

RETROUVANCE ® VALIER



La randonnée nature 6 jours / 5 nuits à la découverte du
VALIER : Le Seigneur des Pyrénées Ariégeoises

Un séjour nature itinérant « tout compris » sans portage proposé par l'Office National des Forêts sur le massif du Valier.

Au programme

JOUR 1

Regroupement pour tous à 14h00 devant l'Office de Tourisme de Saint-Girons (à 10 minutes à pied de la gare de Saint-Girons - parkings à proximité). Présentation du séjour, acheminement jusqu'au point de départ par bus. Passage par le Col de Pause, la cabane pastorale et les estives d'Arréou et arrivée au refuge d'Arréou, refuge entièrement dédié au groupe et récemment rénové,

- Départ du Col de Pause 1300 mètres - Arrivée Refuge d'Arréou 1888 mètres

- ⬆️ Dénivelé positif : 588 mètres /Dénivelé négatif : 0 mètres/ Distance estimée en Km : 3650m /Temps de marche 2H30.
- ⬆️ Niveau facile.

JOUR 2

- Départ Refuge d'Arréou 1888 mètres - Arrivée Refuge d'Arréou 1888 mètres

La deuxième journée est une boucle avec une incursion en Espagne. Passage par le col de Courbe (1960m), la Lauze rouge (1932m), la cabane pastorale de Berbégué et la pourtanech d'Aurenère (2331m), qui marque la frontière avec l'Espagne et le point culminant de la randonnée. Retour par la port d'Aula (2260m) jusqu'au refuge d'Arréou.

- ⬆️ Dénivelé positif : 550 mètres /Dénivelé négatif : 550 mètres / Distance estimée en Km : 9200m / Temps de marche : 5H00
- ⬆️ Niveau moyen

JOUR 3

- Départ Refuge d'Arréou 1888 mètres - Arrivée Refuge des ESTAGNOUS 2245 mètres

La troisième étape emprunte le GR10 dans sa première partie par les bouches d'Aula (1998m), le refuge d'Aula (refuge Daniel Tourte- 1550m). Le sentier emprunte ensuite la montée par Perreblanque jusqu'au col (2677m), le petit Valier et le col Faustin (2655m). Descente au refuge des Estagnous (2245m). Pas de portage des bagages jusqu'au refuge des Estagnous, site mythique où vous côtierez d'autres amoureux des grands espaces montagnards.

- ⬆️ Dénivelé positif 1250 mètres / Dénivelé négatif 930 mètres / Distance estimée en Km : 9000m /Temps de marche 8 heures
- ⬆️ Niveau difficile

En option, est prévu l'ascension du Mont VALIER (2838 mètres), selon le groupe et les conditions météo, au cours de la troisième étape, mais sans aucun sac à porter (dénivelé complémentaire +/- 180 mètres)

JOUR 4

- Depuis le refuge des ESTAGNOUS, redescente sur la Maison du VALIER.

Montée au col de Pecouch (2462m), puis c'est la descente vers la Maison du Valier du Pla de la Lau en passant par les Lauzets, l'étang de Milouga (1960m) la cabane de Taus et la cabane d'Aouen. Le groupe retrouve ses bagages à la Maison du Valier.

- ⬆️ Dénivelé positif 220 mètres /Dénivelé négatif 1475 mètres // Distance estimée en Km : 9200m /Temps de marche 6 heures
- ⬆️ Niveau difficile



JOUR 5

- Départ Maison du Valier 986 mètres – Arrivée au gîte de Bethmale 1074 mètres

Le sentier longe la réserve du Valier et emprunte « le chemin des gardes » récemment réhabilité.

Passage par les estives du Héréchet, contournement du pic du midi de Bordes et sous le refuge de Salvador.

Arrivée au gîte de Bethmale, situé en bordure du majestueux lac du même nom, géré par l'Office National des Forêts, et entièrement dédié au groupe.

- ⚡ Dénivelé positif 580 mètres /Dénivelé négatif 490 mètres // Distance estimée en Km : 13000m /Temps de marche 6 heures
- ⚡ Niveau moyen

JOUR 6

- Dernière étape vers le village de Bethmale, et déjeuner à l'auberge de la Core pris en commun avant l'acheminement du groupe vers l'office de tourisme de Saint-Girons.

- ⚡ Dénivelé positif 0 mètre /Dénivelé négatif 360 mètres // Distance estimée en Km : 5700m /Temps de marche 2 heures 30 minutes
- ⚡ Niveau facile

Notre avis...

Un séjour inoubliable et grandiose : du haut de gamme !

Infos complémentaires

Nombre de maximum : groupe de 12 personnes (départ garanti à 7)

Matériel nécessaire :

- gros sac à dos ou sac de voyage pour le séjour (maximum 10 kg)
- petit sac à dos 40 litres environ pour vos affaires et le pique-nique des journées de marche.
- **une bonne paire de chaussures de marche ayant une bonne tenue de la cheville avec semelles type "Vibram" ayant déjà servi.**
- bâton de marche ou canne télescopique (selon les goûts de chacun).
- vêtement de pluie (cape), coupe-vent, casquette.
- veste imperméable et respirante type gore tex.
- polaire et pull-over.
- Pantalon de marche.
- lunettes de soleil.
- paire de gants fins type polaire.
- bonnet.
- short.
- plusieurs paires de chaussettes.
- sous vêtements de rechange.
- une serviette de toilette.
- crème solaire.
- stick à lèvres.
- couteau, cuillère et fourchette
- gourde 1 à 2 litres.
- mini trousse à pharmacie avec élastoplast, biogaze, désinfectant...
- lampe de poche(frontale de préférence)
- votre appareil photo.

Renseignements complémentaires :

Les téléphones portables ne sont rechargeables qu'à la Maison du VALIER- quatrième nuitée- et aléatoirement les autres soirs en fonction de l'ensoleillement (structures alimentées par panneaux solaires). On ne vous assure pas de l'intégralité des liaisons téléphoniques car le circuit se déroule en montagne... avec son cortège de zones d'ombres, mais vous parviendrez à faire un petit coucou à votre famille, de temps en temps !

Niveau

Niveau pour randonneur confirmé en très bonne condition physique

La randonnée s'effectue sur sentiers entre 700m et 2700m d'altitude sans difficulté technique particulière.

Le portage consiste uniquement aux transports des affaires de la journée.

Encadrement

Toute la durée du séjour, l'encadrement est assuré par un accompagnateur moyenne montagne diplômé et confirmé. Au cours du séjour, intervention d'un forestier de l'O.N.F.

Dates

Lundi 4 juillet 2011 au Samedi 9 juillet 2011

Lundi 15 août 2011 au Samedi 20 août 2011

Lundi 11 juillet 2011 au Samedi 16 juillet 2011

Lundi 22 août 2011 au Samedi 27 août 2011

Lundi 18 juillet 2011 au Samedi 23 juillet 2011

Lundi 29 août 2011 au Samedi 3 septembre 2011

Lundi 25 juillet 2011 au Samedi 30 juillet 2011

Lundi 5 septembre 2011 au Samedi 10 septembre 2011

Lundi 1er août 2011 au Samedi 6 août 2011

Lundi 12 septembre 2011 au Samedi 17 septembre 2011

Lundi 8 août 2011 au Samedi 13 août 2011

Prix par personne 560€ tout compris (hébergement en demi-pension+pique-niques de midi, encadrement et navettes).

Contenu de la prestation

- La mise à disposition du groupe d'un logisticien chargé du transport des bagages (J1 /J2 / J5/ J6) et de la literie, de l'acheminement des repas (pris chez les aubergistes locaux) et de leur service à table, il saura aussi vous renseigner sur les particularités de l'itinéraire et ses caractéristiques techniques ; il sera aussi votre lien avec la vallée, mais en aucun cas un taxi.
- Le client n'aura à porter que ses pique niques de la journée et quelques affaires personnelles (pour la 3ème étape un drap en plus).
- La pension complète (y compris apéritif et vin aux repas) du rafraîchissement du jour 1 au repas du dernier jour ; les repas de midi sont à base de vivres de "route " froids, ceux du soir sont cuisinés et font la part belle aux recettes montagnardes.
- Vous serez logés dans un REFUGE forestier RETROUVANCE privatif (Refuge ONF d'ARREOU), en bordure d'un lac de montagne (les deux premières nuits), et dans un gîte forestier RETROUVANCE privatif en bordure d'un lac la cinquième et dernière nuit (Gîte ONF de BETHMALE).
Les troisième et quatrième nuits, l'hébergement est prévu dans un refuge de montagne (Refuge des Estagnous) et dans une auberge de montagne (LA MAISON DU VALIER), où vous côtoierez d'autres randonneurs.
- L'éventuel transport de tout ou partie du groupe de la gare de St-GIRONS à BETHMALE à l'aller et de la Vallée du RIBEYROT à la gare SNCF de St-GIRONS au retour. Pour les groupes s'étant rendus par leurs propres moyens à BETHMALE, le transport de la Vallée du Ribeyrot à BETHMALE est prévu le dernier jour.
- La présence d'un accompagnateur diplômé moyenne montagne pendant toute la durée du séjour.
- L'intervention d'un agent de l'Office National des Forêts sur une demi-journée pendant le séjour.

Quatre hébergements de grande qualité :

Le gîte de Bethmale



La maison du Valier



Le refuge des Estagnous



Le refuge d'Arreou



Accès

- Par route :

A partir de FOIX prendre la D117 jusqu'à St-GIRONS

A partir de TOULOUSE, emprunter l'autoroute A64 - LA PYRENEENNE qui relie TOULOUSE à SAN SEBASTIAN- et sortir à la sortie n°20 (St-GIRONS / SALIES du SALAT / St- MARTORY) et prendre la D117 jusqu'à ST-GIRONS (1h30 TOULOUSE/ST GIRONS)

- Par train :

Sur la ligne SNCF Tarbes / Toulouse, changement à BOUSSENS et correspondance pour Saint-Girons par bus affrété par la SNCF (arrêt St-Girons GARE, LEP-Bergès) rassemblement devant la gare de St-Girons.