

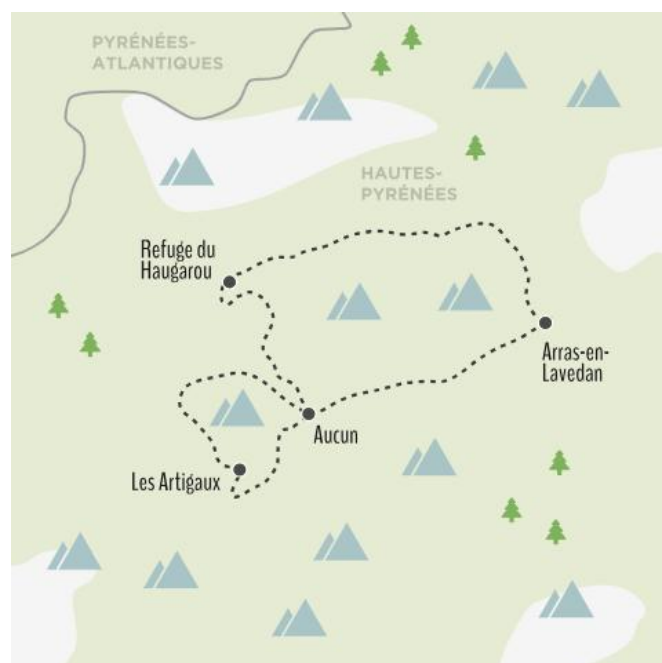


NOS SÉJOURS EN FAMILLE

LE TOUR DU VAL D'AZUN EN FAMILLE AVEC UN ANE



De village en village, cet itinéraire nous fait plonger dans le territoire préservé du Val d'Azun, ses paysages intimistes, ses savoir-faire traditionnels, sa douceur de vivre... La présence de notre ami l'âne rend accessible et plaisante pour les enfants cette très belle randonnée en moyenne montagne. Jouant à "saute montagne" entre les vallées, cette douce itinérance nous fait découvrir le sublime et secret Val d'Azun, ses habitations typiques, ses sous-bois vivants, ses troupeaux pâturent dans cet environnement bucolique, le berger dans les environs... Le tout devant un enchaînement de panoramas exceptionnels sur les hauts sommets, tout proche... L'âne sera le complice de vos enfants car il est familier, doux et affectueux... même si parfois un peu têtu. Le séjour est réalisable en 5 ou 6 jours avec un parcours adapté à chaque durée. Un itinéraire idéal pour un lâcher prise total, en famille.



Selon l'option choisie :

Formule 5 jours : 5 jours, 4 nuits, 4 jours de randonnée

Formule 6 jours : 6 jours, 5 nuits, 5 jours de randonnée

JOUR 1 : ARRAS-EN-LAVEDAN - HAUGAROU

3h30 de marche

+300m/-70m



Rendez-vous à Arras en Lavedan. Présentation du séjour, de l'âne et petite initiation aux précautions à prendre avec notre nouvel ami, par Florence, propriétaire des ânes ! Puis départ pour la grande aventure de Arras à Haugarou par le col d'Arras et la vallée forestière du Bergons. Vanessa et Mathieu vous accueilleront chaleureusement dans leur gîte-refuge tout récemment rénové, en plein coeur de la forêt du Bergons, pour passer une superbe première soirée.

JOUR 2 : HAUGAROU – AUCUN

3h30 de marche

+300m/-600m



Du refuge d'Haugarou, montée jusqu'au bucolique et agréable col de Couraduque, point de départ de nombreuses randonnées. Puis, courte traversée vers le col de Couret, et sa superbe vue plongeante sur le Val d'Azun. De là, vous descendez tranquillement jusqu'au village de Gaillagos, avant de suivre l'itinéraire jusqu'au village voisin d'Aucun, où vous regagnez votre bel

hôtel*** pour les 2 nuits à venir, avec piscine, mini-golf... idéal pour petits et grands !

JOUR 3 : AUCUN – LES ARTIGAUX - AUCUN

3h30 de marche

+350m/-350m



Depuis l'hôtel, départ vers le ravissant quartier des Artigaux. Ce plateau d'altitude, blotti à 1200m au pied du joli Pic de Berbeillet, est un réel havre de paix. Dans cet environnement verdoyant relativement sauvage et préservé, prennent part de splendides granges, au milieu desquelles vous prenez plaisir à déambuler, à l'ombre des forêts bordant le chemin. Retour à l'hôtel pour une seconde soirée.



JOUR 4 : AUCUN - ARRAS-EN-LAVEDAN

3h20 de marche

+350m/-500m

5h20 de marche

+600m/-800m



Traversée du Val d'Azun en empruntant les anciens chemins reliant successivement les villages de Gaillagos et d'Arcizans-Dessus, dont vous découvrirez le riche patrimoine (architecture, musée montagnard, moulins...). Puis, vous arrivez à proximité du col d'Arras, le point de départ de votre randonnée voilà quelques jours. Il est déjà le moment de dire au revoir à votre compagnon d'aventure, avant de descendre tranquillement jusqu'à Arras en Lavedan, pour récupérer votre véhicule et rejoindre vos chambres d'hôtes confortables.

Si vous avez choisi la formule "option 6 jours / 5 nuits", vous descendez jusqu'à Arras avec votre âne, que vous laissez pour la soirée à la ferme de Florence, avant de revenir le chercher pour la dernière journée demain !

JOUR 5 : ARRAS-EN-LAVEDAN

3h de marche

+450m/-450m



Journée selon formule choisie :

Formule 5 jours : Fin de séjour.

Formule 6 jours : Boucle au départ d'Arras-en-Lavedan Sur de jolis sentiers et d'anciens chemins pavés déambulant à travers bois de chênes et châtaigniers, laissant entre-apercevoir des villages typiques aux toits d'ardoises. Après le contournement du sommet à priori

modeste, l'arrivée au belvédère du Mont de Gez, sur lequel ont été déposés d'énormes blocs erratiques par les glaciers du quaternaire, est remarquable. Après quelques dernières caresses et un bel au revoir à votre âne, descente à Arras par le Chemin du Château, et nouvelle nuit dans vos chambres d'hôtes

JOUR 6 : ARRAS-EN-LAVEDAN

Fin de séjour si formule 6 jours

Dispersion après le petit-déjeuner.

Des éléments indépendants de notre volonté (météo, aléa logistique, divers...) peuvent amener notre équipe à modifier le programme. Nous demeurerons attentifs à votre satisfaction mais votre sécurité sera systématiquement privilégiée.



Bien qu'il soit capable de porter un enfant, l'âne n'est pas équipé pour cela. Sur ce séjour, il est votre compagnon de marche, sur lequel vous pouvez vous délester de vos sacs à dos, mais il n'est en aucun cas là pour porter vos enfants durant la randonnée.



- Les paysages paisibles et bucoliques
- Les adorables petits villages, idéal pour décrocher et se retrouver en famille
- L'âne est affectueux et entraîné

> DATES et TARIFS

Du 14 mai au 15 septembre, aux dates de votre convenance et suivant la disponibilité des hébergements.

Merci d'indiquer sur le bulletin de réservation les autres dates qui vous conviendraient également (ex : possibilité de décaler la randonnée d'un ou deux jours avant ou après...); ceci au cas où un ou plusieurs hébergements ne seraient pas disponibles aux dates choisies.

Nous vous demandons également de **réserver le plus tôt possible**. Nous n'avons pas de places réservées dans les hébergements et certains d'entre eux sont complets parfois plusieurs mois à l'avance.

Prix par personne (formule 5 jours) :

Adulte :	625€
Enfant de 6 à 12 ans :	575€
Formule 6 jours :	+100€

A partir de 2 participants (dont au moins un enfant). Conseillé à partir de 6 ans
Pas de chambre individuelle (pour 1 personne) possible.

> LE PRIX COMPREND

- 4 ou 5 nuits en demi-pension (selon formule choisie),
- Le transport des bagages,
- La mise à disposition d'un carnet de voyage avec carte et topo-guide,



- La taxe de séjour,
- La location de l'âne pendant 4 ou 5 jours (selon la formule choisie)

> LE PRIX NE COMPREND PAS


- Les assurances
- Le pique-nique du midi
- Les boissons et dépenses personnelles.
- Les trajets pour vous rendre au point de départ de chacune des visites et randonnées.
- Les frais d'inscription (+15€/pers.),
- Les frais d'envoi à l'étranger (+20€/dossier),
- Les frais de traitement prioritaire pour toute inscription à J-15 (+45€/dossier).

> ACCUEIL / DISPERSION

Rendez-vous le Jour 1 à 9h30 sur le parking de la place de la Mairie à Arras en Lavedan. Possibilité de prise en charge/dispersion à Argeles-Gazost (arrêt bus SNCF) ; nous consulter.

Fin de programme le Jour 6 à Arras après le petit-déjeuner.

> NIVEAU

 **Niveau 1** Marche et découverte d'environ 4h et 350m de dénivelés en moyenne, par jour sur des chemins ou pistes accessibles à toute personne aimant la marche.

Randonnée de moyenne montagne, sans difficulté particulière, la plupart du temps sur sentier bien tracés, dans des paysages verdoyants et bucoliques. Idéal en famille avec des enfants à partir de 6 ans.

> HEBERGEMENTS

2 nuits en hôtel***, 1 nuit (ou 2, si option 6 jours) dans une chambre d'hôtes de charme, et 1 nuit en gîte / refuge tout récemment rénové, en chambre à partager (pour cette soirée, drap sac et serviette sont indispensables, pensez impérativement à en amener, le refuge n'en fournit pas). Accueil très sympathique et chaleureux.



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 fréquentent les mêmes lieux, 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 ! Alors, respirez et souriez !

Au-delà de ces consignes communes à l'ensemble des séjours et du matériel habituel à emporter, il faudra aussi veiller pour celui-ci : emporter un duvet (sac de couchage) léger, une paire de sandales ou de tongs, du papier toilette, et éventuellement un mini-oreiller, pour la nuit en refuge (ils ne fourniront ni draps, ni couvertures, ni serviettes...) parfois à devoir signer et respecter certaines chartes imposées par des hébergements (chartes qui vous seront transmises par nos soins) ; sans quoi vous ne pourrez y rentrer.

ATTENTION : Selon les disponibilités des hébergements nous sommes parfois contraints de changer de lieu et de modifier l'hébergement sans que cela ne nuise à votre séjour (ce qui ne change en rien le contenu de votre randonnée) ; ces précisions vous seront indiquées sur votre confirmation d'inscription si le cas se produit. Un supplément peut vous être demandé.

Information :

Disparues depuis bien longtemps, des petites bêtes (6 mm) appelées « punaises de lit », ont refait leur apparition dans de nombreuses régions de France, à la campagne comme en ville ou dans les capitales européennes. Certains hébergements situés sur des itinéraires de randonnées, en montagne comme en bord de mer en font les frais. Elles sont apportées par les voyageurs qui les véhiculent à leur insu dans leurs sacs à dos, leur valise ou sur leurs vêtements... Cela n'a rien à voir avec l'hygiène. Certains hébergements en ville hors chemins de randonnées subissent 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 labélisé Eco-Cert. Nous vous conseillons donc de protéger votre bagage et vos vêtements 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 ou dans des pharmacies. Ce spray est à pulvériser essentiellement sur l'intérieur et l'extérieur de l'ensemble du bagage et sur le contenu. Vous pouvez également demander conseil auprès de votre pharmacien qui pourra vous proposer d'autres produits alternatifs.

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 \(clako-punaises.com\)](http://clako-punaises.com)

> RESTAURATION

Repas savoureux tout au long de la semaine. Les repas de midi ne sont pas compris dans le tarif. Vous pouvez les commander à l'avance auprès des hébergeurs (paiement sur place) ou bien les confectionner vous-mêmes. Sur l'ensemble du parcours, seul le village d'Arrens est pourvu de commerces.


Prévoyez à l'avance votre pique-nique du premier jour, il n'y aura pas de commerces sur le parcours de la première étape.

> TRANSPORT DES BAGAGES

Vous ne porterez que vos affaires de la journée ; vos bagages seront transportés en véhicule par nos soins. **Livraison pour 18 H.** Limitez **le poids à 10-12 kgs**, car l'accès malaisé à certains hébergements pourrait compromettre la livraison des bagages.

Sur les sentiers de montagne, nos ânes portent au maximum 30 kg. Bien qu'il soit capable de porter un enfant, il n'est pas équipé pour cela. Sur ce séjour, **l'âne est votre compagnon de marche**, sur lequel vous pouvez vous délester de vos sacs à dos, mais il n'est en aucun cas là pour porter vos enfants durant la randonnée.

> ACCES

 **Depuis le nord** (Bordeaux), prendre direction Toulouse (A62) puis direction Tarbes/Pau (A65), puis l'A64 toujours direction Tarbes/Pau. Quitter l'A64 par la sortie 11 et suivre toujours direction Lourdes.

Trajet: environ 250 km.



Depuis l'est (Toulouse), prendre direction Tarbes (A64), sortie Tarbes Ouest, puis direction Lourdes (N21). Trajet : environ 170 km.

À Lourdes, prendre direction Argelès-Gazost. Dans Argelès-Gazost, prendre Route de l'Aubisque. Arrivée à Arras en Lavedan environ 3,5 kms après avoir quitté Argelès-Gazost.

PARKING : Vous pouvez laisser votre voiture sur les parkings situés à proximité de la mairie d'Arras en Lavedan.



Ligne Paris-Montparnasse > Bordeaux / Ligne Toulouse > Bayonne

Informations SNCF : 36 35 ou www.oui.sncf

Prendre le train pour Lourdes puis correspondance avec les bus SNCF jusqu'à Argelès-Gazost. Renseignements au 36 35 ou sur Ma Ligne des Gaves : (<http://www.transports-maligne.fr>). Puis prendre un taxi jusqu'à Arras en Lavedan. Prise en charge et dispersion possible à Argelès-Gazost (nous consulter).



Aéroport de Tarbes-Ossun-Lourdes.

Taxi jusqu'à la gare de Lourdes. Puis les bus SNCF jusqu'à Argelès-Gazost et le taxi jusqu'à Arras en Lavedan.

Prise en charge et dispersion possible à Argelès-Gazost (nous consulter).

> DOSSIER DE VOYAGE

Pour effectuer cette randonnée, nous vous enverrons, au versement du solde, un dossier de voyage comprenant la liste des hébergements, et les notes de routes (**1 topo-guide par chambre réservée**).

> LISTE DES AFFAIRES À EMPORTER

CONSEILS

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 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 kgs**, 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 paire de gants chauds
- Des tee-shirts en matière respirante à manches courtes (1 tous les 2-3 jours) et 1 ou 2 à manches longues
- 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 short ou short 3/4, confortable et solide
- Des sous-vêtements



- 1 maillot de bain (facultatif en vue d'éventuelles baignades)
- 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 "Vibram". À éprouver impérativement avant votre séjour.
- 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 nécessaire
- 1 protège-carte étanche (qui peut aussi servir de pochette étanche pour les documents mentionnés précédemment)
- 1 boussole (facultatif)
- 1 GPS (facultatif)
- 1 parapluie solide et léger (facultatif mais très utile en cas de pluie)
- 1 paire de bâtons (facultatif)
- 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 gourde filtrante (type Lifestraw®, Katadyn MyBottle®, Life Saver®...)
- 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 Tuperwear (utile si vous souhaitez emporter des salades pour votre pique-nique)
- 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)
- Des mouchoirs
- Du papier toilette
- 1 briquet (attention à ne pas provoquer d'incendie ; à n'utiliser qu'en cas de nécessité et avec un maximum de précautions)
- 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

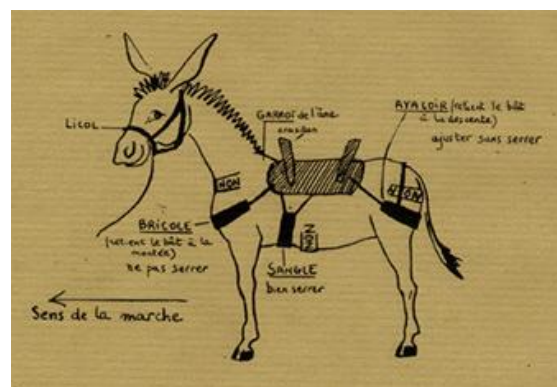
Prévenez vos compagnons de voyage de toute maladie, traitement ou autre allergie qui pourraient compliquer une prise en charge médicale en cas d'incident, ou tout malaise éventuel qui pourrait vous arriver en cours de randonnée.

- 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 échardes
- Gel désinfectant utile pour se laver/désinfecter les mains (type "Stérilium gel")



> Conseils pour conduire un âne en RANDONNÉE

Tout le long du parcours, vous tiendrez l'âne en longe. Marchez un devant les autres derrières, et au besoin agitez une petite branche. Un âne se pousse, il ne se tire jamais.



Bâtage : Approchez l'âne de face, parlez lui, ne le surprenez pas avec des gestes brusques ou des cris. Etrillez-le et brossez-le en insistant particulièrement aux endroits où repose le bât et au passage de sangles... Posez la couverture propre en avant de l'emplacement pour la faire glisser dans le sens du poil jusqu'au bon endroit. Posez le bât dans le bon sens, appuyé sur le creux de l'épaule, en arrière du garrot. Le bât tient uniquement grâce à la sangle qui passe sous le ventre - la sous ventrière- et qui serre derrière les pattes de devant, sur le sternum et non sur les côtes (ce qui l'empêcherait de respirer librement). Serrez la sangle une dernière fois (vérifiez qu'elle ne soit pas torsadée). Laissez l'âne s'habituer au bât et resserrez fermement. Les autres sangles, simplement ajustées, servent à empêcher le bât de glisser vers l'avant ou l'arrière en descente ou montée.



S'il vous échappe : Ne courez pas derrière lui... il court plus vite que vous.

Contournez-le pour lui bloquer la route ou appelez-le – évitez de crier- en agitant sa gamelle ou une gourmandise qu'il reconnaîtra.



Chargement : Chargez un sac de chaque côté ; il est essentiel que les sacs aient le même poids. Pensez à votre âne, les objets durs ou pointus ne doivent pas être contre ses flancs. Pensez au centre de gravité du chargement : les objets lourds doivent être au fond du sac, les plus légers dessus. Poids maximum conseillé : 30 kg - variable selon l'âne et le terrain. Veillez à ne pas (le !) vous surcharger, gardez le superflu pour le retour.



Une randonnée avec un âne, comment ça se passe ?

En premier lieu : le plaisir. Avant d'être un porteur, l'âne est un compagnon de voyage. Avis à ceux qui voudraient prendre un âne uniquement parce qu'ils en ont plein le dos de porter leur sac. Choisissez une autre formule de portage. Tout au long de votre périple, il saura particulièrement apprécier câlins et marques de tendresse et saura vous témoigner les siens en retour. Vous le constaterez très vite, des liens se nouent entre vous et votre âne. Quant aux enfants, n'en parlons pas, ils sont conquis au premier contact. Qui plus est, d'un naturel facétieux et comédien, l'âne saura vous distraire par ses qualités de comique. Il délie les langues et vous ouvre les portes. Bref, il donne une âme à votre randonnée.

Deuxièmement : le rythme. Là aussi de nombreuses bêtises se racontent à ce sujet. Rappelons-le, un âne avance d'un pas sûr à 3-4 km/h. Vous souhaitez réaliser des performances sportives et des records de vitesse : ne partez pas avec un âne ! L'intérêt de randonner avec un âne, c'est justement ce rythme : il est lent et régulier. Il vous permettra d'apprécier la rando, les paysages, la faune, la flore... L'occasion de souffler, de prendre son temps. Et surtout, c'est un rythme idéal pour les enfants !

- La moyenne kilométrique avec un âne n'est jamais très élevée, autour de 3 à 4 km par heure de marche effective. Tenez-en compte lorsque vous ferez le plan de votre journée et le choix de l'itinéraire.

Questions pratiques :

L'âne vous est confié avec son matériel : licol, longe, tapis, bât, matériel de soins et petite pharmacie. L'âne est là pour porter vos affaires de la journée et vous accompagner et non pour porter vos enfants ou vous-même. Prévoyez quand même un sac à dos par personne pour les affaires fragiles, et pour soulager l'âne. Au départ, l'ânier prendra une bonne heure pour vous expliquer comment bâter, soigner et mener votre âne. À chaque étape, le gardien du gîte vous indiquera l'enclos où l'âne passera la nuit.

Questions relations :

Nos ânes sont familiers et habitués à randonner. En quelques heures, votre âne vous aura adoptés, et vous serez étonnés de sa gentillesse. Marcher avec un âne n'est pas difficile, les enfants ont plaisir à le mener et à le soigner. Mais, bien sûr, c'est un être vivant avec ses réactions, parfois déconcertantes. Pendant toute votre randonnée, l'ânier reste joignable par téléphone pour des conseils ou pour une intervention, si nécessaire.



PORTAGE Vous ne porterez que vos affaires de la journée ; vos bagages seront transportés en véhicule par nos soins. Sur les sentiers de montagne, nos ânes portent au maximum 30 kg. Bien qu'il soit capable de porter un enfant, il n'est pas équipé pour cela. De plus, il doit être guidé à la longe par une personne titulaire d'un galop 4 ou d'un niveau 4 lorsqu'il est monté et l'enfant doit être équipé d'une bombe. Cette décision est de votre seule responsabilité.

> ADRESSES UTILES

Offices de Tourisme :

- d'Arrens-Marsous, Tél : 05 62 97 49 49
- d'Argelès-Gazost, Tél : 05 62 97 00 25
- de Lourdes, Tél : 05 62 42 77 40

> INFORMATIONS TOURISTIQUES

Le Val d'Azun :

Situé dans les Hautes-Pyrénées, en amont d'Argelès-Gazost, le Val d'Azun a sa porte d'entrée au niveau du petit village d'Arras ; sur cette vallée adjacente à la vallée des gaves, les villages s'échelonnent entre 600 et 900 mètres d'altitude.

Excentré et peu visible si l'on n'emprunte pas la route du col du Soulor, le Val d'Azun a su rester préservé. La plupart des villages ont gardé leur homogénéité architecturale. La vie pastorale est restée vivante. De nombreuses granges et bergeries sont disséminées dans les estives et les prairies, où les troupeaux de brebis, vaches et chevaux paissent en liberté l'été. Les forêts, hêtraies sapinières, abritent une faune riche, chevreuils, sangliers, grand tétras, pic noir, martre...

Cette zone de moyenne montagne, en périphérie du Parc National des Pyrénées et dominée par le pic du Gabizos (2 692 mètres) est un havre de paix propice à la randonnée : on y est tranquille, mais jamais très éloigné d'une route ou d'un village. Les sommets environnants, parmi lesquels culmine le Balaitous, à 3144 mètres, offrent leurs arêtes et leurs névés en toile de fond.

Climat : Le Val d'Azun, niché au cœur des Hautes-Pyrénées, bénéficie d'un climat montagnard influencé par l'altitude. Les hivers y sont froids et enneigés, idéals pour les activités nordiques, tandis que les étés sont doux et ensoleillés, parfait pour la randonnée. Ce contraste marqué entre les saisons, en fait une destination attractive toute l'année.



LES PARCS NATURELS EN FRANCE ET ESPAGNE

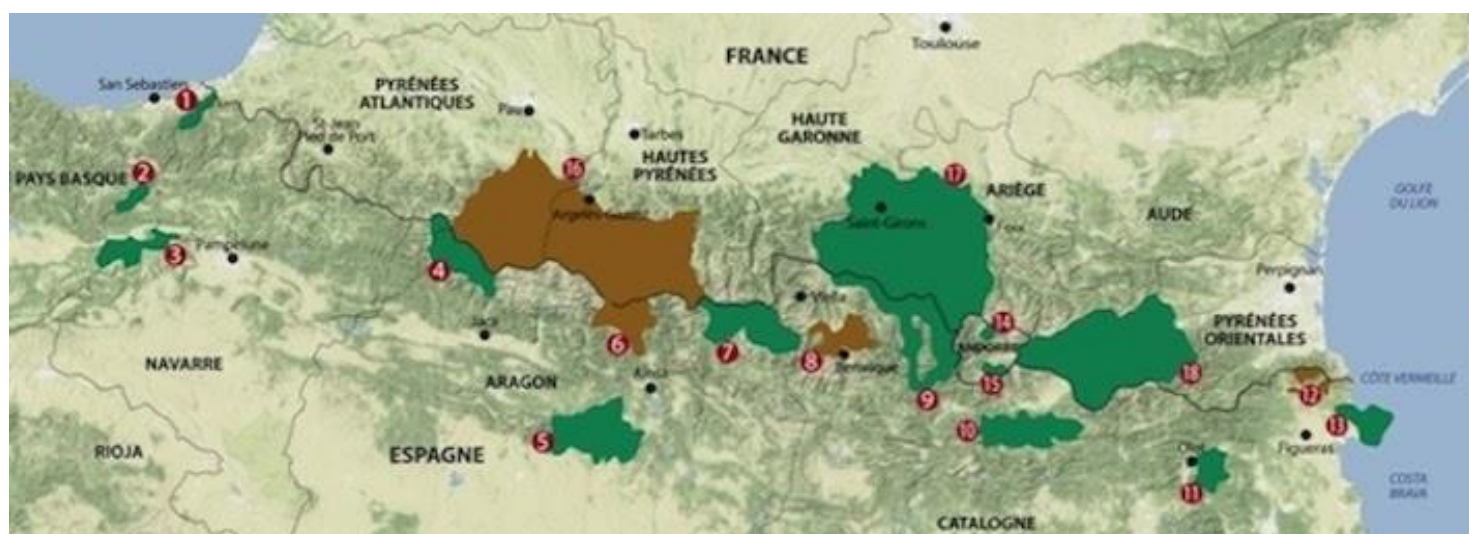
Parc National, Parc Naturel Régional, Espace Naturel Sensible, Reserva Natural ...Vous êtes sur le point de fouler l'un des espaces naturels protégés des Pyrénées. Mais savez-vous ce que cela signifie ?

De la prise de conscience de la perte alarmante du patrimoine naturel et de la biodiversité sont nées des résolutions au niveau des gouvernements visant à permettre à certains espaces naturels d'être préservés. C'est ainsi que sont apparus, partout dans le monde des Espaces Naturels Protégés.

L'UICN (Union Internationale pour la Conservation de la Nature) définit un espace naturel protégé comme « un espace géographique clairement défini, reconnu, consacré et géré, par tout moyen efficace, juridique ou autre, afin d'assurer à long terme la conservation de la nature ainsi que les services écosystémiques et les valeurs culturelles qui lui sont associées. »

En France comme en Espagne, on dénombre plusieurs déclinaisons d'espaces naturels protégés, mais leur raison d'être fondamentale correspond toujours à la préservation des caractéristiques écologiques du site.

Au sein de la chaîne pyrénéenne, on ne dénombre pas moins de 18 parcs d'importances régionales et nationales, qui s'ajoutent aux autres types d'espaces protégés, de taille plus réduite (Réserve de Biosphère, Arrêté de Biotope, ...). Leur statut, lié aux enjeux écologiques dont ils sont le théâtre, fait de ces espaces des lieux de prédilection pour des séjours de découverte du milieu naturel.



Parcs d'importance Nationale : 6-Ordesa y Monte Perdido. 8-Aigüestortes y Estany de Sant Maurici. 12-L'Albera. 16-Parc des Pyrénées.



Parcs d'importance Régionale : 1-Aiako Harria. 2-Aralar. 3-Urbas Andias. 4-Valles Occidentales. 5-Sierra y Cañones de Guara. 7-Posets-Maladeta. 9-Alt Pireneu. 10-Cadí-Moixeró. 11-Zona Volcanica de Garrotxa. 13-Cap de Creus. 14-Vall de Sorteny. 15-Vall del Madriu-Perafita-Claror. 17-Pyrénées Ariégeoises. 18-Pyrénées Catalanes.

Il apparaît donc qu'un comportement adapté au milieu sensible se doit d'être observé afin de préserver le site. Ainsi, aux recommandations de respect valables en tout type de milieu s'ajoute une attention accrue concernant celui des formes de vie rencontrées et des cours d'eau :

- Un comportement calme est à observer afin de limiter le dérangement envers la faune présente. Une attitude menaçante envers tout animal est bien entendu à proscrire, et il en est de même concernant la cueillette de toute espèce végétale. Nombre d'entre elles sont par ailleurs protégées internationalement du fait de leur rareté ou de leur statut d'espèce menacée. Respectons-les !
- Les cours d'eau sont également d'une grande fragilité : de leur qualité dépend la vie qui les entoure. Pensez à utiliser des produits (anti-moustique, cosmétiques, savons, ...) respectueux de l'environnement : après usage, leur vie se termine toujours dans les cours d'eau.

En résumé, dans un espace protégé, comme partout ailleurs : « seule l'empreinte de nos pas doit rester derrière nous ».

Pour en savoir plus sur les Espaces Naturels Protégés de France, leurs déclinaisons, et le règlement propre à chacun d'eux, consultez le site de l'INPN, l'Inventaire National du Patrimoine Naturel : <https://inpn.mnhn.fr>

Plus d'informations sur les Espaces Naturels Protégés d'Espagne : <http://www.spain.info/>

> BIBLIOGRAPHIE

« Berger dans les nuages », J. Paroix & JM De Faucompret. Ed. De Faucompret.
« Le Parc National des Pyrénées ». Ed Rando Editions.



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, 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 avec un âne en famille
- Le Vercors en famille : grandes aventures pour petits explorateurs
- Le Chemin des petits pèlerins sur Compostelle

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

