



LE SPÉCIALISTE DE LA RANDONNÉE EN LIBERTÉ

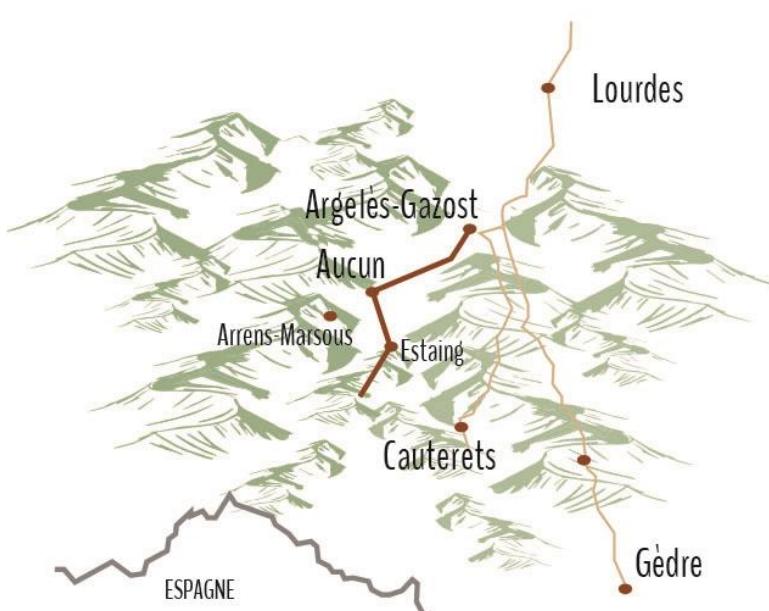
BALCONS DU VAL D'AZUN Villages préservés et lacs paisibles



Une palette de couleurs allant du bleu du ciel et des lacs au vert omniprésent des vallons boisés aux innombrables pâturages; sous le soleil étincelant les neiges scintillantes quelquefois aperçues sur les flancs du magistral Balaïtous.

Vous marcherez à la découverte de villages préservés au bâti typique et aux granges habilement restaurées ; quelquefois parmi les troupeaux en liberté, habitués à nos pas, qui nous mèneront sur de beaux balcons.

Au cœur d'une vallée très lumineuse et à l'hébergement confortable et rodé à l'accueil de nos randonneurs...



LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied
32 Place Limozin 43170 SAUGUES

Tél : +33 (0)4 71 74 47 40 \ contact@lapelerine.com \ <https://www.lapelerine.com/>



7 jours, 6 nuits et 6 jours de randonnées

JOUR 1 : ARGELES - GAZOST

Arrivée à Argelès-Gazost en fin d'après-midi. Installation à l'hôtel.

JOUR 2 : MONT DE GEZ

12 km

5 heures de marche

D+650m / D-650m

Boucle par le Mont de Gez, premier contact avec les belles forêts du Bergons où se mêlent à loisir noisetiers, châtaigniers et autres feuillus pour un panoramique étonnant sur l'ancienne auge glaciaire de la vallée des gaves. Nuit à Argelès-Gazost.

JOUR 3 : ARRAS – AUCUN

Option facile : 9 km

3 heures 30 de marche

D+ 400 m / D-230 m

Option sportive : 12 Km

5 heures de marche

D+700 m / D - 530 m

Transfert le matin pour Arras. Par le col d'Arras et les immenses hêtraies sapinières, grand balcon sur le val d'Azun et les vastes pâturages du pic voisin du Cabaliros. Les villages et les moulins s'égrènent parmi les prairies de fauche et les granges aménagées. Nuit en hôtel** avec piscine.

JOUR 4 : AUCUN – AUCUN

Option facile : 14 km

5 heures 45 de marche

D + 750 m / - 750 m

Option sportive : 15 km

7 heures de marche

D+1050 m / D - 1050 m

A la découverte de la haute vallée du Bergons avec l'ascension possible de son pic fétiche, puis passage de plusieurs cols souvent au milieu des brebis entre vallée de l'Ouzom et val d'Azun, parfois sous les orbes gracieux des vautours et autres grands voiliers. Nuit en hôtel** avec piscine.



JOUR 5 : AUCUN – LAC D'ESTAING

Option facile : 11 km	4 heures 30 de marche	D+ 500 m / D - 200 m
Option sportive : 12 km	5 heures 30 de marche	D+ 800 m / D - 500 m

Changement de vallée et d'ambiance, les toits des granges ont des pentes plus redressées; au fil du mythique sentier GR 10 pour approcher la haute montagne, ses neiges éternelles et le Parc National des Pyrénées Occidentales, jusqu'au lac d'Estaing, lac de montagne ayant inspiré Lamartine. Nuit à Aucun.

A 17h30, rendez-vous au lac d'Estaing pour un transfert retour à Aucun. (15' à 20' minutes) > Nuit en hôtel.

JOUR 6 : ESTAING – ESTAING (PARC NATIONAL DES PYRENNEES)

Option facile : 15 km	5 heures de marche	D + 500 m / D - 500 m
Option sportive : 18.5 km	7 heures 15 de marche	D + 1100 m / D - 1100 m

Transfert le matin à 9h de Aucun au lac d'Estaing (15' à 20' minutes)

Le décor est désormais tout autre pour une superbe incursion au cœur du Parc National, où la randonnée va picorer des lacs de montagne, reliquats d'anciennes glaciations; les marmottes et isards sont désormais tout proches.

Rendez-vous à 17h30 au lac d'Estaing pour revenir à Aucun. > Nuit en hôtel.

JOUR 7 : ESTAING – ARGELES GAZOST

14,5 Km	4 heures de marche	D + 200 m / D - 800 m
---------	--------------------	-----------------------

Transfert de Aucun à Estaing.

Agréable balade le long de la vallée d'Estaing à travers noisetiers, clairières inattendues et villages en balcon.

Possibilité d'un transfert direct en taxi de Aucun à Argeles Gazost (le matin)

→ pas de randonnée dans ce cas-là : sans supplément, et sur demande à l'inscription.



› DATES et TARIFS

Départ possible tous les jours du 10 juin au 22 septembre.

Prix par personne : 755 €

Supplément chambre individuelle : 205 €

Il est préférable de résERVER le plus tôt possible, cela nous permettra d'organiser au mieux votre circuit en respectant le programme prévu, sans transfert, ni supplément. Le cas échéant, veuillez nous préciser à l'inscription si plusieurs dates de départ sont possibles : ceci au cas où un ou plusieurs hébergements seraient complets aux dates retenues.

!!! A partir de 2 participants !!!

› LE PRIX COMPREND

- Les frais d'organisation
- L'hébergement en demi-pension
- Le transport des bagages entre chaque étape
- Les transferts prévus au programme
- Un dossier départ complet pour 2 personnes (cartographie, topo-guide descriptif de la randonnée, liste des hébergements, étiquettes bagages...) et les traces gpx
- La taxe de séjour.

› LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les pique-niques
- Les boissons pendant et en dehors des repas
- Le transport de votre domicile aux lieux de rendez-vous et dispersion
- Les éventuelles visites
- Les assurances
- La taxe de séjour est comprise dans le tarif.
- les frais d'inscription (+15€ par personne)
- les frais d'envoi à l'étranger (+20 € par dossier)
- les frais de traitement prioritaire pour toute inscription à J-15 (+45€ par dossier).



Rendez-vous :

Afin d'organiser au mieux votre séjour, veuillez nous informer impérativement à l'inscription de votre mode d'arrivée (train ou voiture)



Accès en train : le jour 1 à 18H en gare SNCF d'Argelès-Gazost (65) ; un taxi vous attendra pour un court transfert vers votre hôtel.

Accès en voiture : le jour 1 en fin d'après-midi. Depuis Lourdes, suivre la D 821 en direction d'Argelès Gazost.

Parking :

Vous pouvez laisser votre véhicule à Argelès - Gazost sur le parking de l'hébergement des jours 1 et 2. Nous et l'hôtel déclinons toute responsabilité en cas de sinistre.

Dispersion :

Possibilité de transfert en taxi le matin du jour 7, sans supplément et sur simple demande à l'inscription, de Aucun à Argelès Gazost.

> Retour en train : le jour 7 dans l'après-midi en gare SNCF d'Argelès-Gazost (65).





En moyenne 500 à 700 m de dénivelé positif et 4 à 5 heures de marche effective par jour. Vous aurez la possibilité d'opter pour un **parcours plus sportif** sur 4 journées : 700 à 1000 m de dénivelé positif et 5 à 7 heures de marche effectives.

Cet itinéraire s'effectue sans accompagnateur et sous votre propre responsabilité. Nous vous fournissons toutes les indications et la logistique nécessaires au bon déroulement de votre randonnée. Vous devez être capable d'autonomie en jugeant de vos forces et en appréciant des situations inattendues (fatigue, météo, présence d'animaux, modification du terrain, etc...). Terrain : alternance de bons sentiers et de quelques pistes et chemins plus larges.

Nous déclinons toute responsabilité en cas d'erreur de votre part concernant l'orientation (erreur ou changement d'itinéraire) ou la gestion du temps (départ trop tardif le matin, pause pique-nique trop longue...).

Dénivelé positif maximum : + 750 m
Dénivelé total en montée : + 3 000 m

Dénivelé total en descente : - 3 230 m
Altitude mini / maxi de passage : 465 m / 1 668 m

	Jour 1	Jour 2	Jour 3	Jour 4	Jour 5	Jour 6	Jour 7
Dénivelé positif	-	+ 650 m	+ 400 m	+ 750 m	+ 500 m	+ 500 m	+ 200 m
Dénivelé négatif	-	- 650 m	- 230 m	- 750 m	- 200 m	- 500 m	- 900 m
Distance	-	12 km	9 km	14 km	11 km	15 km	14,5 km
Durée de marche	-	4 h 15	3 h 30	5 h 45	4 h 30	5 h	4 h

Parcours sportif :

Dénivelé positif maximum : + 1 100 m
Dénivelé total en montée : + 4 500 m

Dénivelé total en descente : - 4 730 m
Altitude mini / maxi de passage : 465 m / 2 242 m

	Jour 1	Jour 2	Jour 3	Jour 4	Jour 5	Jour 6	Jour 7
Dénivelé positif	-	+ 650 m	+ 700 m	+ 1050 m	+ 800 m	+ 1100 m	+ 200 m
Dénivelé négatif	-	- 650 m	- 530 m	- 1050 m	- 500 m	- 1100 m	- 900 m
Distance	-	12 km	12 km	15 km	12 km	18,5 km	14,5 km
Durée de marche	-	4 h 15	5 h	7 h	5 h 30	7 h 15	4 h



NB : la durée est donnée à titre indicatif et correspond aux heures effectives de marche (hors pauses).

› HÉBERGEMENTS

En hôtel ** et *** avec piscine couverte (4 nuits)

Chambre individuelle possible avec supplément.

Les repas de midi sont à votre charge ; vous pourrez soit vous ravitailler au cours de la semaine soit, sur demande la veille, vos hôtes pourront vous préparer des pique-niques. Les repas sont la plupart du temps composés du menu du jour (pas de choix de menu). Les coordonnées des hébergements vous seront fournies avec votre dossier de randonnée.

Avant le départ, veuillez nous signaler tout renseignement important pour le bon déroulement de votre séjour (régime alimentaire spécifique, allergies...).

Informations :

Disparues depuis bien longtemps, des petites bêtes (6 mm) appelées « punaises de lit », ont refait leur apparition dans certains hébergements situés sur des itinéraires de randonnées, en montagne comme en bord de mer. Elles sont apportées par les marcheurs eux-mêmes, mais également par de simples voyageurs qui les véhiculent à leur insu dans leurs sacs à dos ou sur leurs vêtements... (Cela n'a rien à voir avec l'hygiène). Certains hébergements en ville hors chemin de randonnées subissent également ce phénomène. Ces punaises piquent comme des puces ou des moustiques, pendant le sommeil et dans certains cas peuvent provoquer des allergies. En prévention de ces piqûres, une association a choisi un insecticide respectueux de l'environnement et de la santé avec une formule à base de pyrèthre naturel et d'huiles aromatiques, 100% naturel et labellisé Eco-Cert. Nous vous conseillons donc de protéger votre bagage dès le début du voyage avec un spray. Ce petit contenant pas trop lourd (120 ml) est mis en vente sur certains chemins chez certains hébergeurs. Ce spray est à pulvériser essentiellement sur l'intérieur et l'extérieur de l'ensemble du bagage et sur le contenu.

Vente en ligne : [Comment éviter d'avoir des punaises de lit lors du pèlerinage de Compostelle \(lescheminsverscompostelle.fr\)](http://lescheminsverscompostelle.fr)

CLAKO punaises & CLAKO Tiques - Clako Punaises (clako-punaises.com)



› RESTAURATION

Les petits déjeuners sont traditionnels (parfois sous forme de buffet) et sont servis vers 8H. Si vous souhaitez prendre votre petit déjeuner plus tôt, voir avec chaque hôtelier la veille, si cela est possible.

Les repas de midi sont à votre charge ; vous pourrez soit vous ravitailler au cours de la semaine soit, sur demande la veille, vos hôtes pourront vous préparer des pique-niques.

Les repas sont la plupart du temps composés du menu du jour (pas de choix de menu). Les coordonnées des hébergements vous seront fournies avec votre dossier de randonnée.

Avant le départ, veuillez nous signaler tout renseignement important pour le bon déroulement de votre séjour (régime alimentaire spécifique, allergies...).

Les dîners sont en général servis à partir de 19h30 ; ils sont composés la plupart du temps du menu du jour (pas de choix de menu dans la majorité des hébergements).

› TRANSPORT DES BAGAGES

Vous porterez uniquement vos affaires pour la journée et votre pique-nique. Le reste des bagages sera acheminé par un transporteur qui effectuera également les navettes prévues au programme.

Pour organiser au mieux la logistique nous vous prions d'indiquer sur vos bagages (étiquettes fournies) le nom de la personne responsable du groupe (qui a réservé la randonnée). Poids du bagage : **10 kg maximum.**



› DOSSIER DE VOYAGE

Pour effectuer cette randonnée, nous vous enverrons, au versement du solde, un dossier de voyage comprenant la liste des hébergements et le topo guide (**1 topo-guide par chambre réservée**). Si vous souhaitez un dossier de voyage supplémentaire, il vous sera facturé + 20 € / dossier.

› LISTE DES AFFAIRES À EMPORTER

Le bagage suiveur

Pour les affaires qui suivent entre les hébergements, prévoir un seul bagage suiveur (sac souple de 10 kg maximum) par personne en évitant les valises rigides autant que possible.

Le sac à dos

Pour les affaires de la journée (+/- 30 litres).

- Fond de sac (vêtement de pluie, vêtement chaud, lunettes de soleil, crème solaire, trousse à pharmacie, nécessaire de pique-nique)
- Pique-nique du jour et de l'eau en quantité suffisante
- Affaires personnelles (papiers d'identité, carte européenne d'assurance maladie pour les circuits en Espagne et en Andorre, guide faune et flore, appareil photo, etc.)
- Pour les circuits liberté, dossier de voyage avec cartes, topo-guide, boussole, téléphone portable (batterie chargée), coordonnées des hébergement, numéro d'urgence.

Le pique-nique

- Gobelet ou quart
- Une boîte hermétique en plastique (environ 0,8 l)
- Couverts légers (fourchette, couteau pliant)
- Gourde (1,5 l minimum) ou poche à eau selon votre préférence

Les chaussures

C'est l'un des éléments les plus importants. Elles doivent être avant tout confortables, imperméables et respirantes. Un bon maintien de la cheville est indispensable. Si vous devez acheter une nouvelle paire, nous vous conseillons d'essayer vos chaussures avant de commencer votre séjour. Ne prenez pas une pointure trop petite, car vos pieds auront tendance à gonfler pendant la marche. Prévoir des chaussures à tiges hautes, avec une semelle de type Vibram avec une



bonne accroche. Attention à vos chaussures restées trop longtemps dans un placard, au bout d'un certain temps les semelles se décollent et les coutures peuvent se déchirer.

Les vêtements et équipement spécifiques pour la randonnée

- Veste coupe-vent imperméable (type goretex) ou cape de pluie
- Vêtement chaud (veste polaire ou pull)
- Pantalon pour la marche, short, tee-shirt (privilégiez des matières respirantes)
- Protection solaire (lunettes, chapeau ou casquette, crème, stick à lèvres)
- Maillot de bain (baignade sous votre propre responsabilité)
- Gants fins et bonnet
- Mini-pharmacie : médicaments personnels, compeed pour les ampoules, élastoplaste, gaze, désinfectant, antalgique, biafine, arnica (crème ou granules), une couverture de survie...

Et pourquoi pas :

- Bâtons de marche télescopiques qui favorisent la stabilité et soulagent les articulations
- Guêtres ou "stop-tout" très efficaces par temps de pluie ou simplement dans l'herbe humide

› BIBLIOGRAPHIE

- Dictionnaire des Pyrénées de André Levy
- Les Pyrénées de Claude Dendaletche
- La grande flore illustrée des Pyrénées de Marcel Saule



Dans un monde en constant développement, il peut être pertinent de prendre son temps et de se recentrer sur l'essentiel. La randonnée est une activité proche de la nature et du local, qui invite à la réflexion. Aujourd'hui, le tourisme responsable s'implante dans le paysage, portant des valeurs essentielles pour le monde de demain. La Pèlerine s'engage dans cette démarche en vous rappelant quelques points à garder à l'esprit lors votre séjour de randonnée :

- **Préparez-vous et prévoyez**
 - Informez-vous sur les particularités du lieu visité, la culture, les traditions et respectez la réglementation en vigueur.
 - Explorez en petits groupes de 4 à 6 personnes.
 - Emportez avec vous de l'eau et des collations en quantité suffisante.
 - Evitez les périodes de haute fréquentation
- **Laissez intact ce que vous trouvez**
 - Laissez les pierres, plantes et tout objet naturel, historique ou culturel sur place et dans leur état naturel
- **Respectez la vie sauvage**
 - Observez la faune à distance. Ne suivez pas et n'approchez pas les animaux sauvages.
 - Abstenez-vous toujours de nourrir les animaux sauvages
- **Restez sur les sentiers**
 - Utilisez les sentiers aménagés existants
 - Marchez en file indienne au milieu du sentier, même s'il est boueux ou mouillé
- **Minimisez vos déchets & Gérez-les de façon responsable**
 - Favorisez les contenants réutilisables
 - Rapportez vos restes et déchets de manière à éliminer les traces de votre passage
- **Respectez les autres usagers**
 - Soyez respectueux des autres visiteurs et soucieux de la qualité de leur expérience
 - Soyez courtois. Laissez le passage aux autres sur le sentier



Application mobile gratuite pour signaler un incident sur votre parcours (signalétique, conflit d'usage, pollution...). Un administrateur sera informé automatiquement.



Nos assurances, **Tranquillité CB** et **Tranquillité** sont individuelles et facultatives. Il vous appartient avant ou au cours de votre voyage de contacter personnellement l'assureur qui vous garantit pour votre voyage pour déclencher l'assurance. **La prime d'assurance, les frais de visa, les frais d'inscription ne sont remboursables ni par La Pèlerine ni par l'assureur.** Pour connaître les modalités contractuelles exactes, en particulier le périmètre des garanties, franchises et exclusions, nous vous recommandons de lire attentivement les conditions contractuelles complètes ainsi que les documents d'informations produits accessibles sur demande auprès de La Pèlerine ou sur le site www.lapelerine.com rubrique « Conditions de Vente ». Un exemplaire du contrat, détaillant les garanties souscrites et la procédure à suivre, vous sera adressé en même temps que la confirmation de votre inscription, ou sur simple demande.

Les assurances proposées doivent être souscrites au moment de l'inscription ou dans les 48h après l'inscription au voyage.

La souscription à nos assurances est accessible à tous, quel que soit votre pays de résidence.

Le contrat Tranquillité (assurance Assistance/Rapatriement, assurance annulation et interruption de séjour) est facturé 4.15 % du prix total du voyage.

Le contrat Tranquillité CB (Les garanties et plafonds viendront en complément de ceux de votre carte Visa Premier, Infinite, Master Card Gold, Platinum, après refus de celle-ci) est facturé 3.15% du prix total du voyage.

En cas d'annulation de votre part, et si vous n'avez pas souscrit à notre assurance annulation, des frais d'annulation seront retenus.

Le montant des frais dépend de la date d'annulation :

- 1) plus de 31 jours avant le départ : 15% du montant du voyage.
- 2) entre 30 jours et 21 jours avant le départ : 30% du montant du voyage.
- 3) entre 20 jours et 14 jours avant le départ : 55% du montant du voyage.
- 4) entre 13 jours et le jour du départ : 75% du montant du voyage.



➤➤ En cas d'annulation de la personne avec laquelle vous deviez partager la chambre, le supplément chambre individuelle vous sera facturé. Celui-ci vous sera ensuite remboursé par l'assurance à condition que son supplément soit inférieur au frais d'annulation.

Pour une annulation avant le départ, contactez La Pèlerine au +33 (0)4 71 74 47 40, qui se chargera des procédures.

Durant le séjour, avant toute démarche, contactez **ASSISTANCE MUTUAIDE** au +33 (0)1 45 16 43 47 (que vous ayez souscrit au contrat Tranquillité ou Tranquillité CB).

Si vous avez des questions sur votre contrat, vous pouvez contacter la Hot Line au 05 32 09 21 81.

La non-présentation le jour du départ ou abandon en cours de séjour non justifiés, ne donne droit à aucun remboursement.

Un exemplaire du contrat, détaillant les garanties souscrites et la procédure à suivre, vous sera adressé en même temps que la confirmation de votre inscription, ou sur simple demande.

MODIFICATION DE RESERVATION :

ATTENTION !

Des frais de dossier (50 €) seront retenus pour tout changement sur la réservation déjà effectuée (type de chambre, date de départ, nombre de personnes...).

Les réservations éventuelles de nuits supplémentaires en début ou en fin de randonnée doivent se faire obligatoirement à l'inscription et être spécifiées sur le bulletin de réservation. Une fois les dossiers confirmés, ces réservations devront se faire directement auprès de l'hébergement concerné et être payées sur place.



- Le chemin de Stevenson
- Le chemin Urbain de Nasbinals à Ispagnac
- Le tour de l'Aubrac



- Si nous n'avons pas répondu à toutes vos questions,
 - appelez-nous au +33 (0)4 71 74 47 40 -

LA PELERINE VOUS SOUHAITE UNE AGREABLE RANDONNÉE

