

## **Pyrénées : Rando et Balnéo au Pic du Midi de Bigorre**

### ***Randonnée en étoile au départ d'un hôtel***

*Randonnée Guidée*

*7 jours, 6 nuits*

*5 jours de marche*

Au pied du Pic du Midi de Bigorre, la Vallée de Campan sous son accueillante bonhomie recèle d'innombrables balades d'une grande variété : crêtes calcaires d'avant chaînes, d'où la vue sur les grands sommets est imprenable, vastes pâturages suspendus au dessus de la fraîche hêtraie-sapinière où l'activité pastorale est encore forte, pureté des lacs aux multiples couleurs...

Ici, le point d'altitudes extrêmes est aussi une montagne à "taille humaine" que nous vous proposons de découvrir en famille ou entre amis.

Le soir, après la balade, place à la détente et la relaxation à l'espace bien-être "Aquensis" à Bagnères de Bigorre : bassins animés, magnifique hammam, saunas, hydromassage, stretching...

Lors de ce séjour en étoile, nous vous proposons chaque jour une balade adaptée au niveau et aux désirs des participants, sans oublier l'incontournable visite du Pic du Midi de Bigorre à 2877m d'altitude.

Après 17h, séance de détente à l'espace bien-être "Aquensis" de Bagnères de Bigorre (piscine chaudes, hammam, sauna, jacuzzi...), et le soir, retrouvez le confort de l'hôtel.

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](mailto:info@tour-aventure.com) - Web site : [www.tour-aventure.com](http://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 : 1 Avenue François Laguerre - 09400 TARASCON SUR ARIEGE Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 05 16 31 - Fax : +33 (0)5 61 05 16 80

## Programme

### Jour 1 : Début de séjour Rando et Balnéo au pied du Pic du Midi de Bigorre

Arrivée dans l'après-midi à Bagnères de Bigorre, où vous vous installerez dans votre lieu d'hébergement. Selon votre heure d'arrivée, visite libre de la ville possible. Dîner et nuit à l'hôtel.

### Jour 2 : Crêtes de Bidour

Vous effectuerez une superbe chevauchée entre la Vallée d'AURE et la Vallée de CAMPAN. En fin d'après-midi, découverte de l'espace détente d'Aquensis : grand bassin animé avec col de cygne, contre courant, remous, rideau d'eau... Dîner et nuit à l'hôtel.

### Jour 3 : Découverte du Lac bleu

Le Lac Bleu est connu pour être le plus profond des Pyrénées. Ou bien vous partirez à la découverte de la Vallée d'Arizes, au pied du Pic du Midi de Bigorre. En fin d'après-midi, hydromassage, stretching. Dîner et nuit à l'hôtel.

### Jour 4 : Visite du Pic du Midi de Bigorre (2877m)

Montée en téléphérique et descente par le sentier des muletiers, autrefois unique moyen d'accès au vaisseau des étoiles. En fin d'après-midi, espace hammam. Dîner et nuit à l'hôtel.

### Jour 5 : Randonnée au Lac et refuge de Campana de Cloutou.

Vous entrez dans le domaine de l'eau, du granit et des pins à crochets. En fin d'après-midi, bain relaxant et stretching. Dîner et nuit à l'hôtel.

### Jour 6 : Randonnée au Courtaou d'Ordincède

Vous vous engagez sur un territoire témoin d'un important passé pastoral et remarquable belvédère sur le Haut-Adour. Dîner et nuit à l'hôtel.

### Jour 7 : Fin de séjour

Fin de votre séjour et départ dans la matinée.

### **Infos programme :**

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. Sur place, nos guides sont les meilleurs juges, ils peuvent être amenés à modifier l'itinéraire en fonction de la météo ou si la sécurité du groupe le nécessite.

### 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 : 1 Avenue François Laguerre - 09400 TARASCON SUR ARIEGE Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 05 16 31 - Fax : +33 (0)5 61 05 16 80

## Quelques précisions

### **Niveau**

Facile, accessible à tous, un minimum de forme physique est toutefois souhaitable. Randonnées faciles de 4 à 5 heures de marche par jour, étapes de 6 à 10km en moyenne pour des dénivelés n'excédant pas les 600m.

### **Prix**

- Du 14/06/2009 au 04/07/2009 : Prix / personne 635 €
- Du 05/07/2009 au 29/08/2009 : Prix / personne 672 €
- Du 30/08/2009 au 20/09/2009 : Prix / personne 635 €

### **Suppléments/réductions :**

- Supplément chambre individuelle : 110 €/pers.

### **Le prix comprend :**

L'hébergement en pension complète, les transferts locaux, l'accompagnement, les entrées à l'espace bien-être.

### **Le prix ne comprend pas :**

Les boissons, les assurances, les visites de sites, les transferts non prévus sur le programme. Possibilité de soins thermaux en supplément : massage par kinésithérapeute, soins de beauté... nous consulter.

### **Encadrement**

Accompagnateur en montagne diplômé d'Etat, originaire de la vallée.

### **Portage**

Durant la randonnée portage juste de vos affaires personnelles pour la journée de marche (pique-nique, eau ...).

### **Hébergement/nourriture**

#### **Hébergement**

En chambre de deux ou trois, en fonction des disponibilités en hôtel confortable, avec douche et wc dans la chambre selon les disponibilités. Possibilité de chambre individuelle moyennant supplément de 60€ et selon les disponibilités.

#### **Nourriture**

- Petit déjeuner continental (thé, café, lait, pain, beurre, confiture)
- Repas du soir à base très souvent de spécialités locales, incluant une entrée, un plat et un dessert
- Pique-niques inclus
- Boissons non comprises

### **Début/fin**

Début : Le dimanche à 18h, à Bagnères de Bigorre (65).

Fin : Le samedi suivant vers 10h, à Bagnères de Bigorre(65) .

### **Organisation**

Nous nous chargeons de toute l'organisation en partenariat avec une structure locale : réservations de vos hébergements sur le séjour, des entrées à l'espace bien-être et de vos transferts, comme marqués sur votre programme, ainsi que de l'encadrement des randonnées par un accompagnateur diplômé.

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 : 1 Avenue François Laguerre - 09400 TARASCON SUR ARIEGE Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 05 16 31 - Fax : +33 (0)5 61 05 16 80

**Balnéothérapie :**

Entre 17h30 à 19h30, séance de détente dans le splendide espace thermo-ludique Aquensis de Bagnères.  
Au programme, 4 séances de balnéothérapie durant le séjour : avec un accès aux bassins animés, magnifique hammam, saunas, hydromassage, stretching...

**Dates**

Départs tous les dimanches du 14 Juin 2009 au 20 Septembre 2009. Inscription possible à partir d'une seule personne.

**Nombre de participants**

A partir de 7 jusqu'à 15 personnes

**Accès**

- En train : Gare SNCF de Bagnères de Bigorre (65 - Hautes-Pyrénées).
- En voiture : Autoroute A64 sortie 13 ou 14.

**Bibliographie**

Le Pic du Midi de Bigorre et son observatoire, par SANCHEZ (Jean-Christophe), Editions Cairn, Pau, décembre 1999.

**Cartographie**

Carte au 1/25000ème « Bagnères de Bigorre », IGN.

**Infos pratiques**

**ACCES :**

- Par la route :

Bagnères de Bigorre se situe à :

700 Kms de Paris

200 Kms de Bordeaux

160 Kms de Toulouse

60 Kms de Pau

Plus d'infos sur : [www.viamichelin.fr](http://www.viamichelin.fr)

- Par avion :

Aéroport de Tarbes-Ossun-Lourdes à 25mn. Il existe une navette jusqu'à la gare SNCF de Tarbes et bus SNCF jusqu'à Bagnères de Bigorre.

Aéroport de Pau à 45mn.

- Par le train :

Ligne directe : Toulouse-Tarbes en TGV, puis bus SNCF jusqu'à Bagnères de Bigorre.

Une ligne Paris-Tarbes puis bus SNCF jusqu'à Bagnères de Bigorre.

Plus d'infos sur : [www.sncf.fr](http://www.sncf.fr)

**PROLONGATION DE SEJOUR :**

Si vous désirez arriver la veille : vous devez réserver votre hébergement à l'avance.

Pour obtenir une liste d'hébergements, vous pouvez contacter l'Office de Tourisme de Bagnères de Bigorre, tél : 0562955071.

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](mailto:info@tour-aventure.com) - Web site : [www.tour-aventure.com](http://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 : 1 Avenue François Laguerre - 09400 TARASCON SUR ARIEGE Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 05 16 31 - Fax : +33 (0)5 61 05 16 80

## **A emporter dans vos bagages**

### **Votre bagage**

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

### **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

### **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.

### **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
- 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 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 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

### **Pour la balnéo**

#### 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 : 1 Avenue François Laguerre - 09400 TARASCON SUR ARIEGE Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 05 16 31 - Fax : +33 (0)5 61 05 16 80

Un maillot de bain (slip de bain obligatoire pour les hommes), un bonnet de bain est obligatoire. (Prêt de serviette et peignoir de bain, ainsi que de sandales (selon les soins) par les Thermes.)

### **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](mailto:info@tour-aventure.com) - Web site : [www.tour-aventure.com](http://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 : 1 Avenue François Laguerre - 09400 TARASCON SUR ARIEGE Siret : 489 755 470 00023 - Tél : +33 (0)5 61 05 16 31 - Fax : +33 (0)5 61 05 16 80