserons pas impressionner et continuerons notre chemin jusqu'à la crête de ce massif. Ça y est, nous y sommes, c'est le premier massif du Couserans, derrière nous s'étend une vaste plaine...

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

Tarifs :

595 euros :

Ce tarif comprend :

- 5 nuits en gîte
- 6 Jours de pension complète : Pique-nique, diner, petit déjeuner,
- 3 accès aux thermes d'Aulus les bains
- 6 randonnées encadrées par un accompagnateur en montagne
- Le prêt du matériel (Raquettes + Bâtons)

Sur la base de 5 personnes.

Options :

Transport de Pyrène et Compagnie : si vous nécessitez du transport de Pyrène et compagnie pour vos déplacements sur les différents sites de randonnée : Gratuit

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

La Comté : gîte de France

Cominac 09140 ercé

05 61 66 95 79

lacomte@free.fr

Sont exclus du prix :

Le pique nique du dimanche midi

Site : www.pyreneetcompagnie.fr Mail : contact@pyreneetcompagnie.fr Tel : 06-01-99-14-64

Les boissons et dépenses personnelles

Les assurances annulation, rapatriement, interruption, bagages,

Date:

Du 20 au 25 Janvier 2019

Du 10 au 15 Février 2019

Du 10 au 15 Mars 2019

Du 07 au 12 Avril 2019

Autres dates sur demande de groupe déjà constitué

Lieux et horaires de rendez-vous et de dispersion :

Le rendez-vous est fixé le samedi matin à 09h00 devant l'office du tourisme d'Aulus les bains.

Découvrez la zone :

Vous apprécierez les paysages magiques de cette région, ici les **forêts de hêtres** semblent vous parler, la rencontre avec les isards n'est pas rare et les sites pour randonner sont préservés du tourisme de masse. Nous serons bien souvent les premiers à faire la trace. La diversité des séjours proposés en Ariège est infinie. Cette région escarpée est dotée d'un haut potentiel pour la randonnée. Tant au niveau du **patrimoine historique et préhistorique** : vous serez émerveillés par les dernières granges à toit de chaume des Pyrénées et par les sites de pastoralisme du néolithique.

La nature est reine en Ariège et elle y délivre de nombreux trésors cachés comme les sources d'eau chaude d'Aulus les bains, les fiers sommets qui prennent quelques fois des allures Himalayennes ou encore ces forêts qui semblent être là depuis et pour toujours.

La force de la montagne est omniprésente et vous randonnerez au pied des géants comme le mont Valier "seigneur du Couserans". Découvrir le Couserans, c'est s'ouvrir à une autre montagne : une montagne sauvage...

La diversité des thèmes abordés durant nos randonnées est le reflet des différents visages que revêt cette zone. Une crête enneigée nous hissera vers les hauteurs, la forêt prendra des airs enchanteurs, la rencontre avec **les animaux sauvages** vous laissera rêveur lors de votre retour au gîte devant un feu de cheminée.

Accès :

En voiture :

-De Toulouse : prenez l'A64, direction Tarbes/Lourdes, sortez à la sortie 20.

Puis Suivez la D117 jusqu'à St Girons.

Le point de rendez-vous se trouve à l'entrée de St Girons, avant le magasin de jardinage "Gamm Vert"

-De Tarbes Lourdes : prenez l'A64, direction Toulouse, sortez à la sortie 20.

Puis Suivez la D117 jusqu'à St Giron.

Le point de rendez-vous se trouve à l'entrée de St Giron, avant le magasin de jardinage "Gamm Vert"

En train :

La gare la plus proche est celle de St Giron.

-De Toulouse le premier train part à 7 H 00min et arrive à 8 H 50min (Changement Train-bus à Bousens)

-De Tarbes-Lourdes, il est possible de prendre le train jusqu'à Bousens, puis le bus de 08H 05 min jusqu'à St Giron.

En avion :

L'aéroport le plus proche est celui de Toulouse Blagnac. De là, vous pouvez prendre le train à partir de Toulouse.

Équipement :

Habillement :

-Chaussures de randonnée à tige haute, confortables, imperméables

-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)

-Un drap de bain

-Un maillot de bain

-Un bonnet

-Un pantalon léger (pour le soir)

-Une paire de gant imperméable (si possible respirant)

-Une écharpe ou un foulard

Matériel :

-Sac à dos pour une journée de marche (de 20 à 40 L)

-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 de toilette

-Votre pharmacie personnelle