

Pyrénées : Tour de la vallée d Aspe avec âne

Aventure en famille

7 jours, 6 nuits

6 jours de marche

Durant ce séjour au coeur des Pyrénées occidentales, vous traverserez le territoire du Parc National des Pyrénées, rencontrerez des isards, marmottes et autres animaux, rapaces ou bêtes d'élevage avec un compagnon à longues oreilles : un âne des Pyrénées, qui portera vos bagages d'étape en étape.

Adoptez ces montagnes pures et naturelles comme refuge le temps de randonnées et veillées inoubliables. Le Haut Béarn, c'est le domaine du berger et du pastoralisme, vos journées seront ponctuées par la rencontre de ces travailleurs des estives.

Admirez les lacs et cîmes enchanteurs d'un pays de montagne qui a su conserver ses coutumes et traditions ancestrales, pour transmettre un peu de ses richesses au visiteur de passage.

Côté hébergements, vous alternerez entre gîtes et refuges gardés de montagne, lieux propices à des rencontres inoubliables.

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : 1 rue du Général Fiorella 20 000 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 15 rue Charles de Gaulle 09100 Pamiers Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 68 37 64 - Fax : +33 (0)5 61 68 25 83

Programme

Jour 1 : Début de séjour Tour du Haut Béarn (avec ou sans âne)

Vous arrivez dans la journée au Gîte-Auberge à Etsaut dans les Pyrénées Atlantiques (64- FRANCE). Accueil et présentation des randonnées et de votre séjour. Prise de contact avec les ânes (en option) et balade découverte autour d'Etsaut.

Jour 2 : Départ de la randonnée

Vous entrez rapidement dans le territoire du Parc National des Pyrénées et vous irez jusqu'au lac Gentau et le refuge d'Ayous, au pied du pic du midi d'Ossau. Nuit au refuge.

Jour 3 : Boucle autour du refuge d'Ayous

Pour cette journée de récupération, vous pourrez faire le tour des lacs d'Ayous, le passage du col des moines (vers l'Espagne), ou tout simplement rester la journée à profiter du spectacle du pic du Midi d'Ossau se reflétant dans le lac Gentau. Le retour vers la vallée d'Aspe s'effectue par un sentier particulièrement beau et sauvage. Vous traverserez la vallée au centre pastoral de Peyranère ou vous serez attendu pour la nuit.

Jour 4 : de Peyranère au lac d'Arlet

L'objectif de cette journée est de rallier le magnifique lac d'Arlet et le refuge du Parc National qui s'y trouve. Nuit au refuge.

Jour 5 : Boucle autour du lac d'Arlet

Au menu, randonnée en étoile autour du lac d'Arlet, ascension du pic du Labigouet, ou promenade à la découverte des bergers et des estives de Banasse, ou partie de cache-cache avec les isards et les vautours fauves ou tout simplement détente et farniente sur le bord du lac. Nuit au refuge d'Arlet.

Jour 6 : le cirque de Lescun

Vous effectuerez une randonnée incroyable sur les crêtes du cirque de Lescun (incontestablement la journée qui vous marquera le plus), avec des panoramas splendides et des rencontres avec les bergers des estives.

Jour 7 : descente sur la vallée

Vous rejoindrez Etsaut, en découvrant une petite portion du GR10 chemin de grande randonnée pyrénéenne. Fin de votre séjour dans le courant de la journée.

Les programmes ont été établis selon les derniers éléments connus lors de la rédaction : des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement.

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : 1 rue du Général Fiorella 20 000 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 15 rue Charles de Gaulle 09100 Pamiers Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 68 37 64 - Fax : +33 (0)5 61 68 25 83

Quelques précisions

Niveau

Randonnées nécessitant une bonne condition physique. Durée des randonnées de 4 à 6 heures. Enfants possibles à partir de 4 ans. Les enfants peuvent monter sur le dos des ânes.

Prix

- Du 01/01/2008 au 31/12/2008 : Prix/Enfant de 4 à 11 ans 408 €, Prix/adulte 482 €

Le prix comprend :

L'hébergement en pension complète, les transferts locaux, le transport des bagages par l'âne, le dossier de voyage avec cartes IGN.

Le prix ne comprend pas :

Les boissons, les assurances, les visites de sites, les transferts non prévus sur le programme, les dépenses personnelles.

Encadrement

Randonnée en liberté sans encadrement. Nous vous fournissons les cartes IGN.

Portage

Uniquement les affaires personnelles de la journée et votre pique-nique. Les bagages sont transportés par l'âne. Prévoir un bagage facilement transportable (voir nos conseils sur l'équipement, notamment pour le portage avec âne).

Hébergement/nourriture

Hébergement

En gîtes et refuges en dortoirs communs.

Nourriture

- Petit déjeuner continental (thé, café, lait, pain, beurre, confiture)
- Repas du soir au gîte ou en refuge à base très souvent de spécialités locales, incluant une entrée, un plat et un dessert.
- Repas du midi pris sous forme de pique-nique sur le terrain.
- Boissons non comprises.

Début/fin

Début : Le jour 1 sur votre lieu d'hébergement, à Etsaut (64), selon votre heure d'arrivée.

Fin : Le jour 7 dans la journée, à Etsaut (64), selon votre heure de départ.

Organisation

Nous nous chargeons de toute l'organisation en partenariat avec une structure locale : réservations de vos différents hébergements sur le circuit, de vos éventuels transports des bagages et de vos transferts comme marqué sur votre programme. Nous vous fournissons un dossier complet avec cartes qui vous sera remis sur place. De plus, durant votre randonnée notre équipe d'assistance pourra également répondre à toutes vos questions et vous apporter si nécessaire les conseils utiles au bon déroulement de votre séjour.

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : 1 rue du Général Fiorella 20 000 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 15 rue Charles de Gaulle 09100 Pamiers Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 68 37 64 - Fax : +33 (0)5 61 68 25 83

Dates

Départs tous les jours du 15 juin au 15 septembre. Inscription à partir de 2 personnes.

Nombre de participants

A partir de 2 personnes

Accès

Gare SNCF d'Oloron-Ste-Marie, puis bus réguliers pour Etsaut (64).

Bibliographie

Une saison en Béarn : Autour de Paul-Jean Toulet, par Jean Dubacq.

Randonnées en Pays Basque et Béarn : Nature et Patrimoine, par Anne-Marie Minvielle.

Pottok petit cheval du pays basque, de M. Perret.

Guide vert Pyrénées Aquitaine, éd. Michelin.

Infos pratiques

- Office du Tourisme de la Vallée d'aspe : 64490 Bedous - Tel : 0559347148 - Fax : 0559345251

E-mail : aspe.tourisme@wanadoo.fr

- Parc National des Pyrénées :

A Pau, 59 route de Pau, 65000 Pau - Tel : 0562443660

A Cauterets, bureau du Parc - Tel : 0562925256

- Office du Tourisme de Cauterets : Tel : 0562925050 - www.cauterets.com - Email : accueil@cauterets.com

- Renseignements SNCF : 0892353535, ou www.ter-sncf.com

- Météo locale : 0892680264

- Gendarmerie de Haute Montagne : Tel : 0562927507

- Secours en montagne : PGHM d'Oloron - Tel : 0559398622

- Maison du Parc Vallée d'Aspe : Tel : 0559348830

ACCES :

Comment rejoindre Etsaut :

- Par avion :

Aéroport de Tarbes Ossun, tel 0562329222 - www.tarbes-lourdes.aeroport.fr

Aéroport international de Toulouse-Blagnac (180km) : Tel : 0561424400

Aéroport de Pau-Uzein, tel 0559333300 - www.pau.aeroport.fr

Air France, réservations : Tel : 08208200820

- Par le train :

Transfert en TER et autobus SNCF de Pau à Etsaut, via Oloron Sainte Marie.

- Pour rejoindre Pau : ligne Nice - Toulouse - Irún avec arrêt à Pau, ou ligne Paris - Bordeaux - Tarbes, avec arrêt à Pau.

- Pour rejoindre Oloron Sainte Marie : nombreux trains TER de Pau à Oloron, puis autobus SNCF d'Oloron à Etsaut.

Gare d'Oloron au 0559390061 (renseignements locaux et régionaux)

Contactez la SNCF au 36.35, appel direct ou www.ter-sncf.com ou encore www.ter-sncf.com/aquitaine pour confirmation des horaires.

- Par la route :

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : 1 rue du Général Fiorella 20 000 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : +33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 15 rue Charles de Gaulle 09100 Pamiers Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 68 37 64 - Fax : +33 (0)5 61 68 25 83

Rejoindre Pau (autoroute au départ de Bordeaux ou de Toulouse); puis de Pau, N134 jusqu'à Etsaut, via Oloron Sainte Marie.

PARKING VEHICULE :

- Parkings à Etsaut :

Pas de problème pour laisser le véhicule.

Pas de parking gardé. Place de l'Eglise, en face de la Mairie ou voir avec le responsable du gîte, à Etsaut.

A emporter dans vos bagages

Votre bagage

Dans la mesure du possible nous vous conseillons de prévoir un bagage suiveur avec cadenas, facilement transportable (roulettes) pour vos déplacements avant et après le séjour (gare, aéroport).

Pour les randonnées itinérantes en montagne, lorsque le transport de bagages est prévu par animaux de bât prévoir un sac de voyage solide pouvant être accroché sur des mulets car les valises sont interdites. En cas de doute consultez-nous.

Pour des raisons de logistique nous vous demandons de limiter le poids du sac à 10kg-12kg avec un seul bagage suiveur par personne.

Le sac à dos

La taille du sac est très importante elle peut varier en fonction du type de séjour.

Pour une randonnée dite sans portage : 30L minimum

Pour une randonnée avec portage allégé ou partiel : 50L minimum

Pour une randonnée avec portage : 60L minimum

Le fond de sac

Quelque soit le séjour effectué vous devrez toujours emporter avec vous un vêtement de pluie, le pique-nique, une gourde d'eau ainsi qu'une petite trousse de secours et vos objets personnels, appareil photo, chapeaux, jumelles, ...

Les chaussures

Les chaussures dépendront du séjour sur lequel vous partirez, 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.

Pour les petites randonnées nous vous recommandons des chaussures de marche souples de type trekking avec une bonne semelle et un bon contrefort.

Pour les randonnées en montagne de plus de 4h, prévoir des chaussures à tige haute, avec une semelle assez rigide.

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.

Pour les séjours spécifiques comme le vélo ou les multi-activités prévoir des chaussures de sport à semelle crantée (type multisport) qui permettent de marcher et de faire du VTT dans de bonnes conditions.

Les vêtements

- Une veste coupe-vent imperméable
- Un gros pull ou une veste polaire
- Un pantalon confortable pour la marche
- Un short, des tee-shirts..., ainsi que des sous-vêtements respirants
- Vêtements de rechange et linge personnel

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : 1 rue du Général Fiorella 20 000 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 15 rue Charles de Gaulle 09100 Pamiers Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 68 37 64 - Fax : +33 (0)5 61 68 25 83

- Un maillot de bain et une serviette
- Pour le début et fin de saison prévoir des gants fins et un bonnet pour les randonnées en altitude de type GR20.

Pour le couchage

- Un sac de couchage de bonne qualité est essentiel pour tous les séjours impliquant des nuits en gîte d'étape, en refuge ou sous tente.

Une fermeture éclair sur le coté est préférable pour faciliter la ventilation lors des nuits les plus chaudes. Un recouvrement de coton ou d'ouatine s'ajoute à la chaleur et au confort d'un sac et l'empêche de devenir excessivement sale.

Pour les nuits en bivouac nous vous fournissons le matériel nécessaire (tente, tapis de sol), si vous possédez un matelas gonflable de type thermarest nous vous conseillons de l'emporter.

- Des boules quies
- Un sac à viande (sac cousu)

Pour le pique-nique

- Une boîte hermétique en plastique (0,5L) pour transporter les salades éventuelles des pique-niques.
- Couverts (fourchette, couteau pliant)
- Gourde d'un litre minimum

Petit matériel

- Une paire de tennis style jogging, ou de sandalettes pour le soir
- Une paire de bâtons télescopiques
- Lunettes et crème solaire
- Chapeau, casquette ou bob
- Appareil photo...
- Une petite trousse de toilette, avec serviette
- Une lampe de poche ou frontale pour les séjours en refuge et gîte
- Du papier hygiénique pour les randonnées en refuge et sous tente
- Une mini-pharmacie : médicaments personnels, Compeed pour les ampoules, élastoplaste, gaze, désinfectant, arnica en granules et aspirine en cas de petits bobos... une couverture de survie.

A votre service

Toute l'équipe de Tour Aventure est à votre disposition pour la bonne réalisation de votre voyage, alors n'hésitez pas à nous contacter : nous ferons tout pour que votre séjour soit une réussite.

Tour Aventure Trekking

Agence de voyages LI 02A.06 0002 - Garantie Financière de 137204€ : APS - Contrat RC : n°86 410 716 Gan Eurocourtage IARD

RCS AJACCIO 489 755 470 - Membres du SNAV - E-mail : info@tour-aventure.com - Web site : www.tour-aventure.com

Corse - Sardaigne : 1 rue du Général Fiorella 20 000 Ajaccio Siret : 489 755 470 00015 - Tél : +33 (0)4 95 50 72 75 - Fax : + 33 (0)4 95 21 42 95

Autres destinations : 15 rue Charles de Gaulle 09100 Pamiers Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 68 37 64 - Fax : +33 (0)5 61 68 25 83