

Pyrénées : Rando aquatique en Sierra de Guara

Marche et baignade en Espagne

Randonnée Guidée

7 jours, 6 nuits

5 jours de marche

Une semaine sous le soleil, à la découverte des plus beaux sites de la Sierra de Guara : Alquézar, Rio Vero, Mascun, Barrasil, Balcès.

Par des chemins aux senteurs méditerranéennes parsemés de romarin, de thym et de lavande, nous cheminerons à la découverte de l'insolite. Ici, l'érosion a sculpté la pierre, laissant libre cour à son imagination la plus folle : grandes parois creusées d'alvéoles, aiguilles de calcaire défiant les lois de l'équilibre, porche, surplombs, chaos cyclopéens...

A chaque pas notre regard curieux s'émerveille face à l'harmonie des formes et des couleurs. Pour ajouter à l'insolite, d'innombrables gorges (barrancos, gargantas), dans lesquelles serpente un « rio » aux couleurs turquoise, complètent secrètement le décor. Les signes de la présence de l'Homme, aussi discrets soient-ils, nous indiquent qu'ici plus qu'ailleurs, il a fallu lutter pour survivre.

A partir d'un hôtel confortable, nous vous invitons à partager les émotions simples mais fortes que procure la découverte de la Sierra de Guara.

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

Programme

Jour 1 : Début de séjour Rando aquatique en Sierra de Guara

Accueil en gare de Tarbes. Transfert en Sierra de Guara. Au passage, visite de la cité médiévale d'Ainsa. Arrivée en fin d'après-midi au village aragonais d'Alberuela.

Jour 2 : les gorges du Rio Vero

Balade dans les gorges du Rio Vero, passages de petits biefs, baignades et visite du village d'Alquézar dominant ces gorges.

Jour 3 : Canyon du Balcès

Randonnée aquatique dans le canyon du Balcès, passage à l'insolite Pont des Sorcières.

Jour 4 : Canyon du Barrasil

De Rodellar, découverte du canyon du Barrasil, baignades dans de magnifiques vasques d'eaux aux couleurs turquoises.

Jour 5 : Canyon de la Peonera

Au cœur de la Sierra, randonnée aquatique dans le canyon de la Peonera, aux étonnantes parois de calcaire et de conglomérats.

Jour 6 : Canyon du Mascun

Découverte des fantastiques "citadelles de pierre" du canyon du Mascun. Vous serez accompagnés par le vol majestueux des nombreux vautours qui occupent ce lieu.

Jour 7 : Fin du séjour

Départ pour la France dans la matinée. Dispersion du groupe vers 13h à la gare de Tarbes.

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. 4 à 6 heures de marche à un rythme tranquille favorisant l'observation. Quelques passages sur terrains accidentés. Les passages aquatiques peuvent souvent être évités. Un minimum de condition physique est toutefois souhaitable. Etapes de 10 à 15km, dénivelé maximum 600m.

Prix

- Du 01/01/2009 au 31/12/2009 : Prix / personne 625 €

Le prix comprend :

L'hébergement en pension complète avec repas froid pour le repas de midi, les transferts locaux, l'accompagnement par un accompagnateur en montagne diplômé d'état, le prêt du matériel.

Le prix ne comprend pas :

Les boissons, les assurances (en option), les visites de sites, les transferts non prévus sur le programme, le repas du samedi midi.

Encadrement

Accompagnateur en montagne diplômé d'Etat, spécialiste de La Sierra de Guara.

Portage

Uniquement les affaires personnelles de la journée et votre pique-nique.

Hébergement/nourriture

Hébergement

En pension complète en hôtel confortable au village d'Alberuela, chambres doubles ou triples avec salle de bain (douche et toilette dans chaque chambre). Les inscriptions individuelles sont regroupées en chambres de 2 personnes.

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 14h à la gare SNCF de Tarbes (65).

Fin : Le samedi vers 13h à la gare SNCF de Tarbes (65).

Organisation

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

Formalités

Vous devez demander à la sécurité sociale un **imprimé E 111** avant de partir pour éviter de faire l'avance des
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

éventuels frais médicaux en Espagne qui restent, quoi qu'il arrive, à votre charge. Prévoir également votre carte d'identité ou votre passeport.

Organisation du séjour :

Départ chaque matin vers 9h après un petit déjeuner pris à la terrasse de l'hôtel pour une journée à la découverte des senteurs méditerranéennes. Rosa nous préparera avec soin un pique-nique pour le repas de midi que nous emporterons dans nos sacs pour la journée. Nous serons de retour au village d'Alberuela vers 17h, chacun pourra alors s'isoler à sa guise jusqu'à l'heure du Moscatel et des tapas, tradition espagnole qui précède le repas du soir. Vous serez vite envahie par l'ambiance espagnole et ces douces soirées conviviales.

Dates

du 07/06/09 au 13/06/09
du 14/06/09 au 20/06/09
du 21/06/09 au 27/06/09
du 28/06/09 au 04/07/09
du 05/07/09 au 11/07/09
du 12/07/09 au 18/07/09
du 19/07/08 au 25/07/09
du 26/07/09 au 01/08/09
du 02/08/09 au 08/08/09
du 09/08/09 au 15/08/09
du 16/08/09 au 22/08/09
du 23/08/09 au 29/08/09
du 30/08/09 au 05/09/09
du 06/09/09 au 12/09/09
du 13/09/09 au 19/09/09

Nombre de participants

A partir de 7 jusqu'à 12 personnes

Accès

Gare SNCF de Tarbes (65).

Bibliographie

- Randonnées inédites dans le Haut-Aragon, de Alban Boyer.
- Pyrénées Aragonaises, montagne des hommes, par Etienne Follet et Santiago Mendieta - Ed. Glénat.

Cartographie

- Carte au 1/100000ème « Haut Aragon », Jean-Paul Pontroué, Galicia, Ambit.
- Carte au 1/75000ème « Sierra de Guara », Jean-Paul Pontroué.
- Carte au 1/40000ème « Sierra de Guara », Editorial Alpina (carte espagnole).

Infos pratiques

ACCES :

- 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 : 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

Tarbes est situé sur l'axe entre Toulouse et Bayonne.

Depuis Toulouse, rejoindre l'A64, direction Pau/Bayonne, jusqu'à Tarbes.

Calculez votre itinéraire sur : www.viamichelin.fr.

Nous vous indiquerons sur place un parking gratuit pour garer votre voiture.

- Par avion :

Aéroport de Tarbes-Ossun-Lourdes. Il existe une navette jusqu'à la gare SNCF de Tarbes.

- Par le train :

Ligne directe : Toulouse-Tarbes en TGV, ou Bordeaux-Tarbes en TGV.

Compter environ 1h45 de trajet depuis Toulouse.

Plus d'infos sur : www.voyages-sncf.fr.

Formalités

Vous devez demander à la sécurité sociale un **imprimé E 111** avant de partir pour éviter de faire l'avance des éventuels frais médicaux en Espagne qui restent, quoi qu'il arrive, à votre charge. Prévoir également votre carte d'identité ou votre passeport.

Si vous désirez arriver la veille :

Vous devez réserver votre hébergement à l'avance.

Pour obtenir une liste d'hébergement, vous pouvez téléphoner à l'office de tourisme de Tarbes : 05 62 51 30 31.

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 de type GR20, 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

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

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
- 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.

Formalités

Vous devez demander à la sécurité sociale un **imprimé E 111** avant de partir pour éviter de faire l'avance des
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

éventuels frais médicaux en Espagne qui restent, quoi qu'il arrive, à votre charge. Prévoir également votre carte d'identité ou votre passeport.

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 : 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