

## Les balcons des Encantats à raquette



### *PRESENTATION*

Raquette accompagnée, en étoile, en hôtel \*\*

7 jours, 6 nuits, 6 jours de randonnée

Bénéficiant chaque hiver de bonnes conditions d'enneigement, le val d'Aran reste un massif incontournable pour la pratique de la raquette.

Nous évoluerons tous les jours, en étoile depuis notre camp de base : un hôtel situé dans la petite ville de Vielha, offrant une vue panoramique sur cette vallée et sur ces montagnes de Catalogne.

À cheval entre le Parc National d'Aygues Törtes et le plateau d'altitude de Beret, nous découvrirons au fil des jours, ces superbes vallées glaciaires.

De la source de la Garonne au grand cirque de Colomers, une immersion dans le paradis des « Encantats ».

# PROGRAMME

## Jour 1 : VALLEE DE BAGERGUE

Accueil en gare SNCF de Saint Gaudens à 9h puis transfert vers notre hébergement (hôtel \*\*).

Belle randonnée vers la Serra d'Arenho, au-dessus du petit village de Bagergue.

Nuit en hôtel \*\*

### Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

4h de marche et environ 450 m de dénivelé positif

## Jour 2 : PIC PEDESCAL

Depuis le **Pla de Beret**, nous remonterons le long de l'arriu Barlongueta en direction du **pic de Pedescal** (2375 m), un superbe belvédère offrant avec une imprenable vue sur la chaîne et les principaux sommets frontaliers.

Nuit en hôtel \*\*

### Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

5h de marche et environ 550 m de dénivelé positif

## Jour 3 : CIRQUE DE COLOMERS

En passant par les Bànhs de Tredos et en traversant le vaste plateau d'Aiguamog, nous arriverons dans l'important cirque de Colomers, ses pinèdes éparées et son chapelet de lacs glaciaires. Suivant, nous pourrons errer entre petits cols et plateaux médians...

Nuit en hôtel \*\*

### Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

5h30 de marche et environ 650 m de dénivelé positif

## **Jour 4 : LE TUC DE MONTANHETA**

Un bel itinéraire peu fréquenté, qui serpente à travers une forêt de pins pour rejoindre un sommet à plus de 2000m, la Montanheta...Un panorama à 360°.

Nuit en hôtel \*\*

### **Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique**

5h00 de marche et 600 m de dénivelé positif

## **Jour 5 : LE VALLON ET LES LAC DE BACIVER**

Au départ de l'**Orry** à 1800m, une montée douce et régulière au milieu des pins pour déboucher sur l'**Estanh de Baish**, petit lac que l'on longera pour rejoindre un grand plateau dans un décor de hautes montagnes. Nous bouclerons cet itinéraire par la traversée, si l'épaisseur de glace le permet, d'un **lac gelé** pour rejoindre notre point de départ.

Nuit en hôtel \*\*

### **Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique**

5h de randonnée et 500 m en négatif

## **Jour 6 : VAL DE RUDA**

Dernière et belle randonnée dans un décor de haute montagne, situé dans un superbe cirque, au départ de la belle vallée de Ruda.

Nuit en hôtel \*\*

### **Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique**

5h de marche et environ 700 m de dénivelé positif

## **Jour 7 : FIN**

Transfert à la gare SNCF de Saint Gaudens, après le petit déjeuner, vers 11h.

## COMPLEMENT DE PROGRAMME

Indépendamment de sa volonté, votre guide peut être amené à modifier quelque peu les itinéraires indiqués en fonction des conditions d'enneigement, de la météo, du niveau et de la forme des participants.

# FICHE PRATIQUE

## ACCUEIL

Le dimanche en gare de Saint Gaudens à 9h.

## DISPERSION

Le samedi suivant en gare de Saint Gaudens vers 11h.

## FORMALITES

Aucun certificat de vaccination n'est exigé pour les voyageurs.

Etre à jour de ses vaccinations.

Penser à apporter votre Carte Européenne d'Assurance Maladie, qui est valable 1 an et qu'il faudra demander à votre Caisse d'Assurance Maladie 15 jours avant votre départ.

Cependant le rappel du tétanos est conseillé.

## NIVEAU

### 2 CHAUSSURES

Randonnée pour personne en bonne forme physique, qui connaît et qui a déjà pratiqué ou pratique la raquette ou qui souhaite la découvrir. Dénivelé positif de **450 à 650 m** pour **4 à 5h30** de marche sur terrain enneigé mais sans difficulté technique. Progression en terrain peu difficile.

Niveau	Dénivelé	Temps de marche
1	Jusqu'à 400 m	4 à 5h
2	<b>300 à 600 m</b>	<b>3 à 5h</b>
3	600 à 800 m	5 à 6h
4	700 à 1200 m	5 à 7h
5	1000 m et +	7h et +

Les conditions de neige évoluent en permanence : dure ou molle, profonde ou stable, elle rend la progression différente d'une semaine à l'autre. Ce paramètre imprévisible fait partie prenante de votre séjour et peut modifier votre aisance.

## HEBERGEMENT

En hôtel \*\*, confortable en formule Double ou Twin ou Single, avec salle de bain, WC, TV dans la chambre.

## RESTAURATION

En pension complète

- Le petit déjeuner est proposé sous forme d'un buffet continental (boissons chaudes et froides, pains, viennoiseries, céréales, yaourts, charcuteries, fromage et fruits...)
- Les pique-niques sont préparés par votre accompagnateur sous forme de salades composées à base de produits locaux. Equilibrées et variées, elles sont complétées par du fromage, un fruit et une gourmandise chocolatée. (Le pique-nique n'est pas compris pour les personnes ne désirant pas participer à une journée de randonnée)
- Le repas du soir est servi sous forme de buffet avec un large choix d'entrées, de plats et de desserts.

Pour ce forfait, les boissons restent à votre charge.

## TRANSFERTS INTERNES

En minibus pour le transfert France - Vallée d'Arties.

De plus, pour ceux qui souhaitent se rendre en Espagne pendant le séjour avec leur véhicule ou après le séjour, sachez qu'il est obligatoire d'avoir dans son véhicule :

- 2 triangles de signalisation
- 1 gilet de signalisation réfléchissant

## PORTAGE DES BAGAGES

Portage dans votre sac à dos de vos affaires personnelles ainsi que de votre pique-nique.

## GROUPE

De 4 personnes minimum à 8 personnes maximum.

## ENCADREMENT

Par un accompagnateur en montagne diplômé connaissant bien le pays, le massif et les parcours. Professionnel enthousiaste, il sera à même de vous faire partager ses connaissances et son engouement pour le milieu naturel et ceci en toute sécurité. Sa passion du métier l'engage à s'adapter aux conditions météorologiques, aux contraintes du terrain et autres aléas, à gérer le rythme et la condition physique de chacun, tout en restant disponible.

## MATERIEL FOURNI

- une paire de Raquette à neige, modele TSL
- une paire de bâton par personne
- kit de sécurité (DVA, pelle, sonde)

## EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

**La météo peut vite changer en montagne. Un équipement adéquat vous permettra de passer ce séjour dans les meilleures conditions.**

### Pour l'hôtel :

- Un sac ou une valise pour vos affaires des 7 jours
- Vos affaires de rechange
- Une trousse de toilettes
- Une paire de chaussures légères type chaussons pour le soir
- Un maillot de bain (facultatif)
- Pour les lunettes de vue, pensez à prendre une paire de rechange.

### Équipement vestimentaire pour la randonnée

La technique des 3 couches permet de rester au chaud et au sec.

1. Couche respirante
2. Couche isolante
3. Couche protectrice

Pour appliquer cette méthode, il vous faut

- Tee-shirts manches longues thermiques et respirants (pas de coton)
- Veste ou sweat polaire type Polartec
- Veste imperméable, respirante et coupe-vent avec capuche. (Le Gore-tex reste le matériau de référence)
- Un pantalon de randonnée type Softshell, chaud, respirant et déperlant avec si possible guêtres pare-neige intégrées
- Un sur-pantalon imperméable, léger et compressible (type Gore -Tex)
- Paires de chaussettes montantes et chaudes (Merinos)
- Bonnet
- Gants chauds et étanches, sous-gants en soie (2 paires si possible)

### **Pour la randonnée**

- Un sac à dos de 30/40 litres avec une ceinture ventrale
- Une housse de protection du sac à dos (souvent intégrée dans celui-ci)
- Une paire de chaussures imperméables avec un bon maintien de la cheville (Pas de bottes ou d'après ski)
- Une paire de guêtres (si non intégrée dans le pantalon)
- Une pochette étanche pour vos papiers, téléphone etc...
- Une poche plastifiée pour protéger vos affaires à l'intérieur du sac à dos
- Protection solaire (crème et stick à lèvres)
- Lunettes de soleil catégorie 3 ou 4 / Masque
- Une boîte avec un couvercle hermétique (type Tupperware) pour le pique-nique
- Couverts, couteau et gobelet
- Petit tapis de sol (pour vous asseoir pendant la pause déjeuner)
- Papier toilette
- Briquet
- Couverture de survie
- Une paire de lacets de rechange.

### ***Une petite pharmacie personnelle (votre guide a une pharmacie pour le groupe)***

- Vos médicaments si traitement
- Médicament antalgique (douleurs et fièvre), anti diarrhéique, anti-inflammatoire et un anti spasmodique
- Pastilles pour la toux
- Pansements
- Double peau type Compeed



## **SAVOIR VIVRE ET RESPECT DE L'ENVIRONNEMENT :**

Quelques règles de bonne conduite à connaître :

- Ne laisser aucun déchet errer dans la montagne, emportez toujours vos poubelles jusqu'au refuge.

# DATES ET PRIX

## DATES ET PRIX

Du DIMANCHE au SAMEDI

05/01 au 11/01/2025  
12/01 au 18/01/2025  
19/01 au 25/01/2025  
26/01 au 01/02/2025 \*  
02/02 au 08/02/2025 \*  
09/02 au 15/02/2025 \*  
16/02 au 22/02/2025 \*  
23/02 au 01/03/2025 \*  
02/03 au 08/03/2025  
09/03 au 15/03/2025  
16/03 au 22/03/2025

### TARIFS en hôtel \*\*

**875 € \*** par personne (Haute saison)

**805 €** par personne (Basse saison)

Supplément chambre individuelle : + **160 €**

Supplément chambre individuelle : + **200 € \***

Tarif Nuit supplémentaire en demi-pension en Twin (BS) : **65 €** par personne

Tarif Nuit supplémentaire en demi-pension en Twin (HS) : **75 € \*** par personne

Tarif Nuit supplémentaire en demi-pension en Single (BS) : **85 €** par personne

Tarif Nuit supplémentaire en demi-pension en Single (HS) : **95 € \*** par personne

## LE PRIX COMPREND

- L'encadrement par un accompagnateur en montagne,
- Le prêt de matériel : raquettes TSL, bâtons, kit de sécurité (DVA, pelle, sonde)
- L'hébergement en pension complète du midi du jour 1 au jour 7 le matin,
- Les transferts A/R de la gare de St Gaudens avec notre minibus de 8 personnes,

- La taxe de séjour.

## **LE PRIX NE COMPREND PAS**

- Les boissons,
- Les dépenses personnelles,
- Les assurances,
- Tout ce qui n'est pas indiqué dans "Le prix comprend".

### **POURBOIRES :**

Aujourd'hui, le pourboire est généralement facultatif et est laissé à votre libre appréciation, selon votre satisfaction à la fin de votre voyage. Il est d'usage de donner un pourboire à votre guide et à l'équipe locale. Il doit être adapté en fonction du niveau de vie du pays et de la durée de votre voyage. C'est un geste symbolique qui récompense une prestation de qualité par rapport à la prestation reçue.

# POUR EN SAVOIR PLUS

## TERRITOIRE ET CULTURE

### INFORMATION SUR LA RÉGION : LE VAL D'ARAN

[Le Val d'Aran](#) est un petit territoire de haute montagne qui se trouve au nord-ouest de la Catalogne, en plein centre des Pyrénées.

La vallée est à la frontière de deux États : la [France](#) et l'[Espagne](#), mais aussi de plusieurs régions historiques : [Gascogne](#), [Languedoc](#), [Catalogne](#) et [Aragon](#). La Garonne y prend officiellement sa source avant de se prolonger en France.

Depuis la Haute-Garonne, c'est la porte d'entrée vers la Catalogne et l'Espagne.

Sa situation privilégiée en fait l'unique vallée d'Espagne à caractère atlantique. En hiver, de par son caractère isolé, le Val d'Aran est reconnu pour la qualité de sa neige. D'une superficie de 620 Km<sup>2</sup> avec 30% de son territoire au-dessus des 2.000 m d'altitude, le Val d'Aran est doté d'une identité forte et unique, une culture, des traditions millénaires et une langue : l'Aranais, une variété du dialecte [gascon](#), lui-même variété de la langue [Occitane](#).

Sa culture Occitane est symbolisée par la croix de Toulouse avec en son centre les armoiries d'Aran. La vallée abrite le Parc National d'Aigüestortes et le Lac de Sant Maurici, un vrai paradis pour les randonneurs ainsi que la plus grande station de ski de la péninsule Ibérique, Baqueira Beret.

## CLIMAT

La région est caractérisée par un climat montagnard sous influence océanique dû à son orientation particulière, différente de celle des autres vallées de la zone