Nature Occitane
VOYAGES SPORTS & NATURE
05 61 57 15 61

LES

PYRÉNÉES SAUVAGES EN RAQUETTES

Randonnée en raquettes dans les Pyrénées
Ce séjour de randonnée en raquettes dans les Hautes Pyrénées vous propose de découvrir une montagne sauvage, à contre-courant des stations de sports d'hiver. Basés dans un hôtel de village dans la vallée de Saint Lary, votre guide vous mène découvrir les plus jolies balades en raquettes du secteur. Col d'Aspin, Parc National d'Ordesa en Espagne, Pic du Midi... c'est quelques uns des plus beaux paysages hivernaux des Pyrénées qui vous attendent !

JOUR PAR JOUR

JOUR 1 : ARRIVÉE EN VALLÉE D'AURE

Accueil dans les Pyrénées

Rendez-vous à 15h à Toulouse, 17h en gare SNCF de Lannemezan ou à 18h à votre hébergement si vous arrivez en voiture. Apéritif d'accueil et présentation du séjour par votre guide. Dîner et nuit à votre hôtel.

JOUR 2 : RANDONNÉES EN RAQUETTES DANS LES PYRÉNÉES

4h de randonnée - Temps de transfert : 30 min

Nous profitons d'un itinéraire en crête pour profiter de jolis panoramas sur la vallée du Louron que nous dominons. Pourtant pas si loin des stations de ski environnantes, seul résonne le bruit de nos pas.
Avec peu de dénivelé et de la vue, c'est la sortie idéale pour faire nos premières traces !
Dîner et nuit à votre hôtel.

JOUR 3 : JOURNÉE EN RAQUETTES

Temps d'activité : 4h - Temps de transfert : 35 minutes

Une journée aux paysages diversifiés, alternants entre forêts de l'étage montagnard et prairies enneigées un peu plus en hauteur, tout cela dans le calme de la montagne hivernale et sauvage que nous aimons. Une belle pause repas vous attend dans un cadre privilégié.
En fin d'après-midi, rencontre avec un producteur local. Diner et nuit à l'hôtel.

JOUR 4 : JOURNÉE DE RANDONNÉE EN RAQUETTES EN ESPAGNE DANS LE PARC NATIONAL D'ORDESA / MONT PERDU

Temps d'activité : 5h - Temps de transfert : 1h

Journée raquettes en Espagne qui nous fera découvrir de nouveaux paysages étonnants, classés patrimoine mondial de l'Unesco dans un cirque glaciaire au coeur du Parc National d'Ordesa, au pied du mythique Mont Perdu. Dîner et nuit à l'hôtel.

JOUR 5 : RANDONNÉE EN RAQUETTES ET ESPACE BIEN ÊTRE DANS UN VILLAGE NICHÉ À 1100M D'ALTITUDE L'APRÈS-MIDI

Temps d'activité : 4h - Temps de transfert : 15 min

En matinée, nous marchons sur les crêtes dominant le village avec des magnifiques panoramas sur les vallées d'Aure et du Louron. Par temps clair, nous pouvons admirer les sommets majeurs environnants : Arbizon (2831m), Pic du Lustou (3023m), Pic de l'Abeillé (3029m)...

Après-midi détente et bien être dans un petit village authentique niché à 1100m d'altitude. Vous retrouvez une maison d'hôtes située dans une ancienne bergerie rénovée dans un style montagnard chaleureux et contemporain. L'espace sauna, le hammam et le bain nordique extérieur avec vue sur les montagnes est privatisé pour nous.
Vous n'êtes pas très séduit par cette après-midi détente ? Aucun problème, votre accompagnateur en montagne proposera une jolie balade à

la découverte de la nature et du patrimoine local des Pyrénées à la place.
Dîner et nuit à l'hôtel.

NB:
* Alexia pourra également vous proposer un massage en option, dans un lieu de sérénité et de détente.
Temps d'accès à l'espace bien être : 1h par personne.
* En fonction des dates de votre séjour et de la taille de votre groupe, il se peut que la maison d'hôtes soit remplacée par le complexe de détente en eau thermales Balnéa (20€ par personne pour 2h). Massage en option également.

JOUR 6 : RANDONNÉE EN RAQUETTES DANS LES PYRÉNÉES

Temps d'activité : 3h - Temps de transfert : 30 min

Nous terminerons cette semaine par un itinéraire en crêtes au départ du célèbre col d'Aspin. Vue sur le coeur de la chaîne pyrénéenne, sur le pic du Midi de Bigorre (2876m) et son observatoire astronomique.
Nous finissons notre séjour par une dégustation de produits locaux dans une petite fromagerie artisanale. Fromages mais aussi charcuteries de montagne et tourte des Pyrénées vous y attendent.
Dispersion à 14h à la fromagerie, 14h30 en gare SNCF de Lannemezan ou 16h à Toulouse.

DATES & PRIX

Pas de départ pour l'instant

NOTRE PRIX COMPREND :
- L'accueil/dispersion à Toulouse en minibus par votre guide
- Hébergement en pension complète du dîner du J1 au déjeuner du J6
- L'ensemble des sorties et activités mentionnées au programme
- Les raquettes et bâtons

NOTRE PRIX NE COMPREND PAS:
- L'acheminement jusqu'au point de RDV et de dispersion, en option, sur demande
- L'espace bien être dans un espace privilégié dans un village à 1100m d'altitude (15€ à régler sur place)
- Les dépenses personnelles, les boissons
- Notre assurance Europassistance annulation / interruption / assistance & rapatriement
(6% du prix de votre séjour, incluant la COVID 19 et à souscrire lors de votre inscription)

OPTIONS

OPTIONS, SUPPLÉMENTS ET RÉDUCTIONS :

NB : les prix s'entendent par personne.

DÉTAILS

RENDEZ-VOUS :

RDV le jour 1, soit :
- à 15h en gare SNCF de Toulouse.
- à 17h en gare SNCF de Lannemezan.
- à 18h à votre hébergement en vallée d'Aure.

FIN DE LA RANDONNÉE :DISPERSION le jour 6, soit :
- à 13h à votre hébergement en vallée d'Aure.
- à 14h en gare SNCF de Lannemezan.
- à 16h en gare SNCF de Toulouse.

SI VOUS VENEZ EN TRAIN :
Gare SNCF de Toulouse.
Gare SNCF de Lannemezan (Hautes Pyrénées).

SI VOUS VENEZ EN AVION :
Aéroport de Tarbes ou de Toulouse.

VOTRE VOITURE

Prévoir votre équipement (pneus neiges - chaines) en cas de mauvais conditions.

VOTRE SAC A DOS
Il doit pouvoir contenir vos affaires personnelles pour la journée pendant la randonnée, soit environ 30 litres.
Choisissez le avec une ceinture ventrale (permettant de faire reposer son poids sur le bassin), de bretelles matelassées et une sangle de poitrine. Vous devez toujours avoir avec vous un vêtement chaud, un vêtement de pluie, une gourde, une trousse de secours et vos objets personnels sans oublier une partie du pique-nique.
En plus du couvre-sac, des poches plastiques sont utiles pour protéger efficacement vos affaires en cas de pluie pendant la randonnée.

VOTRE BAGAGE
Vous le retrouvez à l'hébergement tous les soirs. Pas de contraintes particulières.

LES CHAUSSURES DE RANDONNÉE
Une paire de chaussures de randonnée avec une bonne tenue de cheville et des semelles crantées.
Pour la raquette, apportez vos chaussures de randonnée. Nous vous déconseillons les bottes ou après-ski souples. Vous risquez d'avoir des tendinites. Vos chaussures de randonnée doivent être les plus imperméables possibles. Si vous pensez qu'elles ne le sont pas assez, vous trouverez dans les magasins de sport des sacs imperméables pour les protéger, sinon vous pouvez les faire vous mêmes avec de la toile imperméable.

LES VÊTEMENTS
Sous-vêtements chauds (T-shirt respirant + collant) et rechange
Chaussettes de laine (3 paires)
Pantalon chaud, ample et imperméable
Chemise chaude
Pull-over chaud ou fourrure polaire
Veste chaude et imperméable
Bonnet ou passe-montagne
Vêtements de rechange
2 paires de gants très chauds dont au moins une imperméable
Guêtres ou stop tout
Foulard
Chaussures pour l'intérieur

PETIT MATÉRIEL
Gourde (1,5 litre minimum par personne)
1 thermos pour votre boisson chaude durant les randonnées
Lunettes et crème solaire
Chapeau ou casquette
Une petite trousse de toilette, avec serviette
Une paire de tennis, ou de sandalettes (pour le soir)
Un appareil photo
Petite pharmacie personnelle (aspirine, sparadrap, élastoplast, compeed...)
2 paires de gants très chaudes dont au moins une imperméable
Lunettes de soleil très protectrices
1 rouleau d'Elastoplast 8cm
Ecran total et crèmes pour lèvres et peauA
Affaires de toilette
Maillot de bain et drap de bain pour le sauna
Gourde si possible isotherme
Couteau de poche
Boules Quiès si vous êtes en chambre collective

Et pourquoi pas une spécialité de votre région à partager avec vos compagnons de séjour !

Matériel fourni :
Prêt du matériel de raquettes et bâtons pour l'activité raquettes (ne pas oublier vos chaussures de randonnée)