

# Fiche technique « Week-end Balnéo Luz St Sauveur »

## Le séjour en résumé:

Ce week-end découverte des environs et détente vous permettra d'effectuer 2 randonnées en raquette à la journée et de profiter des thermes de Luz St Sauveur. L'hébergement au centre du village vous garantira une ambiance chaleureuse de montagne dans un village typique.

Durée : 2 jours de marche / 1 nuit

Hébergement : 1 nuit en gîte ou hôtel

Dénivelé moyen/jours : 200m

Difficulté : Facile ; 3 à 4h de marche, 100 m à 300 m de dénivelé



## Les + :

- Un week-end "relax" où l'on prend le temps
- Des belles randonnées diverses
- Des points de vue exceptionnels
- Les bains de le Luz St Sauveur
- Un site exceptionnel à découvrir l'hiver
- L'ambiance d'un village typiquement Pyrénéen

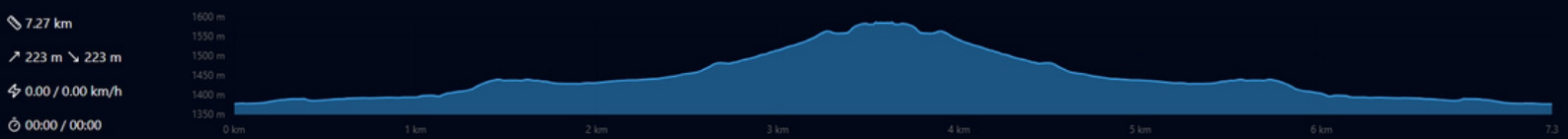
## Déroulement :

### **J 1 : Barèges, le plateau du Lienz, 5h00, +250m/-250m :**

Un départ des thermes de Barèges nous hissera tranquillement sur le plateau du Lienz. Célèbre plateau avec son antique funiculaire. La forêt se fera dense et truffée de traces d'animaux, l'occasion pour nous d'avoir une première approche de la faune sauvage.

### **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...



## Sont exclus du prix :

Les boissons et dépenses personnelles

- Les assurances annulation, rapatriement, interruption, bagages
- Le pique nique du samedi midi

## Lieux et horaires de rendez-vous :

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

## Accès :

### En voiture :

- De Toulouse : prenez l'A 64 Direction Tarbes-Lourdes.

À Tarbes prenez la N21 jusqu'à Lourdes.

De Lourdes prenez la D821 en direction d'Argelès -Gazost, puis continuez jusqu'à Luz St Sauveur.

La place de l'office du tourisme est la place centrale du village.

### En train :

La gare la plus proche est celle de Lourdes.

-De Toulouse le premier train part à 6 H 31 min et arrive à 8 H 36min.

Puis un bus de la Sncf dessert 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.

# 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.