



Fiche Technique 2012

SKI DE RANDO EN DOUCEUR DANS LES HAUTES PYRÉNÉES

**Séjour en étoile puis mini raid de 2 nuits
Nuits hôtel et en refuge gardé.**

Une découverte à ski de rando, en douceur, des montagnes des Hautes-Pyrénées où nous irons selon l'enneigement dans le massif de Gavarnie, du Néouvielle, en Val d'Azun... et dans le Parc National. Une découverte à ski de rando, en douceur, des montagnes des Hautes-Pyrénées et du Parc National. L'ascension de superbes belvédères sur le Cirque de Gavarnie et autres sommets du massif de Néouvielle à partir d'un hébergement confortable sera notre menu quotidien en début de séjour. Disposant d'un minibus, le programme sera adapté au jour le jour pour aller chercher la meilleure neige là où elle se trouve, afin de ravir pupilles et spatules ! Puis un mini-raid avec 2 nuits au refuge Wallon (accessible en seulement 2 heures d'effort) nous fera découvrir le cadre enchanteur du massif de Cauterêts-Vignemale, où le terrain se prête idéalement à la pratique.

LES POINTS CLÉS DU SÉJOUR

La durée :

6 jours, 5 nuits, 6 jours d'activité partagés entre 2 jours de technique de descente et découverte du matériel, 3 jours de montée / descente avec 2 nuits en refuge gardé.

Le niveau technique :

Etre skieur confirmé sur piste rouge. C'est à dire maîtriser le ski parallèle sur toutes les qualités de neige que propose une piste de ski (neige dure, dévers, bosses...)

Le niveau physique :

Etre déjà randonneur l'été, avoir déjà porté un sac à dos (de 8 à 10 kgs), sportif d'une manière générale pour des dénivelées de 400 à 800 m.

Le portage :

Les sacs seront toujours légers, avec les vêtements pour la journée, le pique-nique. Prévoir un sac de 50 litres pour les quelques heures de montée au refuge Wallon ou nous partons pour 3 jours.

L'hébergement :

En hôtel** à Argelès-Gazost en chambre double durant 3 nuits, puis 2 nuits au refuge Wallon, gardé l'hiver.

Les repas :

Dîners et petits déjeuners chauds seront pris dans les hébergements.

Les pique-niques seront préparés soit par votre guide soit par les hébergements qui nous auront accueillis.

Votre guide vous fournira aussi quelques vivres de courses en début de séjour.

LES POINTS CLÉS DU SÉJOUR

L'encadrement :

Il est assuré par David Marret, Jacques Lacaze, Vincent Seger, Christophe Dureau ou un autre guide de haute montagne.

Nombre de participants :

Départ garanti à partir de 4 et limité à 8 participants.

Le rendez-vous et la dispersion :

Rendez-vous à 9H00 en gare de Lourdes le J1.

Dispersion à 16h30, à Lourdes le J6.

Idée pratique : confectionnez dès le départ une caisse commune qui servira aux pots et achats de groupe.

Idée sympa : n'hésitez pas à amener une spécialité de votre région et à la partager.

PROGRAMME JOUR PAR JOUR

Jour 1 :

Rendez-vous à votre arrivée à Lourdes, puis rapide installation à l'hôtel. Essayage et location du matériel de ski.

Présentation du matériel de ski, de sécurit. Sortie de mise en jambe entre **Gavarnie et Vignemale**, pour une très belle vue sur le Cirque et la **Brèche de Roland**, en passant par le **Col de Lary** et **La Montagnette**. Retour à l'hôtel.

Temps d'effort : 3 heures. Dénivelé à la montée de 700 m, à la descente de 700 m.

Jour 2 :

Le **Mont Agut de Betpouey** est un sommet à priori débonnaire, mais lorsque la neige poudreuse vient jusqu'au village, c'est une descente sublime qui nous attend, à travers de larges combes, prés immaculés, et un petit passage en sous bois.

Temps d'effort : 5 heures. Dénivelé à la montée de 1100 m, à la descente de 1100 m.

Jour 3 :

La **vallée d'Aygues-Cluses** dans le massif du **Néouvielle** nous permettra de gravir un sommet du secteur ou d'effectuer une boucle par le **Col de Tracens** et les lacs **Det Coubous**.

Temps d'effort : 5 heures. Dénivelé à la montée de 1000 m, à la descente de 1000 m.

Jour 4 :

Montée au refuge Wallon, pique-nique sur place, et randonnée sans sac l'après-midi dans le paisible vallon d'Aratille ou sur les flancs du pic de l'Affron.

Temps d'effort : 2 heures jusqu'au refuge, puis 2 à 3 heures le sac léger à partir du refuge. Dénivelé à la montée de 800 m, à la descente de 800 m.

Jour 5 :

C'est la journée !! Une occasion de se lever «tôt» et de profiter d'une journée complète pour voir du pays jusqu'au col de Cambalès, ou le col d'Aragon et le pic du même nom.

Temps d'effort : 5 heures. Dénivelé à la montée de 1000 m, à la descente de 1000 m.

PROGRAMME JOUR PAR JOUR

Jour 6 :

C'est le jour de la descente vers la civilisation, mais nous en profiterons pour faire le « circuit des lacs » (Nère, Pourtet, Embarrat) puis retrouver le plateau du Cayan et enfin le Pt d'Espagne.

Temps d'effort : 5 heures. Dénivelé à la montée de 600 m, à la descente de 1000 m.

***Nota :** Suivant les conditions météorologiques en montagne, la qualité de la neige et la condition physique des participants, le guide se réserve le droit de modifier l'itinéraire.*

N'OUBLIEZ PAS D'EMPORTER !

Vêtements :

- 1 bonnet ou passe-montagne.
- 1 casquette
- 1 veste polaire.
- 1 veste de montagne technique (Gore Tex ou triple point).
- 1 paire de gants de ski ou de montagne de bonne qualité.
- 1 paire de sous gants
- 1 paire de gants en laine ou polaire
- pantalon de montagne.
- 2 T-shirts manches courtes en fibre synthétique (éviter le coton long à sécher et donc froid).
- 2 T-shirts manches longues en fibre synthétique.
- 1 collant
- 2-3 paires de chaussettes chaudes en fibres type Coolmax

Equipement spécifique* :

- Un thermos de ½ litre
- Des chaufferettes

Equipement classique :

- 1 paire de lunettes de soleil (type glacier ou bien enveloppantes) indice de protection 3 mini.
- 1 masque de ski (utile en cas de mauvais temps)
- un sac à dos (capacité 45 – 50 litres) avec porte skis
- trousse de toilette réduite.
- 1 gourde ou bouteille plastique (plus légère) d'1 litre minimum
- 1 petite lampe frontale légère
- 1 couverture de survie
- vos papiers d'identité.
- vos documents d'assurance maladie.

N'OUBLIEZ PAS D'EMPORTER !

Pharmacie :

Elle sera validée et confectionnée avec les conseils de votre médecin :

- protection solaire pour la peau et les lèvres.
- anti-douleurs (paracétamol...)
- anti-inflammatoire (pommade et cachets)
- anti-diarrhéique (type Lopéramide)
- pansement intestinal (type Smecta)
- collyre (ophtalmie) et sérum physiologique en dosettes (sécheresse des yeux)
- **bande Elastoplaste (utile pour éviter les ampoules)**
- **double peau (type compeed),**
- pansements, compresses, compresses désinfectantes, tulle gras, Steristrip

Le guide dispose d'une pharmacie, réservée aux incidents plus sérieux.

Pour dormir :

- 1 drap-sac.
- Sac de couchage (facultatif) pour la nuit en refuge.
- Des boules Quiès

N'oubliez pas votre bonne humeur, ni votre curiosité!

RAPPEL :

N'oubliez pas de nous communiquer vos tailles et pointures pour réserver par avance votre matériel de ski. Merci !!

QUELQUES RENSEIGNEMENTS PRATIQUES

L'accès :

- en train : Train pour Lourdes à provenance de plusieurs villes (Paris, Bordeaux, Toulouse...).

Pour de plus amples renseignements concernant les tarifs et les horaires de train, téléphoner au 36 35.

- en avion : L'aéroport le plus proche est celui de Tarbes – Lourdes - Pyrénées.

De l'aéroport, prendre un taxi (entre 20 et 30€) jusqu'à la gare SNCF de Lourdes.

- en voiture : Depuis le nord (Bordeaux), prendre direction Toulouse (A62) sortie Langon, la D932 vers Pau, puis direction Lourdes. Trajet : environ 233 km.

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

Le point de rendez-vous est situé à la gare SNCF.

Si vous désirez arriver la veille ou rester après le séjour :

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

Hôtel* de la Gare, à Lourdes (65),

Tél : 05 62 94 84 05 - Mail : lourdeshoteldelagare@hotmail.com

Hôtel*** Beau Séjour, à Lourdes (65),

Tél : 05 62 94 38 18 - Mail : reservation@hotel-beausejour.com

Si vous désirez vous rendre directement à l'étape du premier soir, vous devez nous en avertir au plus tard 1 semaine avant le départ ; le groupe, le bus et votre accompagnateur vous attendraient inutilement.

Adresse d'hébergement à l'étape du premier soir :

Hôtel restaurant du Soleil Levant

17 av Pyrénées 65400 ARGELES GAZOST

Tél : 05 62 97 08 68

Attention, il se peut que pour votre séjour nous ayons dû choisir un autre hébergement que celui mentionné ci-dessus ; renseignez-vous auprès de nos bureaux quelques jours avant le départ.

LES ASSURANCES

Conformément à la réglementation de notre profession, La Balaguère est assurée en Responsabilité Civile Professionnelle. Cependant, chaque participant doit être titulaire d'une responsabilité civile individuelle ainsi que d'une garantie individuelle multirisque dans le but de se protéger des incidents ou accidents pouvant survenir avant ou pendant la randonnée ou le voyage.

Nous vous rappelons qu'une carte de crédit ne couvre en général que l'assistance rapatriement **et pas l'annulation de votre voyage**, et ce, à condition d'avoir utilisé cette carte pour payer l'intégralité du voyage.

Nous vous proposons 3 formules d'assurance au choix à souscrire au moment de l'inscription.

Forfait N°1 : assurance annulation simple à 2,5 %

Cette assurance permet le remboursement des sommes engagées (à l'exclusion des frais d'inscription et du coût de l'assurance) en cas d'**annulation** liée à l'une des causes ci-après : **accident grave, maladie ou décès** de l'assuré, de son conjoint ou de l'accompagnant, ainsi que de certains membres de leur famille.

Forfait N°2 : assurance annulation simple ET assistance/rapatriement à 3,7 %

Cette assurance permet, en plus des garanties décrites dans le forfait N°1,

- de profiter de **prestations d'assistance** en cas de maladie ou blessure au cours du voyage ainsi que la **prise en charge de votre rapatriement** à votre domicile si nécessaire.
- D'être remboursé au prorata temporis (hors frais de transport et avec un délai de carence) en cas d'**interruption de séjour** suite à un accident, au décès d'un proche ou à certains sinistres.

Forfait N°3 : forfait "super multi-risques" : 4,8 %

Cette assurance propose, en plus des garanties décrites dans les forfaits N°1 et N°2,

- **une garantie annulation plus étendue** avec le remboursement des sommes engagées (déduction faite d'une franchise) en cas d'**annulation pour toute cause justifiée** y compris le **départ impossible** lié à un cas de force majeure
- la prise en charge d'une partie des frais sur place en cas de **retour impossible** lié à un cas de force majeure
- un dédommagement (plafonné) pour **la perte, le vol ou la destruction de bagages**
- le paiement d'une indemnité pour un **retard de livraison de bagages** de plus de 48H

Vous recevrez avec la confirmation de votre inscription un extrait des conditions générales du contrat choisi. Veuillez le lire attentivement pour connaître les exclusions au contrat, les montants des franchises, les formalités de déclaration. Emportez ce document avec vous lors de votre voyage.

La durée de validité de toutes les garanties correspond aux dates de voyage indiquées sur la facture et ne s'applique qu'aux prestations vendues. Pour les départs et les retours différés, nous consulter.

Attention : si vous souscrivez uniquement le contrat N° 1 (assurance annulation simple), cela signifie que vous possédez votre propre assurance assistance-rapatriement (liée notamment à certaines cartes de crédit). Nous vous conseillons de bien vérifier votre contrat et les garanties couvertes.

Dans ce cas, nous vous demandons de nous indiquer lors de votre inscription le nom de votre compagnie et votre numéro de contrat. Mais sachez que vous assumerez, de ce fait, la responsabilité des risques encourus, notamment peut-être l'avance de certains frais.

Important : Si vous devez utiliser l'assistance en cours de voyage, vous devez impérativement obtenir l'accord préalable d'Europe Assistance avant de prendre toute initiative ou d'engager toute dépense en téléphonant au : 33 1 41 85 85 85 et en rappelant le n° de contrat . 58 662 860.

ATR

La Balaguère est membre fondateur d'ATR
« **Agir pour un Tourisme Responsable** ».

La certification « Vers un Tourisme Responsable » nous a été décernée en **septembre 2009** par l'AFNOR certification.

À partir de valeurs communes basées sur le respect, la solidarité et la qualité, ATR a pour objectif d'harmoniser les pratiques professionnelles de ses membres.

La certification impose de respecter des critères exigeants :

- promouvoir un tourisme qualitatif pour une découverte authentique et un développement durable des régions d'accueil;
- veiller au respect de la législation du pays en matière de tourisme et de sous-traitance;
- veiller à ce que les retombées économiques soient le plus justement réparties entre les acteurs de nos voyages et assurent une juste rémunération des services ;
- respecter et vous sensibiliser aux usages et différences culturelles des régions d'accueil;
- respecter l'environnement et le patrimoine culturel et naturel;
- vous informer de façon transparente et sincère sur les conditions de votre voyage.

Nous vous invitons à partager nos engagements en vous référant notamment à la charte éthique du voyageur qui se trouve dans votre dossier voyage et qui vous accompagnera dans cette démarche.

Plus d'informations sur la certification ATR sur

<http://www.tourisme-responsable.org/>



Cartographie :

- Carte IGN Top 25 1647 OT Vignemale

Bibliographie :

- Ski de randonnée 2- Raymond RATIO – Atlantica.

Si nous n'avons pas répondu à toutes vos questions,

- appelez-nous au : **05 62 97 46 97**
- envoyez-nous un fax au : **05 62 97 43 01**
- un e-mail : labalaguere@labalaguere.com
- ou encore, écrivez nous à :

**La Balaguère
Route du Val d'Azun, BP3
F 65403 Arrens-Marsous cedex**

EN CAS D'URGENCE ABSOLUE

**Si vos proches doivent vous contacter pendant ce séjour,
Faites appeler le 05 62 97 46 46, nous vous mettrons en relation.**