



# Fiche technique « Rando Balnéo au coeur du parc national des Pyrénées »

## Le séjour en résumé :

L'ensemble de nos randonnées se fera en étoile à partir du village de Luz St Sauveur au cœur du parc national des Pyrénées. Ce paisible village offre une réelle ambiance de montagne et les fameux thermes de St Sauveur.

Chaque journée sera différente et l'on prendra le temps d'explorer, de savourer des paysages d'exception... Vous aurez l'occasion de randonner sur de hauts plateaux, des vallées encaissées, des cirques glaciaires. L'ensemble de ces merveilles vous offrira un panaché complet des différents visages que peut revêtir la vallée de Gaves. Soyez-en sûr, vous ne resterez pas indifférents devant l'immensité du cirque de Gavarnie, la rencontre avec des isards et la quiétude des cimes enneigées.

**Durée :** 6 jours de marche/ 5 nuits

**Hébergement :** 5 nuits en gîte ou hôtel

**Dénivelé moyen/ jours :** 700m

**Difficulté :** Facile ; 3 à 5 heures de marche, 100m à 400m de dénivelé

# Déroulement :

## J 1 : Arrivé à Luz St Sauveur dans votre hébergement tout confort

## J 2 : Le cirque de Gavarnie, 5h00, +200m/-200m

On ne peut pas imaginer de tels panoramas avant de les avoir devant les yeux...Grand, majestueux, rempli de neige, orné de cascade de glace de plusieurs centaines de mètres de haut... C'est ce que nous offrira l'un des plus beaux paysages de montagne... 1500m de parois verticales et vous à l'intérieur de ce cirque...

## J 3 : Le plateau de Saugué, 4h30, +250m/-250m

Un simple rêve, on pourrait croire que la nature a simplement créé cette merveille pour que le randonneur puisse contempler le cirque de Gavarnie de ce haut plateau. Nous cheminerons sur ces hauteurs jonchées à plus de 1500 mètres d'altitude où chaque croupe, chaque vallon est prétexte à la contemplation.

## J 4 : La vallée d'Ossoue, 4h30, +250m/-250m

C'est la célèbre vallée menant au Vignemale qui accueillera nos traces pour cette journée. Nous aurons tout à loisir d'explorer le bas de cette vallée qui paraît infinie. Parcourue par un étroit canyon, en parti gelé durant l'hiver, vous émerveillerez devant les contrastes qu'offre cette saison : la blancheur de la neige, le bleu éclatant de la glace...

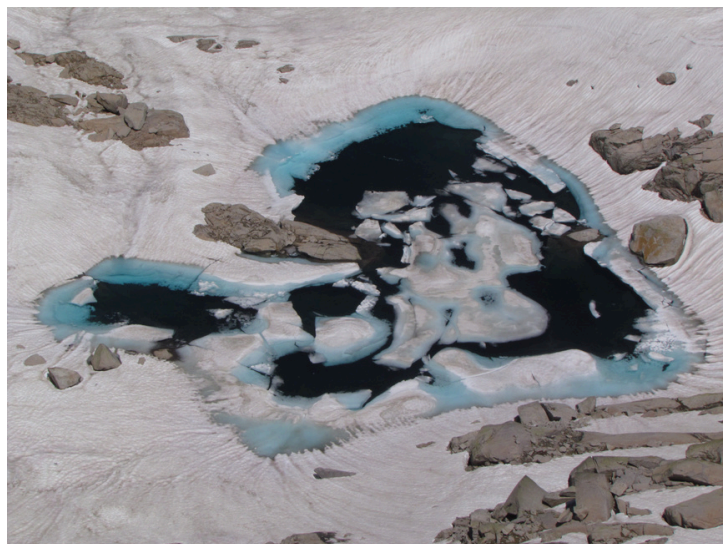
### **J 5 : Le cirque de Lys, 5h00, +400/-400m**

Cette vallée encaissée mène à un cirque beaucoup moins connu que ces grands frères, c'est ce qui en fait l'intérêt. Nous nous avancerons dans une forêt accueillant une vie sauvage dense. Malgré l'encaissement de la vallée qui aux premiers abords pourrait être austère, elle saura dévoiler ses secrets au fur et à mesure de notre avancée. Et peut-être même récompenser nos efforts par la rencontre avec quelques isards...

### **J 6 : Le lac d'Isaby, 4h30, +100/-100m**

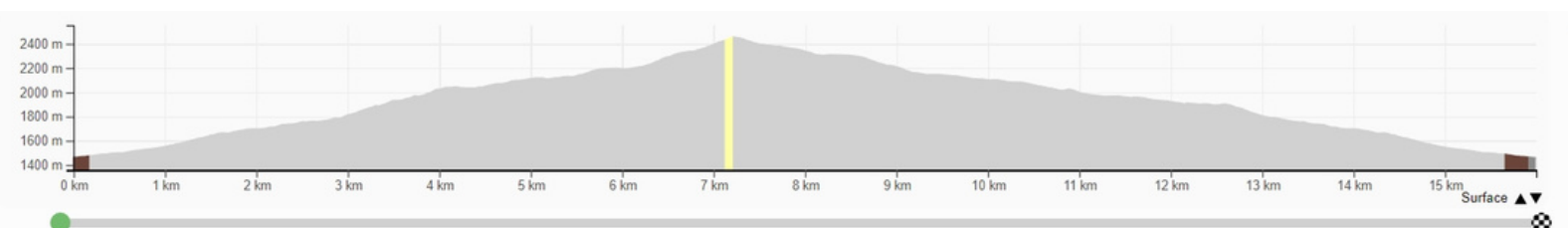
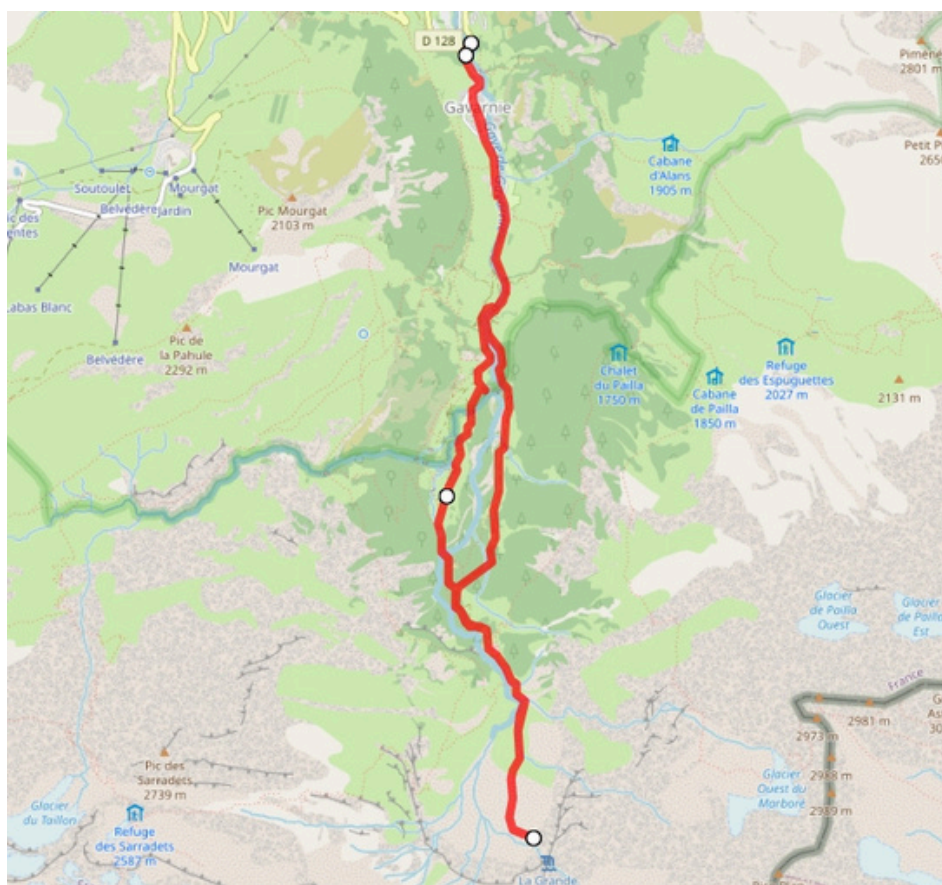
Nous quitterons la proximité des hauts sommets pour prendre le recul nécessaire et ainsi pouvoir admirer leurs majestueuses formes élancées. Les hauteurs plus douces du Hautacam feront un promontoire parfait pour cet objectif. Si l'on ajoute à cela le lac gelé d'Isaby et sa cabane qui borde la rive, nous serons comblés par cette agréable journée de raquette.

Les itinéraires sont susceptibles d'être modifiés selon les conditions météorologiques et le niveau de l'ensemble du groupe.

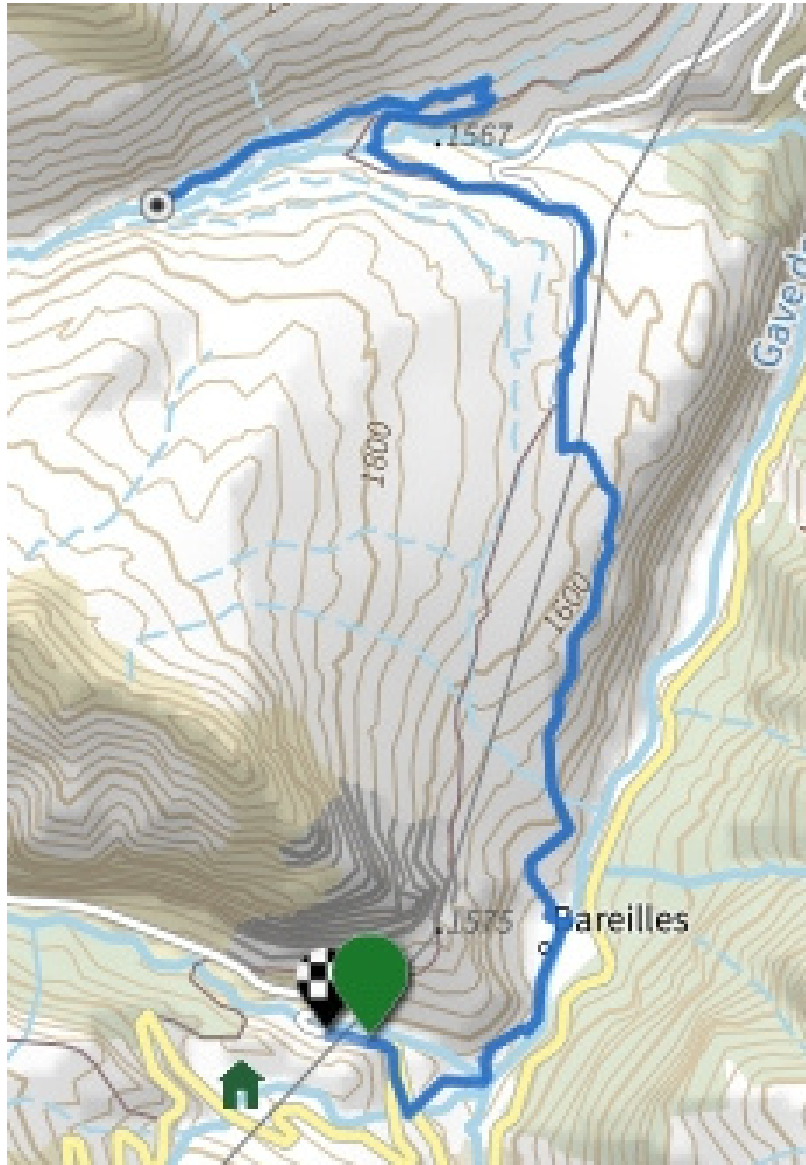


# Itinéraire :

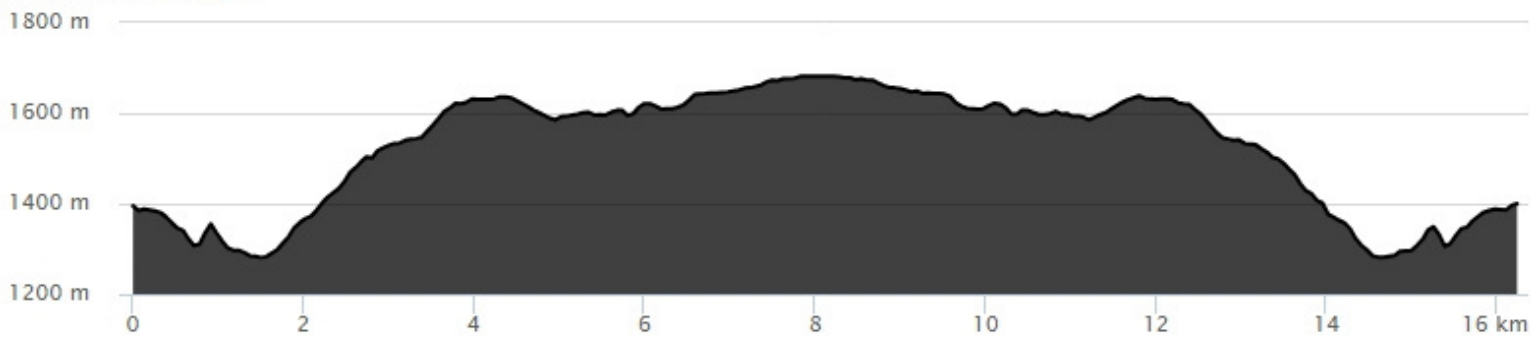
## Jour 2 :



# Jour 3 :



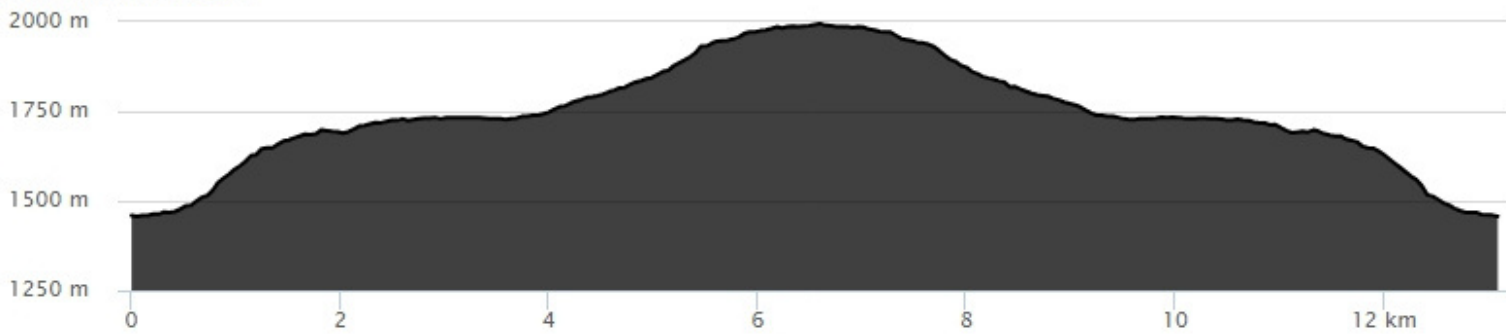
## PROFIL ALTIMÉTRIQUE



# Jour 4 :



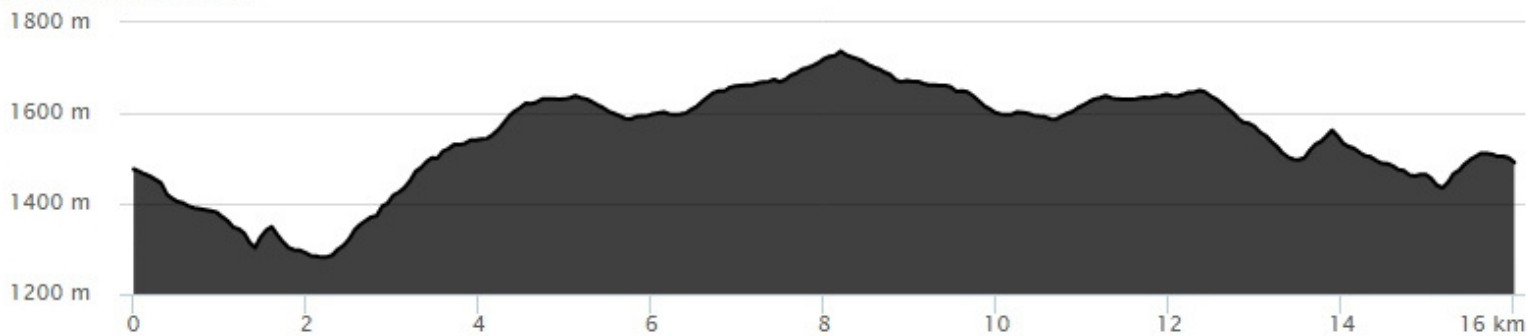
## PROFIL ALTIMÉTRIQUE



# Jour 5 :



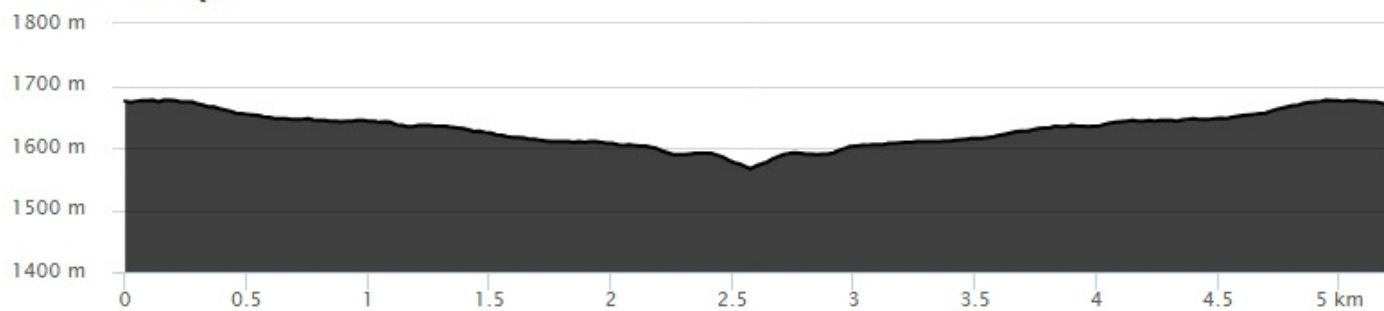
## PROFIL ALTIMÉTRIQUE



# Jour 6 :



## PROFIL ALTIMÉTRIQUE





## Options :

Possibilité d'arriver sur le lieu de votre hébergement la veille ou rester sur le lieu d'hébergement le dernier jour

## Sont exclus du prix :

Les boissons et dépenses personnelles

## Lieux et horaires de rendez-vous :

Rendez- vous le Dimanche matin à 09h00 à l'office du Tourisme de Luz St Sauveur.

## Découvrez la zone :

Ce département porte bien son nom, ici les Pyrénées sont hautes... C'est la zone qui reçoit le plus de neige durant l'hiver. C'est également une région de beauté sans égal, c'est pour cela que le Parc National a été créé ; pour protéger ces massifs si beaux et si fragiles. L'une des origines de la création de ce parc est l'existence de trois cirques glaciaires : Gavarnie, Estaubé et Troumouse. Depuis le Parc National a grandi pour le bonheur de tous.

Les nombreux sites naturels dans les Hautes-Pyrénées ont toujours attiré les voyageurs et aventuriers de tout temps. On venait pour admirer les merveilles de la nature, qui ont su inspirer les plus illustres comme Victor Hugo. Mais on s'y rendait aussi pour les fameuses sources thermales d'eau chaude jaillissant des profondeurs de la terre... Les temps ont changé, les transports facilités mais les buts, eux, restent quasiment les mêmes.

Nous vous proposons des séjours répondant à toutes vos envies... Des semaines de détente en profitant des paysages exceptionnels et des thermes présents sur nos lieux d'hébergement... Des randonnées faciles, accessibles à tous (seul, en couple, en famille)... Des grandes itinérances de refuge en cabane dans la réserve naturelle du Néouvielle.

Bienvenue dans les vallées où les ruisseaux et torrents s'appellent des gaves, où la vie de l'homme est connectée à la montagne depuis des millénaires, où les sommets restent enneigés la majeure partie de l'année.

## Accès :

### **En voiture :**

- De Toulouse : prenez l'A 64 Direction Tarbes-Lourdes.  
Prendre la sortie 12 direction Direction Lourdes, poursuivez jusqu'à Argelès-Gazost puis continuer jusqu'à Luz St sauveur .

### **En train :**

La gare la plus proche est celle de Lourdes.

# Équipement :

## Habillement :

- Chaussures de randonnée à tige haute, confortables, imperméables et déjà portées...
- Une paire de sandales (pour le soir)
- Un pantalon de randonnée en coton ou synthétique (si possible respirant, déperlant, séchage rapide)
- Une veste en polaire
- Une veste de montagne à capuche (Si possible imperméable et respirante)
- Un ou deux autres pulls (réguler la chaleur de votre corps)
- Des tee-shirt manche courte et manche longue (Si possible synthétiques respirant)
- Des paires de chaussette (si possible en synthétique ou laine, coton=ampoules)
- Des sous vêtements
- Une cape de pluie (poncho)
- Un drap de bain séchage rapide
- Un maillot de bain
- Un bonnet
- Un pantalon léger (pour le soir)
- Une paire de gant
- Une écharpe ou un foulard

## Matériel :

- Un sac de voyage pour vos affaires personnelles
- Un sac à dos pour une journée de marche (40 L minimum)
- Un sac à viande (drap de tissu léger en forme de sac de couchage)
- Une paire de bâtons de marche télescopiques (facultatif mais grandement recommandé)
- Une gourde d'eau (2 L)
- Un couteau de poche
- Une lampe frontale
- Lunettes de soleil, crème solaire
- Appareil photo, Jumelles
- Casquette ou chapeau
- Papier toilette
- Un briquet
- Des boules Quiès
- Nécessaire de toilette
- Votre pharmacie personnelle (Elastoplast, compeed, médicaments personnels)
- Quelques sacs poubelle pour protéger votre sac les jours de pluie

## Budget :

Prévoir un budget en espèces pour vos dépenses personnelles.