

L'itinéraire de cette 5^{ème} partie de la traversée des Pyrénées quitte progressivement les Pyrénées Centrales pour les Pyrénées Ariégeoise et la région très sauvage du Couserans. Depuis Luchon, situé à la pointe Sud de la Haute Garonne, vous attend une magnifique première étape panoramique sur les crêtes frontalières de Bacanère. Au loin, la Maladeta et ses glaciers scintillants où trône l'Aneto (3404m), toit des Pyrénées, attirera à coup sur votre regard. Puis après le village de Fos, vous pénétrerez dans le Parc Naturel des Pyrénées Ariégeoise et découvrirez en même temps le joli site de l'étang d'Araing dominé par le sommet du Crabère. Le panorama depuis celui-ci vous permettra de prendre la mesure des grands espaces sauvages et des profondes vallées que vous allez parcourir les jours à venir. Puis, après une courte incursion en Catalogne Espagnole, l'itinéraire file en direction du refuge des Estagnous et de la Réserve du Mont Valier, sommet emblématique du Couserans et territoire de l'Ours. Enfin, vous arriverez au village thermal d'Aulus les Bains en ayant auparavant pris le temps d'aller admirer la cascade d'Ars, plus belle cascade des Pyrénées selon l'avis de nombreux Pyrénéistes...

PROGRAMME JOUR PAR JOUR

Jour 1 : D'Artigue à Fos

Rendez-vous avec votre accompagnateur, le matin à 8h Luchon pour un transfert au village d'Artigue au départ de la randonnée (15min). Depuis le village d'Artigue, vous entamerez une ascension jusqu'au col de Peyrahitte. Peu après le col, un superbe itinéraire sur la crête frontalière culminant au Pic de Bacanère (2193m) vous fera profiter d'un fantastique panorama s'étendant des sommets de l'Ariège à ceux des Hautes Pyrénées en passant par le Luchonnais, l'Aneto (plus haut sommet des Pyrénées), les Encantats et bien d'autres encore... Cette merveilleuse vue panoramique vous accompagnera tout au long d'un agréable parcours de crête de 3km ponctué de petits sommets belvédères. Puis, la descente s'effectuera de cabanes en cabanes, à travers un milieu forestier, pour rejoindre le village de Fos.

- Distance : 20km, durée : 7h45, dénivelé plus : +1050m, dénivelé moins : -1720m.

Jour 2 : De Fos à l'Etang d'Araing

Transfert de Fos à Labach de Melles au départ de la randonnée (15min). Depuis le Comminges, le GR10 aborde les premiers contreforts du piémont ariégeois, après le passage du col d'Auérans (2176m). Depuis ce dernier et par beau temps, vous réaliserez l'ascension du Pic du Crabère (2629m) qui marque la frontière entre l'Ariège, la Haute-Garonne et la Catalogne. De par sa position, le panorama au sommet est immense, une grande partie de la chaîne Pyrénéenne est visible avec notamment le massif de la Madaleta et ses glaciers scintillants. Puis vous rejoindrez le refuge d'Araing, situé au bord de l'étang du même nom.

- Distance : 12,5km, durée : environ 6h30, dénivelé plus : +1660m, dénivelé moins : -690m

Jour 3 : De l'Etang d'Araing à Eylie

L'itinéraire du jour relie le refuge d'Araing au petit village de Eylie d'en Haut, aux portes de la Haute Ariège et du sauvage Couserans. Cette courte étape est idéalement placée afin de récupérer des journées précédentes mais surtout afin de préparer sereinement les deux longues étapes qui suivent. Mais si l'envie et la forme du groupe sont au rendez-vous, votre accompagnateur pourra aussi vous proposer de découvrir au matin, de magnifiques coins secrets autour du lac et refuge d'Araing.

- Distance : 8km, durée : environ 4h15, dénivelé plus : +430m, dénivelé moins : -1375m.

Jour 4 : D'Eylie à la Maison du Valier

Au départ d'Eylie, cette première étape sportive au cœur du Couserans traverse les espaces sauvages typiques de cette partie des Pyrénées : forêts de hêtres, estives, cabanes de bergers... Au passage des cols de l'Arèch et du Clot du Lac, vous profiterez de jolis points de vue sur les montagnes de la région, s'élevant au-dessus de profondes vallées. Vous rejoindrez ainsi le Pla de la Lau et la Maison du Valier.

- Distance : 18km, durée : environ 8h30, dénivelé plus : +1550m, dénivelé moins : -1600m.

Jour 5 : De la Maison du Valier à Esbintz

Seconde étape sportive sur des sentiers souvent en balcon, entre haute montagne et piémont du Couserans. Vous laisserez derrière vous le massif du Mont Valier, sommet emblématique du Couserans, tout en profitant de superbes vues sur ce dernier ainsi que sur les autres hauts sommets du secteur. Le charmant petit étang d'Ayes viendra également égayer le parcours. Vous rejoindrez ensuite le col de la Core afin de basculer sur la vallée menant à Esbintz.

- Distance : 18,5km, durée : environ 8h, dénivelé plus : +1250m, dénivelé moins : -1400m.

Jour 6 : De St Lizier d'Ustou à Aulus les Bains

Transfert de Esbintz à Saint Lizier d'Ustou au départ de la randonnée (25min). Cette étape permet la transition entre le Couserans et la Haute Ariège. Au départ du joli hameau de St Lizier d'Ustou, niché au cœur d'une vallée très verte, vous entamerez alors une ascension jusqu'au col d'Escots. Depuis ce dernier, s'ouvre une belle vue sur les derniers hauts sommets frontaliers du Couserans. Puis vous basculerez en direction du village thermal d'Aulus les Bains via le cirque Casérien et la jolie cascade du Fouillet. Si la forme du groupe le permet, un long détour via l'étang de Guzet et la cascade d'Ars permettra d'admirer une des plus belles cascades des Pyrénées. Navette pour Saint Girons à la fin de la randonnée.

- Distance : 15km, durée : environ 6h30, dénivelé plus : +1100m, dénivelé moins : -1100m

Jour 7 : Fin de séjour à Saint Girons

Fin de séjour à Saint Girons après le petit déjeuner. Vous pourrez ainsi profiter du marché de Saint Girons, classé parmi les plus beaux marchés de France. Le long de la rivière Salat, ce lieu convivial de rencontre offre une palette diversifiée de bons produits du terroir : légumes, charcuteries, volailles, pain, millas, fromages, miel, confitures, pâtisseries et autres produits naturels d'élevage et de maraîchage.

► **Nota bene**

La durée est donnée à titre indicatif et correspond aux heures effectives de marche (hors pauses).

L'accompagnateur peut décider de modifier les parcours décrits plus haut (cas de force majeure, conditions météo, nombre et/ou niveau des participants, etc.). Dans tous les cas, ayez confiance car ces éventuelles modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité ou votre confort.

ACCÈS

Rendez-vous :

Le jour 1 à 8h à Bagnères de Luchon avec votre accompagnateur : Briefing sur le séjour, remise de votre pique-nique de la journée et transfert au village d'Artigue au départ de la randonnée. L'accompagnateur vous contactera quelques jours avant le séjour afin de vous préciser le lieu exact de rendez-vous.

Fin de séjour :

Le jour 7 à Saint-Girons après le petit-déjeuner.

Comment rejoindre Luchon:

- Par avion : Aéroport de Lourdes-Tarbes ; Aéroport de Toulouse-Blagnac
- Par train et bus: Trains TER au départ des principales villes en direction de Montréjeau (<https://www.oui.sncf>) puis bus de Montréjeau à Luchon.
- Par la route : De Paris 825km, via Limoges, Toulouse, Saint-Gaudens / De Lyon 663km, via Narbonne, Toulouse, Saint-Gaudens / De Marseille 520km / De Bordeaux 314km, via Agen, Auch / De Toulouse 140km, via Montréjeau

Parking véhicule:

Parkings gratuits à Luchon: derrière la Poste, départ de la télécabine, devant la gare SNCF, sortie de Luchon.

Si vous laissez votre véhicule durant toute la durée de votre séjour merci de vous renseigner auprès de l'office du tourisme pour savoir si des manifestations (fêtes, marchés...) seront organisées sur votre lieu de stationnement.

Comment quitter Saint Girons :

Bus de Saint Girons à Boussens. Puis correspondances SNCF vers de nombreuses villes : Toulouse, Pau, Bordeaux...

Comment rejoindre Luchon depuis St Girons:

Bus de Saint Girons à Boussens. Train TER de Boussens à Montréjeau. Bus de Montréjeau à Luchon.

Il est fortement conseillé de vous rendre en train sur votre séjour pour éviter les retours au point de départ pour récupérer votre véhicule, car les trajets peuvent s'avérer très longs et mal desservis ou bien coûteux si vous choisissez de revenir en taxi.

HÉBERGEMENT & REPAS

Hébergement

Pension complète (nuit + diner + petit déjeuner + pique-nique)

4 nuits en gîte d'étape en dortoir partagé les jours 1, 3, 4 et 5

1 nuit en refuge de montagne en dortoir partagé le jour 2

1 nuit en hôtel** en chambre le jour 6

Les repas

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

NIVEAU 5

En moyenne chaque jour : 1100 m de dénivelé positif et 6 heures de marche effectives. Terrain : sentiers accessibles mais aussi parfois en terrain accidenté (éboulis, pierriers...). Rythme de montée : 350 m dénivelé à l'heure. Pour marcheurs entraînés, en bonne condition physique, ayant déjà une bonne expérience de la randonnée en montagne.

PORTAGE & TRANSPORT DES BAGAGES

Durant la randonnée, portage de vos affaires personnelles de la journée, de votre pique-nique et d'eau en quantité suffisante. Exceptés pour la nuit en refuge le jour 2 où vous devrez porter vos affaires personnelles nécessaires pour la nuit (drap de sac, vêtements de rechange, nécessaire de toilette). Prévoir un bagage suiveur facilement transportable (voir nos conseils sur l'équipement).

GROUPE

4 à 12 personnes.

Dans un souci de convivialité et de sécurité, nous limitons les groupes à 12 participants. Toutefois, le groupe peut exceptionnellement monter à 13 personnes dans le cas où la dernière inscription serait le fait de 2 personnes. Les prestations, les conditions et le prix du séjour resteront dans tous les cas identiques.

La vie de groupe demande parfois de la tolérance, de la patience, un peu de discipline et beaucoup d'humour ! Pensez-y avant de partir en vacances, cela vous aidera à "lâcher prise" et à profiter au mieux de tous les instants. Si vous habitez une région à la gastronomie réputée (ou non), pourquoi ne pas apporter un échantillon de votre terroir à déguster ensemble !

ENCADREMENT

Par un accompagnateur en montagne diplômé (brevet d'Etat) spécialiste de la culture locale.

Tous nos accompagnateurs sont des professionnels passionnés, natifs ou résidant depuis longtemps dans les Pyrénées. Ils sauront vous faire partager ou rencontrer une culture, une histoire, un berger ou un vigneron... un pays. Au détour d'un chemin (ou parfois hors sentier), ils vous feront découvrir l'isard ou le vautour, l'oursin, le cèpe ou la girolle à déguster, la grotte cachée à visiter...

DATES & PRIX

31/07/22 au 06/08/22
28/08/22 au 03/09/22

Prix : 840 € / pers.

- Supplément transfert retour de Saint Giron à Bagnères de Luchon : 75€/pers

Le prix comprend :

- Frais d'inscription et d'organisation
- Hébergement en pension complète
- Transport des bagages (sauf pour 1 nuit en refuge le jour 2)
- Encadrement par un accompagnateur (B.E.)

Le prix ne comprend pas :

- Acheminement jusqu'aux lieux de rendez-vous et de séparation
- Boissons pendant et en dehors des repas
- Assurances
- les visites
- Tout ce qui n'est pas mentionné dans "le prix comprend"

ÉQUIPEMENT À PRÉVOIR

Le bagage suiveur

Pour les affaires qui suivent entre les hébergements, prévoir un seul bagage suiveur (sac souple de 10 kg maximum) par personne en évitant les valises rigides autant que possible.

Le couchage en dortoir

- Drap de sac ou drap cousu type "sac à viande" (couvertures fournies)
- Nécessaire de toilette, serviette
- Bouchons d'oreille
- Lampe de poche ou frontale

Le sac à dos

Pour les affaires de la journée et une ou plusieurs nuits en autonomie en refuge ou gîte (40-50 litres).

- Fond de sac (vêtement de pluie, vêtement chaud, lunettes de soleil, crème solaire, trousse à pharmacie, nécessaire de pique-nique)
- Pique-nique du jour et de l'eau en quantité suffisante
- Affaires personnelles (papiers d'identité, carte européenne d'assurance maladie pour les circuits en Espagne et en Andorre, guide faune et flore, appareil photo, etc.)

Le pique-nique

- Gobelet ou quart
- Une boîte hermétique en plastique (environ 0,8 l)
- Couverts légers (fourchette, couteau pliant)
- Gourde (1,5 l minimum) ou poche à eau selon votre préférence

Les chaussures

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. 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 pendant la marche. Prévoir des chaussures à tiges hautes, avec une semelle de type Vibram avec une bonne accroche. Attention à vos chaussures restées trop longtemps dans un placard, au bout d'un certain temps les semelles se décollent et les coutures peuvent se déchirer.

Les vêtements et équipement spécifiques pour la randonnée

- Veste coupe-vent imperméable (type goretex) ou cape de pluie
- Vêtement chaud (veste polaire ou pull)
- Pantalon pour la marche, short, tee-shirt (privilégiez des matières respirantes)
- Protection solaire (lunettes, chapeau ou casquette, crème, stick à lèvres)
- Maillot de bain (baignade sous votre propre responsabilité)
- Bonnet de bain
- Mini-pharmacie : médicaments personnels, compeed pour les ampoules, élastoplaste, gaze, désinfectant, antalgique, biafine, arnica (crème ou granules), une couverture de survie...

Et pourquoi pas :

- Bâtons de marche télescopiques qui favorisent la stabilité et soulagent les articulations
- Guêtres ou "stop-tout" très efficaces par temps de pluie ou simplement dans l'herbe humide

CONSEILS DE LECTURE

- *Dictionnaire des Pyrénées de André Levy*
- *Les Pyrénées de Claude Dendaletche*
- *La grande flore illustrée des Pyrénées de Marcel Saule*

- *Légendes et récits populaires du Pays Basque de J.-F. Cerquand*

CONDITIONS D'ANNULATION

Si vous êtes dans l'obligation d'annuler votre voyage avant son commencement (date de départ), vous devez en informer dès que possible Randonades et l'assureur (si assuré) par tout moyen écrit permettant d'obtenir un accusé de réception. C'est la date d'émission de l'écrit qui sera retenue comme date d'annulation pour facturer les frais d'annulation. Important : l'assureur appréciera, sur la base des documents que vous lui communiquerez directement, la date du fait générateur à l'origine de l'annulation de votre voyage pour vous rembourser les frais d'annulation.

L'annulation de voyage ne dispense pas du paiement intégral du prix du séjour ; toute procédure de remboursement par l'assurance ne peut être entamée qu'à cette condition.

En cas d'annulation, il sera fait application des dispositions énoncées au présent article et du barème suivant :

- à plus de 60 jours du départ : 15 % du prix total du séjour ;
- de 60 à 31 jours du départ : 25 % du prix total du séjour ;
- de 30 à 21 jours : 30 % du prix total du séjour ;
- de 20 à 14 jours : 55 % du prix total du séjour ;
- de 13 à 7 jours : 70 % du prix total du séjour ;
- à moins de 7 jours du départ* : 75 % du prix total du séjour.

*En cas de non présentation le 1^{er} jour au lieu de rendez-vous et à l'heure prévue au programme (dans un délai de 15 minutes), aucun remboursement ne saurait être dû.

En cas d'annulation, quelle qu'en soit la raison, les frais extérieurs au séjour souscrit chez Randonades et engagés par le ou les voyageur(s) tels que frais de transport jusqu'au lieu de départ du voyage et retour au domicile, documents de voyages, ne pourront faire l'objet d'un quelconque remboursement.

L'abandon de votre part au cours de la randonnée ne donne droit à aucun remboursement. Lors d'une inscription à plusieurs : en cas d'annulation de la personne avec laquelle vous deviez partager une chambre (et de non remplacement par une autre personne), le supplément chambre individuelle pourra vous être facturé.

Les primes d'assurances ne sont jamais remboursables.

En cas d'annulation du séjour causée par des circonstances inévitables et exceptionnelles, notamment liées à l'épidémie de Covid-19 / Coronavirus (confinement imposé, fermeture des frontières, déplacements interdits...), Randonades rembourse l'intégralité des sommes versées. En revanche, si le client doit annuler sa participation pour cause de maladie (y compris Covid-19) ou abandonner en cours de séjour, il devra s'acquitter des frais d'annulation (ci-dessus).

MODIFICATIONS DE RÉSERVATION

Après l'inscription et avant la date de départ, toute demande de modification de prestations (ajouts ou retraits, prestations supplémentaires, choix d'option, régime alimentaire, changement d'hébergement...), ne peut intervenir qu'avec l'accord préalable de Randonades et le paiement des frais induits avec un minimum de 50€ de frais de dossier.

ASSURANCES

Vous pouvez souscrire, **à l'inscription**, à une ou plusieurs assurances (assistance / rapatriement, annulation, interruption de séjour, bagages) qui s'ajoutent au prix du séjour ; conditions générales des contrats sur demande ou consultables sur notre site internet : <http://www.randonades.com/sejour-randonnee/comment-sinscrire>. Ces assurances ne peuvent prendre effet qu'après le paiement intégral du séjour. La souscription est accessible à tous les résidents européens.

L'assurance annulation

Comprend le remboursement des sommes retenues en cas d'annulation de voyage justifiée avant le départ.

L'assurance interruption de séjour

Comprend le remboursement des prestations non consommées en cas d'abandon justifié pendant le séjour.

L'assurance assistance / rapatriement

Comprend l'assistance aux personnes en cas de maladie ou d'accident pendant le séjour.

L'assurance bagages

Comprend le remboursement en cas de vol, détérioration ou perte de vos bagages pendant le séjour.

RESPONSABILITÉ

Les renseignements indiqués sur nos fiches techniques sont donnés à titre indicatif et ne peuvent engager notre responsabilité. Chaque participant doit se conformer aux règles de prudence et de sécurité données par l'accompagnateur. Randonades se réserve le droit d'exclure à tout moment une personne dont le comportement compromet la sécurité ou le bien-être du groupe ainsi que de modifier, si les circonstances l'exigent, les itinéraires ou certaines prestations du programme, directement ou par l'intermédiaire de l'accompagnateur qui reste seul juge sur le terrain. Aucune indemnité ne saurait être due.