

# Raquettes et bien être à Gavarnie

France

Code voyage : FRAGR0065

Raquettes guidé • Séjour en étoile

6 jours • 5 nuits • Rien à porter • Niveau : 2 / 5



Ce séjour au cœur des Pyrénées Centrales permet de découvrir quelques-uns des plus beaux sites de la chaîne Pyrénéenne. Au départ de Cauterets, vous irez à la découverte de deux magnifiques vallées aux allures Canadiennes : la vallée de Gaube et la vallée du Marcadau. Paysages immaculés de neige, bosquets de pins, vallons, hauts sommets, cascades et lacs gelés seront au programme.

En vallée de Luz St Sauveur, vous gravirez deux jolis sommets faciles d'accès qui vous permettront de profiter de superbes panoramas à 360° sur les principaux sommets de plus de 3000m de la région : Balaitous, Vignemale, Néouvielle, Pic du Midi de Bigorre, Taillon... et tant d'autres !

Autre moment fort du séjour, la découverte du célèbre cirque de Gavarnie avec ses nombreux sommets à plus de 3000 m figés par l'hiver. Abritant la plus grande cascade d'Europe (423m), le cirque de Gavarnie avec sa magnifique architecture ne se décrit pas, il se contemple et se découvre. Inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO, ce cirque naturel de type glaciaire, impressionne par sa grandeur et sa hauteur, ses parois atteignant près de 1500m. Dans le cadre préservé et sauvage du Parc National des Pyrénées, vous parcourez des itinéraires au relief doux particulièrement adapté à la pratique de la raquette à neige.

## Points forts

- Randonnée dans des grands sites classés des Pyrénées : Vallée de Gaube, Gavarnie, vallée du Marcadau...
- Parcours aux reliefs doux adaptés à la pratique de la raquette à neige.
- Accès Balnéo en option après vos randonnées

52 rue du Tortolon 38112 Autrans-Méaudre en Vercors • Tél. : +33 (0) 4 76 95 23 00 • Fax : +33 (0) 4 76 95 24 78  
Site internet : [www.grandangle.fr](http://www.grandangle.fr) • Blog : [blog.grandangle.fr](http://blog.grandangle.fr) • E-mail : [info@grandangle.fr](mailto:info@grandangle.fr)

# PROGRAMME

---

**Après les randonnées, le complexe thermal les Bains du rocher vous permettra de profiter d'un moment de repos et de détente bien mérité (en option) !**

NB : l'ordre des randonnées est soumis aux décisions de notre accompagnateur en montagne, qui est seul juge en fonction du niveau des participants et de la météo.

## **J1 • Accueil et installation**

Rendez-vous à 17h15 en gare de Lourdes et transfert à Cauterets (35min). Installation à votre hébergement. Briefing sur le séjour.

**Nuit en Gîte familial en pension complète.**

## **J2 • Le Pic de Hautacam, fantastique belvédère des Pyrénées Centrales**

Transfert (45min). Parmi les plus beaux belvédères d'accès facile en hiver, le pic de Hautacam mérite une place de choix. Son accès facile depuis la station de ski d'Hautacam offre un panorama à 360° exceptionnel sur la plaine et sur de nombreux sommets des Pyrénées Centrales. Du Balaitous au Pic du Midi de Bigorre en passant par le Vignemale et les « 3000 » de Gavarnie, la vue pour un sommet de cette altitude (1746m) est incroyable !

*4h00, 11 km, +/- 280 m.*

**Nuit en Gîte familial en pension-complète.**

## **J3 • Le col de Riou et le sommet de Pène Nère**

Transfert (50min). Au départ de la station de Luz Ardiden, une ascension toute en douceur permet de rejoindre le col de Riou à cheval entre la vallée de Cauterets et la vallée de Luz St sauveur. L'itinéraire progresse ensuite en suivant une superbe crête jusqu'au sommet du Pène Nère. Magnifique vue sur le massif du Néouvielle et le cirque de Troumouse ainsi que sur les sommets dominant Cauterets.

*4h00, 9 km, +/- 420 m.*

**Nuit en Gîte familial en pension complète.**

## **J4 • La vallée et le refuge du Marcadau**

Court transfert (15min). Petit coin de paradis, la vallée du Marcadau est l'une des plus belles vallées de la chaîne Pyrénéenne. Le parcours ponctué par le magnifique plateau du Cayan, les cascades, les forêts fait de ce site un véritable « petit Canada ». Arrivée au grand refuge Wallon, la vue sur les hauts sommets frontaliers (Vignemale, Grande Fache, Cambalès...) sera le dernier moment fort de cette journée !

*5h45, 16 km, +/- 420 m.*

**Nuit en Gîte familial en pension-complète.**

## **J5 • Le cirque de Gavarnie**

Transfert (55min). Aujourd'hui l'objectif est de découvrir le cirque de Gavarnie sous différents points de vue. Nous parcourons tout d'abord le plateau de Saugué qui permet de découvrir de belles granges et surtout un panorama superbe sur Gavarnie. Ce sera l'occasion de mieux comprendre le travail des glaciers qui ont forgé ces paysages, et que nous voyons aujourd'hui disparaître sous nos yeux... Puis, nous irons à la découverte du village de Gavarnie et observerons le cœur du cirque, ses cascades glacées et l'immensité de ses parois verticales.

*5h30, 14 km, +/- 450 m.*

**Nuit en Gîte familial en pension-complète.**

## J6 • Le lac de Gaube

Court transfert (15min). Au départ du pont d'Espagne, vous parcourez la célèbre et incontournable vallée de Gaube. Après une traversée de forêt le long du Gave, vous débouchez sur le superbe lac gelé de Gaube. Au loin, la majestueuse face Nord du Vignemale, plus haut sommet des Pyrénées françaises fait son apparition.

En début d'après-midi, après votre randonnée, transfert retour à la gare de Lourdes.

*3h30, 5,5 km, +/- 270 m.*

## J6 • Fin du séjour

Fin du séjour vers 15h35, après votre transfert à la gare de Lourdes le petit-déjeuner.

## Itinéraire

Nous pouvons parfois être amenés à modifier quelque peu l'itinéraire indiqué, notamment à cause des disponibilités dans les hôtels. Faites-nous confiance, ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et un meilleur confort !

## Enneigement

L'enneigement en moyenne montagne est parfois aléatoire. Vous êtes avant tout des randonneurs, en cas de manque de neige sur certaines parties de l'itinéraire, nous assurons tout de même le départ de nos séjours. Pensez à vous munir de chaussures de marche.

# QUELQUES PRÉCISIONS

---

*Attention ! Toutes les informations données, et qui ne correspondent pas à des prestations comprises dans le prix, doivent être vérifiées et n'engagent pas la responsabilité de Grand Angle.*

## Niveau 2 / 5

Ces séjours sont élaborés pour ceux qui recherchent des vacances actives. Un niveau raisonnable de condition physique est nécessaire. Compter de 3h30 à 5h45 de marche par jour. Vitesse de montée\* +300 m à l'heure. Randonnées en montagne enneigée, sur des reliefs doux adaptés à la pratique des raquettes à neige.

*\*Attention les temps de marche sont des horaires moyens qui ne prennent en compte que la durée de la marche effective sans comptabiliser les temps de pause.*

## Transport des bagages

Vous ne portez que vos affaires de la journée, dans un petit sac ou une sacoche, avec le pique-nique et les vivres de course. Vous retrouvez le soir vos bagages à l'hôtel.

## Groupe

De 4 à 12 personnes.

## Durée

6 jours, 5 nuits, 5 jours de raquettes.

## Convocation

Vous recevrez environ deux semaines avant votre départ, une convocation précisant l'heure et le lieu du rendez-vous, le nom et les coordonnées du guide ainsi que l'adresse du premier hébergement.

## Confort

### ► Hébergement

5 nuits en gîte familial labellisé "Clef Verte : Agir pour un tourisme durable", en pension complète. Le gîte Beau soleil est un hébergement convivial et familial, où règne une atmosphère montagnarde et accueillante. Anouk saura vous accueillir chaleureusement, et nous mijotera de bons petits plats ! Le gîte est situé au cœur du vieux village à 350m des thermes des Bains du rocher.

### ► Restauration

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

Merci de nous préciser à l'inscription toute allergie alimentaire ou régime spécial ; nous ferons au mieux pour adapter vos repas.

### ► Balnéothérapie (en supplément)

Dans un décor minéral épuré, fait de pierres et de matériaux nobles, dans une ambiance feutrée et intime, le spa thermal Les Bains du Rocher est un lieu idéal pour la relaxation et le bien-être. Lits à bulles, cols de cygne, bassins intérieurs, jacuzzis, hammam, sauna, salle de relaxation en pierres de sel... l'univers proposé aux Bains du Rocher vous permet de profiter des bienfaits de l'eau thermale. Le bassin extérieur, ses bains à remous, ses lits à bulles, son courant d'eau vous donneront l'occasion de

profiter du paysage et de la montagne en toutes saisons. Vous plonger, dans ses eaux à 38°, sera pour vous un moment de détente inoubliable.

L'option Spa : pass de 5h (utilisable du lundi au jeudi) pour accéder à l'espace balnéo (bassins intérieurs et extérieurs, sauna, hammam, salle de repos en pierre de sel).

## Début / Fin

### ► Rendez-vous

Le J1 à 17h15 en gare de Lourdes ou directement à votre hébergement.

### ► Dispersion

Le J6 vers 15h35 après votre transfert à la gare de Lourdes.

## Prolongez votre séjour

Il vous est tout à fait possible d'ajouter une nuit supplémentaire avant ou après votre séjour. Nous consulter.

## Dates de départ

Séjour du dimanche au vendredi. Départ de janvier à mars.

## Votre budget

### ► Les prix comprennent

- L'hébergement
- La pension complète
- L'encadrement
- Les transferts
- Le prêt du matériel (raquettes et bâtons)

### ► Les prix ne comprennent pas

- L'acheminement
- Les boissons
- Les accès en balnéo et les soins balnéothérapie personnalisés
- Les dépenses personnelles
- Les visites éventuelles
- Les assurances
- Les frais d'inscription
- Tout ce qui n'est pas indiqué dans " Les prix comprennent "

### ► Options, suppléments et réductions

- Supplément balnéo pass de 5h
- Nuit supplémentaire en B&B en chambre double

## Assurances

**Vous pouvez souscrire, par l'intermédiaire de GRAND ANGLE, une assistance rapatriement, une assurance annulation seule, une assurance multirisque ou une assurance complémentaire CB : assurances facultatives.**

**1/ L'assistance rapatriement, contrat n°4310** comprend les frais de recherche et de secours, une assurance "frais médicaux" et une assistance rapatriement

**2/ L'assurance annulation + interruption de séjour, contrat n°4311** vous couvre hors frais d'inscription et hors taxes aériennes.

Elle vous rembourse les frais d'annulation retenus par Grand Angle selon les conditions d'annulation générales de vente (<https://www.grandangle.fr/conditions-vente>) et/ou conditions particulières de vente de votre contrat de voyage.

### **3/ L'Assurance annulation + interruption de séjour + assistance rapatriement (multirisque), contrat n°4312**

**4/ L'assurance complémentaire CB, contrat n°4313** vous est proposée pour l'achat d'un séjour avec une Carte Bancaire proposant des garanties Annulation et Assistance Rapatriement (Gold Mastercard, Visa Premier, Infinite Platinum).

Elle vous rembourse la franchise et la part des dommages excédant le montant indemnisé par votre assurance CB.

Ces contrats sont souscrits pour vous auprès du groupe Assurinco. Leur tarif varie en fonction du type d'assurance choisi et du montant de votre voyage.

Se référer à notre site internet <https://www.grandangle.fr/en-pratique/etre-bien-assure>

Pour les personnes ayant leur domicile légal et fiscal hors Europe occidentale ou dans les COM, DROM, POM,

Grand Angle peut leur proposer un contrat spécifique « impatriés », contrat n°2142 offrant une garantie annulation et/ou assistance rapatriement (sur demande)

**Grand Angle n'intervient que comme intermédiaire entre vous et Assurinco.**

**Il vous appartient, en cas de sinistre, d'effectuer les démarches nécessaires auprès de l'assurance.**

## Location de matériel

Le matériel fourni : Raquettes et bâtons de marche, Appareil DVA (détecteur de victime en avalanche), pelle et sonde.

## Accès

### ► En train

Train depuis Bordeaux

Train depuis Pau

Train depuis Toulouse

Navette Respyrénées ou Bus de Lourdes à Cauterets

### ► En voiture

Au départ de Tarbes suivre Lourdes, Argeles- Gazost, puis Cauterets.

Situation : Paris 894km, Bordeaux 278km, Toulouse 204km, Nantes 602km

Cauterets se situe à 1 000 m d'altitude. **Vous êtes donc en milieu montagnard ; les équipements neige sont obligatoire à partir du 1 novembre 2021. (pneus neige ou chaînes / chaussettes).**

### ► Garer sa voiture

Gratuits :

Gare routière, Place de la gare

Thermes César, derrière le fronton (centre-ville).

Parkings gardés et payants :

Parking Municipal souterrain, Rue de Belfort - Tel : 05 62 92 55 57, ou 05 62 9250 34 (Mairie), ou 05 62 92 50 50 (Office du Tourisme).

## Covoiturage

Vous pouvez mutualiser les moyens de déplacement en faisant du covoiturage. En plus d'être plus économique et écologique, ce moyen de transport vous permet de faire connaissance avec les autres participants. Avant le départ et sur demande, nous pouvons vous mettre en relation avec les autres membres du groupe qui le souhaitent. Sinon, rendez-vous sur [BlaBlaCar](#).

## Baignade

Un certain nombre de nos voyages se prêtent à la baignade, en cours d'étape ou en fin de journée. Ce serait dommage de ne pas en profiter. Nous soulignons cependant que vous êtes seuls juges de l'opportunité d'une baignade ; ces baignades se font donc sous votre responsabilité et à vos risques et périls.

## Photos

Vous faites de belles photos ! N'hésitez pas à nous envoyer un CD, une clé USB, un lien [Dropbox](#) ou [WeTransfer](#) de vos plus belles photos réalisées lors de votre voyage. Le fait pour vous de nous communiquer des photos implique que vous acceptez que vos photos soient utilisées à titre gracieux sur nos différents supports (catalogue, site internet, fiche technique, etc...).

## Récit de voyage

Vous souhaitez partager vos meilleurs moments du voyage et faire profiter de votre expérience la communauté de randonneurs ? Transmettez-nous votre récit et quelques photos illustrant vos propos que nous publierons pour vous sur notre blog.

## Tourisme responsable

### ► Agir pour un Tourisme Responsable - label ATR

Grand Angle est un membre actif de l'association ATR « Agir pour un Tourisme Responsable », dont la conformité avec le label a été vérifiée par Ecocert Environnement.

Les valeurs communes du label, partagées par tous ses membres, sont représentées par : la transparence (entre le client et l'agence de voyage), le partenariat (entre les prestataires locaux et l'agence de voyage) et la cohérence (synonyme de bonne communication au sein de l'équipe de l'agence de voyage).

Être membre d'ATR nous engage à :

- Promouvoir un tourisme de qualité
- Respecter l'environnement, le patrimoine et les populations locales
- Sensibiliser les voyageurs aux coutumes locales
- Informer les voyageurs en toute transparence sur leurs conditions de voyage

Pour plus d'information sur [l'association ATR](#).

Pour préparer au mieux votre voyage, nous vous invitons à prendre connaissance de la [charte éthique du voyageur](#).

### ► La Charte Européenne du Tourisme Durable dans les Espaces Protégés

En 2014, Grand Angle a été l'un des premiers tours opérateurs à être certifié au titre de la Charte Européenne du Tourisme Durable, créée et développée par Europarc, la Fédération des espaces protégés européens, regroupant Parcs Naturels Régionaux, Parcs Nationaux et réserves naturelles.

La Charte Européenne a pour vocation de développer sur des espaces protégés un tourisme de qualité, durable et responsable, dans le respect de l'homme et de son environnement. Être certifié au titre de la CETD est une reconnaissance de notre engagement dans le tourisme et le développement durables ancrés sur les territoires, sur les plans économique, social et environnemental.

La certification est une attestation de la confiance que portent les Parcs à notre entreprise et à sa démarche.

Le partenaire de Grand Angle dans cette certification est le [Parc Naturel Régional du Vercors](#).

En savoir plus sur la [Charte Européenne de Tourisme Durable](#).

# À EMPORTER DANS VOS BAGAGES

---

## 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. Attention, à vos chaussures restées trop longtemps dans un placard. La durée de vie d'une chaussure est de 2 à 5 ans. Au bout d'un certain temps les semelles se décollent et les coutures peuvent se déchirer.

## Les vêtements spécifiques pour la randonnée

- Une veste coupe-vent imperméable (type goretex)
- Deux vestes polaires ou chaudes
- Gants et bonnet (deux paires si possible)
- Un pantalon de marche adapté à la neige (imperméable)
- Des tee-shirts (privilégiez des matières respirantes)
- Vêtements de rechange et linge personnel
- Un maillot de bain (slip de bain pour les hommes), des sandales de bain et un drap de bain, et une serviette pour l'option balnéo

**Si vous avez des doutes ou des questions sur le matériel adapté à la randonnée hivernale en montagne, surtout, n'hésitez pas : contactez-nous !**

## Équipement :

Un sac à dos de randonnée d'une capacité de 35 litres environ, il vous sera utile pour le transport de vos affaires personnelles durant la journée. Ce dernier devant contenir :

- Fond de sac (vêtement de neige, vêtement chaud, tee-shirt de rechange, lunettes de soleil, crème solaire, trousse à pharmacie, nécessaire de pique-nique, objets personnels, ...)
- Déjeuner pique-nique du jour (prévoir des couverts)
- Eau en suffisance (gourde minimum 1,5 litres)

## Le pique-nique

- Couverts (fourchette, couteau pliant)
- Gourde 1,5 L minimum ou camel back bien plus pratique...

## Petit matériel

- Une paire de tennis pour le soir
- Lunettes et crème solaire
- Appareil photo...
- Votre trousse de toilette
- Une lampe de poche ou frontale
- Du papier hygiénique
- 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.

## Pharmacie collective

Trousse de premiers secours placée sous la responsabilité de votre accompagnateur