

# **PYRENEES**

## **Raquettes douillettes, Balcons des Encantats et de l'Aneto**

6 jours / 5 nuits / 4 jours de raquettes



**L'hôtel, au confort moderne et à la décoration soignée, est doté d'un SPA - sauna, hammam, jacuzzi- dont vous pourrez profiter à loisir. Les chambres, spacieuses, ont toutes une touche de décoration singulière. En raquettes, nous évoluerons dans de délicieuses combes ornées de pins à crochets, vers des lacs sommeillant sous des mètres de blancheur, sur des belvédères panoramiques face aux Encantats et leurs longues crêtes granitiques, ou face aux glaciers immaculés de l'Aneto ! Et pour clôturer dignement ce superbe séjour, une soirée fiesta-tapas pour savourer l'ambiance locale !**

**« Benvengudi en Aran ! »**

## PROGRAMME INDICATIF :

### JOUR 1 : Tarbes - Betlan

Transfert dans le Val d'Aran et installation à l'hôtel.

- **2h de transfert**

### JOUR 2 : Betlan - Montgarri - Betlan

Mise en jambe toute en douceur sur le Pla de Beret, joli plateau découvert face au sommet de Barlonguère. Puis nous pénétrons dans les bois de Parros, au-delà desquels nous découvrirons, dans une vaste clairière en pleine montagne et au bord d'un torrent, une église et un refuge : le site insolite de Montgarri. Retour au Pla de Beret puis à l'hôtel.

- **3 à 4h de marche, +200m/-200m de dénivelée, 1h de transfert**

### JOUR 3 : Betlan - Bagergue - Era Ribera - Betlan

Dans une petite vallée latérale, découverte du petit village de Bagergue, offrant une belle vue sur l'Aneto. Peu après le village, nous gagnons les champs en terrasse et la chapelle de Santa Margalida, puis de doux reliefs qui constituent le plateau d'Era Ribera.

- **3 à 4h de marche, +200m/-200m de dénivelée, 45mn de transfert**

### JOUR 4 : Betlan - Cirque de Baciver - Betlan

Au départ de Béret, les petits ressauts ponctués de pins épars et les combes se succèdent jusqu'à ce que nous atteignons le lac inférieur de Baciver. Le paysage s'ouvre sur un large cirque, qui donne envie d'aller voir plus haut les autres lacs... Selon le niveau et les aspirations du groupe et selon les conditions de neige, l'accompagnateur décidera de prolonger ou pas le parcours. Soirée tapas.

- **3 à 4h de marche, +400m/-400m de dénivelée, 1h de transfert**

### JOUR 5 : Betlan - Tuc de Pedescaus - Betlan

Du Pla de Beret, montée au Tuc de Pedescaus. C'est LE sommet de la semaine, où nous effectuerons le plus gros dénivelé ; le sommet offre un splendide panorama à 360° sur les plus hauts massifs des Pyrénées, des Encantats et de l'Aneto ; descente à travers de belles et larges combes.

**4 à 5h de marche, +450m/-450m de dénivelée, 1h de transfert**

**JOUR 6 :** Après le petit-déjeuner, transfert et dispersion.

- **1h30 de transfert**

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.

## FICHE PRATIQUE :

**NIVEAU :** 3 à 4 heures de marche par jour, avec des dénivelées de 100 à 500 mètres

**PORTAGE :** vous ne porterez que vos affaires de la journée ; vos bagages seront transportés en véhicule par nos soins

**GROUPE :** de 5 à 15 participants

**ENCADREMENT :** accompagnateur en montagne diplômé, spécialiste des Pyrénées et de la raquette à neige

**HEBERGEMENT :** L'hébergement se fera en chambre double (chambre individuelle possible avec supplément et fonction des disponibilités) dans un petit hôtel\*\*\* de charme, décoration soignée, salon agréable avec cheminée. Dîners savoureux pris à l'hébergement. Soirée tapas en ville le soir du J5. Nous pique-niquerons le midi.

Le SPA de l'établissement est actuellement fermé en raison des normes sanitaires par rapport au COVID.

**RENDEZ-VOUS :** à 16h30 devant la gare SNCF de Tarbes

**DISPERSION :** à 11h à la gare SNCF de Tarbes

### LE PRIX COMPREND :

- l'encadrement accompagnateur en montagne diplômé
- l'hébergement en pension complète
- les transferts prévus au programme
- le prêt des raquettes et bâtons (veuillez nous préciser lors de votre inscription votre taille et votre poids afin de vous fournir la taille de raquette adaptée à votre morphologie).

### LE PRIX NE COMPREND PAS :

- l'assurance annulation et/ou assistance
- votre transport jusqu'au lieu de rendez-vous et de dispersion
- les boissons et dépenses personnelles
- les frais d'inscription éventuels
- d'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique "*Le prix comprend*"

### Frais d'inscription :

Les frais d'inscription sont des frais administratifs. Ils sont applicables à chaque personne inscrite.

- pour toute inscription à plus de 90 jours du départ : pas de frais de dossier
- pour toute inscription de 89 à 30 jours du départ : 15 € par personne
- pour toute inscription à 29 jours ou moins du départ : 25 € par personne

## **MOYENS D'ACCES**

**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/](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 Tarbes.

**EN TRAIN** : TGV, train ou train de nuit pour Tarbes, depuis Paris via Bordeaux ou depuis Lyon via Toulouse. Tél SNCF : 36 35. <http://www.voyages-sncf.com/>

**EN VOITURE** : Tarbes est accessible de Bordeaux ou Hendaye par l'autoroute A64-Sortie n°12, et de Toulouse par la sortie n°13. Accès également possible par routes nationales.

Parking non gardé de la gare de Tarbes. Payant.

Places de parking non surveillées dans les rues adjacentes à la gare. Gratuit.

Parking souterrain de Verdun en centre-ville, à 1km la gare, sous enregistrement de vidéo-surveillance. Fermé la nuit et le dimanche ; il faut alors s'approcher en voiture du rideau métallique pour qu'il s'ouvre automatiquement. Ouvert du lundi au samedi de 7h00 à 20h. Environ 35 € la semaine. Tél : 05 62 51 15 50

Eventuellement parking possible aux hôtels indiqués pour une arrivée la veille (à convenir avec l'hôtelier et uniquement si vous y dormez).

### **Adresse d'hébergement à proximité du point de rendez-vous :**

- **Hôtel\*\* de l'Avenue** (<http://www.hotel-avenue-tarbes.fr/index.html>), 78-80 av. Bertrand Barrère à Tarbes. Parking public à proximité.  
Tél : 05 62 93 06 36. Mail : [hotel-avenue2@wanadoo.fr](mailto:hotel-avenue2@wanadoo.fr)

- **Hôtel\*\*\* L'européen** (<http://www.hotel-europeen-tarbes.fr/>), 38 av. du Maréchal Joffre.  
Parking public à proximité. Tél : 05 62 93 05 84. Mail : [hotel.europeen@wanadoo.fr](mailto:hotel.europeen@wanadoo.fr)

## **EQUIPEMENT CONSEILLE**

### **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 :** shorts et pantalons en toile solide, en matière synthétique, permettent aussi un séchage rapide et procurent donc plus de confort.

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

### **LES BAGAGES**

Pour votre séjour, prévoyez :

- 1 seul sac de voyage par personne (ou valise à roulette). Ne prenez pas un bagage trop volumineux afin d'éviter des soucis d'encombrement du bus ou d'organisation logistique.

Sur les séjours itinérants ou semi-itinérants, limitez également le poids à 10-12 kg, car l'accès malaisé à certains hébergements pourrait compromettre la livraison des bagages. Evitez absolument d'y laisser des objets fragiles et/ou de valeur.

- 1 sac à dos de 35-40 litres environ, avec ceinture ventrale et un dos bien aéré pour votre confort

### **LES VETEMENTS**

- 1 chapeau, ou casquette, ou foulard
- 1 bonnet, ou bandeau en polaire et/ou un tour de cou
- 1 masque de ski (facultatif ; utile en cas de mauvais temps)
- 1 paire de gants chauds
- 1 paire de moufles chaudes de rechange à mettre au fond du sac (facultatif)
- des tee-shirts en matière respirante à manches longues (1 tous les 2-3 jours) et 1 ou 2 à manches courtes
- 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 trekking solide et déperlant + 1 collant chaud ou caleçon long (type "Carline"). Ou bien 1 pantalon de montagne doublé (chaud)

Combinaison de ski alpin à proscrire

- 1 surpantalon imperméable et respirant type "Goretex" (facultatif)
- des sous-vêtements
- des chaussettes de randonnée (au moins 1 paire tous les 2 jours) à bouclettes, en synthétique et/ou en laine

- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, à semelle type "Vibram". À éprouver impérativement avant votre séjour. Pour la randonnée proscrire absolument les bottes ou après-skis
- 1 paire de guêtres (facultatif)
- des vêtements et chaussures confortables pour le soir

### **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 mini ou gourde souple type Platypus (déconseillée en hiver) ou une simple bouteille en plastique
- 1 petit thermos 50 cl (facultatif et surtout utile en hiver 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 Tupperware (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 écologique...)
- 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 duvet léger (chaud à 0°C)
- des mouchoirs
- du papier toilette
- 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)

### **LA PHARMACIE**

Prévenez le guide de toute maladie, traitement ou autre allergie qui pourrait 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 écharde
- gel désinfectant utile pour se laver/désinfecter les mains (type "Stérilium gel")

### **LE MATÉRIEL FOURNI PAR NOS SOINS**

- 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
- raquettes. **Précisez-nous lors de votre inscription, votre poids et votre taille afin de vous fournir autant que possible, une taille de raquettes adaptée à votre morphologie**
- bâtons
- matériel de sécurité (DVA, pelles, sondes)

## INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES

Les Encantats, Parc National d'Aigües Tortes : Dans ce Parc, on peut distinguer deux zones bien déterminées : la vallée Sant Nicolau et la vallée de l'Escrita. Dans la première, on peut contempler de très beaux lacs d'origine glaciaire et leurs admirables cirques, beaucoup d'entre eux suspendus au-dessus de la vallée principale. La seconde comprend le fameux lac San Mauricio et le remarquable massif « Els Encantats », qui se dresse à l'improviste en haut de la vallée, à 2747 mètres d'altitude. Le Parc est un véritable musée au grand air, où l'on peut constater l'action des périodes glaciaires du Quaternaire sur le vieux massif des Pyrénées. Le sapin, le pin sylvestre et le pin à crochet sont les arbres les plus fréquents du Parc. Mais ce n'est pas là sa seule richesse végétale. Sur les versants de ces montagnes, on peut trouver genévriers, peupliers, trembles, bouleaux, saules, sorbiers... À la fin du printemps et au début de l'été, une gamme presque infinie de couleurs et de tons éclaire ces hauteurs : les lis, les gentianes, les saxifrages, l'aconit... revêtent de couleur ces belles montagnes.

Après la zone forestière, les estives constituent une réserve importante de nourriture pour les espèces herbivores. C'est dans les bois de conifères qu'habite le coq de bruyère, tandis que la perdrix des neiges (lagopède), se cantonne à la haute montagne et aux pics neigeux. Parmi les grands mammifères qui vivent dans ces hautes vallées, le sanglier ne pouvait manquer, mais le seigneur et maître de ces hauteurs est l'isard. Le pic noir, le pivert, les grimpereaux, le martin-pêcheur et de nombreuses autres espèces composent l'avifaune du Parc. Loirs, hermines, martres, desman, écureuils... et marmottes, sont les mammifères les plus courants. Les vallées suspendues, les dépôts morainiques des glaciers, les profonds et abondants lacs aux eaux glacées, les roches ondulées par l'érosion... forment un ensemble géologique inimitable, entouré d'un site grandiose et multicolore, où la verdure des conifères forme un contraste violent avec la blancheur de la neige... Voilà pour le décor estival. En hiver, la neige, souvent abondante, recouvre le massif ; les vallons, parsemés de pins, deviennent alors un véritable paradis pour la pratique de la raquette à neige.

### **SUR LE WEB**

Informations touristiques et culturelles en français sur le Val d'Aran :

<http://www.visitvaldaran.com/fr>

### **CARTOGRAPHIE**

- Carte au 1/50000ème « Pica d'Estats-Aneto », n°22. Rando Editions
- Carte au 1/50000ème « Couserans-Cap d'Aran », n°6. Rando Editions
- Carte au 1/25000ème « Parc Nacional d'Aigüestortes », n°01. I.C.C.

### **DISPOSITIONS COVID-19**

En raison des précautions sanitaires relatives au COVID, vous devrez impérativement être muni dès le début de votre séjour,

- d'une quantité suffisante de masques (à raison de 2 par jour minimum). Port de masque qui sera obligatoire lors d'éventuels transports, dans certains hébergements, lieux fréquentés etc.
- de poches zippées pour les masques et autres papiers usagés
- de gel hydroalcoolique
- d'un thermomètre pour contrôler votre fièvre en cas de symptômes apparaissant en cours de séjour
- d'un stylo (parfois nécessaire pour renseigner et signer une charte dans certains hébergements).

Sur les séjours accompagnés avec nuit(s) en hôtel, nous n'imposons pas de chambre individuelle. Si vous vous inscrivez seul(e) en chambre à 2 lits (« twin »), vous acceptez d'assumer les conséquences éventuelles liées au partage de la chambre (et donc de la salle de bain et des sanitaires) avec une autre personne du groupe. Dans le cas contraire, nous vous recommandons de souscrire à l'option « supplément chambre individuelle ».

Le guide (pour les séjours accompagnés) sera à votre écoute. Digne de confiance, n'hésitez pas à lui confier en premier lieu vos craintes ou problèmes. Il fera le maximum pour vous apporter son aide et tâcher de résoudre la situation de manière efficace (par exemple pour modifier, si vous le souhaitez, la disposition des tables lors des dîners...).

Par ailleurs, lui et les hôtes qui vous recevront (hôteliers, gardiens de refuge, restaurateurs, transporteurs, équipes locales...) sont les garants du bon déroulement du séjour et vous demanderont d'appliquer certaines consignes sanitaires.

Par respect envers eux et les autres personnes qui composent le groupe, nous vous demandons de vous engager à respecter les consignes qui vous seront formulées.

Soyez rassurés et optimistes, car comme vous le savez, la randonnée est une pratique qui permet de vivre de longs et savoureux moments durant lesquels le port du masque n'est pas obligatoire ! Alors, respirez et souriez !

En cas de problème de dernière minute, appelez :

**en priorité au 04 90 09 06 06.**

Si vous n'avez pas réussi à nous joindre à ce numéro, vous pouvez ensuite nous contacter

**au 07 77 08 14 68.**