FICHE TECHNIQUE Eté 2019 Pyrénées Aragon

Randonnée en liberté, en itinérance, le sac léger

MONT PERDU ET ORDESA, LES PLUS GRANDS CANYONS D'EUROPE

7 jours – 6 nuits – 6 jours de marche – Facile +

Une randonnée toute en douceur, en liberté, à la découverte des plus grands canyons d'Europe, tels que Ordesa, Mont Perdu, ou encore Anisclo.

Partez à la découverte des paysages grandioses et sauvages du Mont Perdu et d'Ordesa d'où s'épanchent les plus grands canyons d'Europe. Les sentiers, qui relient les petits villages demeurés authentiques, racontent l'histoire millénaire de ces contrées où le temps semble parfois s'être arrêté. Abrités par les montagnes aux parois calcaires, vous y rencontrerez les populations autochtones vivant là depuis toujours, où les traditions se perpétuent de père en fils… Encadrés par le buis et le romarin, les petits chemins surplomberont les profondeurs des canyons d'Escuain, d'Anisclo et d'Ordesa, dominés par le vol majestueux des vautours puis, le long des falaises et des plateaux de calcaires, vous inciteront à la découverte des ermitages ancestraux, témoins d'un riche passé historique. Cascades, parois gigantesques, forêts de pins sylvestres, torrents impétueux et villages à l'architecture authentique composent le tableau, toujours dominé par les hauts sommets du Mont Perdu parfois ourlés de neige… Un véritable décor de carte postale, une randonnée exceptionnelle !

Le parc National d'Ordesa et du Mont Perdu fut créé le 16 août 1918. La superficie du Parc est de 15 608 ha. Il est classé en 1997 au patrimoine mondial par l'UNESCO.
Le parc est délimité au nord par les trois sœurs constitué par : Le Mont Perdu (3 355m), le Cylindre (3 327m) et le Soum de Ramond (3 260m). D'autres pics comme le Marboré, le Taillon, la Tour et le Casque dépassent la barre mythique des 3 000. La brèche de Roland vient trancher cette barrière et donne accès au cirque de Gavarnie**.**
Depuis le point culminant qu'est le Mont Perdu, une série d'impressionnantes vallées glaciaires descendent en éventail. Les canyons d'Ordesa et d'Anisclo sont parmi les plus grands et les plus profonds d'Europe.

Les points forts du séjour

La découverte des 3 plus grands canyons d'Europe : Escuain, Anisclo et Ordesa.
Les paysages grandioses et les villages authentiques de ces contrées.
Un sac à dos avec juste les affaires de la journée.
Les 2 dernières nuits à Torla pour son ambiance typiquement espagnole.

PROGRAMME

Jour 1 : Village de Revilla - Canyon **d'Escuain**

Entre buis et genêts à coussinets, parfois à l'ombre des pins sylvestres, un petit chemin de pierres nous amène à la découverte des méandres du canyon d'Escuain, le 3ème canyon du Mont Perdu, dominé par les parois gigantesques de la forteresse naturelle du Castillo Mayor. Installation à votre hôtel, face à l'imposante montagne du Castillo Mayor.

Temps de marche : 3 heures environ.
Dénivelé positif : + 200 m.
Dénivelé négatif : – 200 m.
Hébergement : Hôtel de montagne.
Repas inclus : Dîner.

Jour 2 : Lamiana - Village et ermitages de Tella

Toujours par les petits sentiers ancestraux, départ vers le charmant petit village de Tella. Témoin d'un passé à l'histoire millénaire, un dolmen d'une autre époque semble veiller et protéger le village ; il est en quelques sortes la porte d'entrée qui permet de monter sur la colline et de découvrir les trois ermitages qui entourent le sommet de ce promontoire dominant le village et attestant d'une présence humaine plus importante dans les temps anciens. Découverte ensuite du village et de son architecture typique du haut Aragon.

Temps de marche : 4 à 5 heures environ.
Dénivelé positif : + 350 m.
Dénivelé négatif : - 350 m.
Hébergement : Hôtel de montagne.
Repas inclus : Petit déjeuner - Dîner.

Jour 3 : Lamania - **Canyon d'Anisclo** - Nerin (1281 m)

Le long des spectaculaires gorges du rio Bello, arrivée devant l'antre béante et impressionnante du fameux canyon d'Anisclo. Tout au fond du canyon, le long du torrent bouillonnant, un petit sentier permet de passer un pont roman et de découvrir l'ermitage San Urbez, calfeutré au sein même des parois, se confondant parfois avec la couleur ocre du rocher ! Montée ensuite jusqu'au petit village de Sercué, tout récemment restauré dans le respect de l'architecture du pays et continuation parmi les genêts « hérissons » et le buis jusqu'au paisible village de Nerin.

Transfert : 1 heure 15 environ (arrêts compris dans les gorges fabuleuses du rio Bello).
Temps de marche : 4 à 5 heures environ.
Dénivelé positif : + 400 m.
Dénivelé négatif : - 200 m.
*Hébergement : Gîte ou hôtel** (selon la formule choisie).*
Repas inclus : Petit déjeuner - Dîner.

Jour 4 : Nerin (1281 m) - Pic de Mondoto (1957 m) - Nerin

Depuis le village, un sentier permet de rejoindre les prairies d'altitude, magnifiques en juillet, toutes bariolées des couleurs mauves de l'iris et jaune vif du genêt… un véritable enchantement ! Arrivée « tranquille « sur le sommet du Mondotto (1957 m) ; de là, la vue sur le canyon d'Anisclo est carrément stupéfiante : imaginez un abîme sans fond, où les eaux impétueuses du torrent s'engouffrent dans un vacarme étourdissant, imaginez dans ces espaces grandioses, à vos pieds, le vol incessant des vautours ! Imaginez ces paysages grandioses entourés par les hautes murailles des sommets du Mont Perdu ! Un véritable régal pour les yeux ! Continuation ensuite jusqu'au Cuello Arena appelé aussi « Petite Mongolie », avec ses vastes prairies et ses collines arrondies offrant au nord un superbe panoramique sur les sommets des Trois Sœurs : le Cylindre du Marboré, le Mont perdu et le pic d'Anisclo. Retour en boucle sur le village de Nerin

Temps de marche : 5 à 6 heures environ.
Dénivelé positif : + 800 m.
Dénivelé négatif : - 800 m.
*Hébergement : Gîte ou hôtel** (selon la formule choisie).*
Repas inclus : Petit déjeuner - Dîner.

Jour 5 : Nerin - **Canyon d'Ordesa** - vires Racon et Canarellos

Transfert en navette (ou en taxi selon la période de départ) jusqu'à l'entrée du canyon d'Ordesa. Montée jusqu'au pied des immenses falaises du canyon et découverte d'une magnifique vire taillée en balcon le long des parois s'immisçant entre bosquets de pins sylvestres et genêts en coussinets… Découverte des paysages grandioses du cirque de Cotatuero avec ses innombrables cascades. Si la forme est au rendez-vous, continuation par la vire « Canarellos », autres vire du canyon offrant quelques vues spectaculaires sur l'ensemble du cannyon d'Ordesa ; descente ensuite par le chemin traditionnel, le long des cascades, afin de revenir au point de départ pour la navette de retour sur Torla.

Transfert : 1 heure environ depuis Nerin.
Temps de marche : 5 à 6 heures environ.
Dénivelé positif : + 500 m (+ 200 m si vous effectuez la vire « Canarellos »).
Dénivelé négatif : - 500 m (- 200 m si vous effectuez la vire « Canarellos »).
*Hébergement : Gîte ou hôtel** (selon la formule choisie).*
Repas inclus : Petit déjeuner - Dîner.

Jour 6 : Torla - **Canyon d'Ordesa** et vire de la faja Pelay - Torla

Transfert avec la navette du Parc National (ou votre véhicule selon période de départ) afin de rejoindre le site de la Pradera. Par le célèbre Sentier des Chasseurs, montée sur la large vire de la faja Pelay qui surplombe magnifiquement tout le canyon d'Ordesa. Cette vire est un véritable sanctuaire pour les isards que nous pourrons apercevoir parfois… ouvrez bine vos yeux ! Des miradors pont été aménagés afin de pouvoir admirer les fabuleux points de vue sur le Cirque de Cotatuero, sur les falaises du canyon ainsi que les hauts sommets du Mont Perdu ; par grand beau temps, on peut même apercevoir la Brèche de Roland qui ouvre la porte sur le cirque de Gavarnie versant français ! Arrivé au bout de la vire, descente face à la cascade Colla del Caballo (queue de cheval) afin de rejoindre le fond du canyon pour poursuivre le long du torrent et admirer la superbe cascade des Grados de Soasos, où les eaux turquoise dévalent les gradins de vasque en vasque. Arrivée au site de la Pradera via les grandes cascades del Estrecho et de la Cueva. Retour en navette sur Torla.

Transfert : 20 minutes environ.
Temps de marche : 7 heures environ.
Dénivelé positif : + 750 m.
Dénivelé négatif : - 750 m.
*Hébergement : Gîte ou hôtel** (selon la formule choisie).*
Repas inclus : Petit déjeuner - Dîner.

Jour 7 : Retour en France
Après le petit-déjeuner, rendez-vous à 10h00 pour le transfert de retour jusqu'à votre véhicule, c'est-à-dire jusqu'à Nerin. Arrivée dans la matinée.
Transfert : 45 minutes environ.
Repas inclus : Petit déjeuner.

Les heures de marche **s'entendent arrêts compris (sauf pause de midi et autres** pauses contemplatives) et sont strictement indicatives. Suivant les conditions **météorologiques, suivant le niveau des participants ainsi que parfois l'état du** terrain (boue, neige etc), ces temps de marche peuvent varier à la hausse ou à la baisse.

En raison des risques et des imprévus techniques, climatiques ou autres pouvant intervenir directement ou indirectement sur votre séjour, *VIAMONTS Trekking* ou son représentant durant le séjour se réserve le droit de modifier l'itinéraire, la succession des étapes, voire d'annuler certaines prestations du programme, notamment si des conditions particulières mettent en cause la sécurité du groupe ou d'une seule personne. Faites nous confiance, ces modifications sont faites dans votre intérêt ou pour votre sécurité.

INFORMATIONS TECHNIQUES et PRATIQUES

NIVEAU PHYSIQUE

Il y a 7 jours de marche à un niveau facile, dont aucune n'est obligatoire.
Le circuit s'effectue sur un itinéraire rarement balisé mais toujours sur des sentiers bien marqués. Les temps de marche varient de 3 à 6 heures selon les jours et votre rythme.

Le jour 6 : Journée de 7 heures de marche environ mais sur un très bon sentier avec des points de vues magnifiques ; la descente de retour se fait sans difficulté, le long du torrent, sur un chemin parfois aménagé et proposant des pauses afin de lire des panneaux d'informations sur les montagnes ou les paysages qui nous entourent.

Les temps de marche varient de 4 à 6 heures selon les jours et votre rythme.
Le rythme de marche est calculé sur la base de la vitesse suivante :

- 4 km/h sur du plat
- 300 m de dénivelé positif à l'heure
- 450 m de dénivelé négatif à l'heure

Sont inclus dans les temps de marche les micro-pauses que l'on ne manque pas de faire pour boire une gorgée, enlever un pull, prendre une photo, …. à condition qu'elles restent raisonnables dans le temps et le nombre. Les pauses contemplatives, ou encore la pause déjeuner, ne sont pas inclus dans les temps de marche.

Ce séjour s'adresse à des personnes pratiquant régulièrement la randonnée.

LE NIVEAU PSYCHOLOGIQUE

Nous ne pouvons malheureusement pas assurer le beau temps… et il arrive que la météo soit farceuse. Ne faites pas chuter votre moral en même temps que la pluie et ne vous laissez pas assombrir par un ciel gris particulièrement bas. Cela fait parti du voyage … laissez-vous imprégner par une ambiance … différente !…

SITUATION GEOGRAPHIQUE

Le circuit se déroule dans les Pyrénées Centrales, sur le versant Espagnol, dans la région appelée le « Haut Aragon ».
Les randonnées sont toutes situées dans le Parc National d'Ordesa y Monte Perdido ou sa zone périphérique.

Venant de France, la voix d'accès la plus facile reste par la Vallée de St Lary (Hautes Pyrénées), à une trentaine de kilomètres de Tarbes (65).

Pour info, que vous veniez de Toulouse ou de Tarbes par l'autoroute A64, vous prendrez la sortie n° 16 de Lannemezan, mais en direction de St Lary / Bielsa (en Espagne). Vous remonterez toute la vallée jusqu'à St Lary et vous poursuivrez dans la direction de l'Espagne en passant le tunnel de Bielsa et en redescendant au village de Bielsa. Là, une bifurcation vers Pineta vous permettra de faire la randonnée du Jour 1.

Comptez environ 1h30 (80 km) de la sortie de l'autoroute jusqu'au départ de la rando.

L'HEBERGEMENT

En hôtel, base chambre double.

A Lamania, pour les jours 1 et 2, c'est un hôtel de montagne, non côté, qui vous ouvrira ses portes pour les 2 nuits. Très accueillants, vos hôtes gèrent leur hôtel de manière familiale et conviviale. Ils auront plaisir à vous parler de leur pays, de leur isolement, et de la beauté de leur territoire.
Les chambres sont toutes équipées de salle de bain privatives. La décoration est simple et pratique. Il n'y a pas d'ascenseur. Le wifi n'est accessible que dans les parties communes. Une très belle terrasse avec vue panoramique sur le sommet du Castillo Mayor donne la possibilité d'un repos tranquille.

Sur les autres villages, 2 formules d'hébergement au choix :

En gîte

A Nerin pour les jours 3 et 4, vous serez logé dans un gîte. Le couchage est en petits dortoirs de 5 à 10 places, sur lits individuels. La plupart des dortoirs disposent d'une salle de bain dans le dortoir. Ceux qui n'en auraient pas disposeront d'une salle de bain sur le pallier. Les repas sont pris sur place.
A Torla pour les jours 5 et 6, vous serez logé dans un gîte situé au cœur du village de Torla. Le couchage est en dortoir de 15 à 20 places, séparées par des cloisons de bois toutes les 4 places environ, sur lit individuels superposés. Salle de bain commune. Les dîners seront pris dans un restaurant à proximité.

En hôtel**

A Nerin pour les jours 3 et 4, c'est un hôtel 2* qui vous accueillera. Situé aux abords du village de Nerin, il offre de superbes vues panoramiques sur le sommet de la Pena Montanesa qui domine la vallée du Rio Cinca. Ascenseur. Wifi disponible. La décoration est soignée et dispose d'un charme certain.
A Torla pour les jours 5 et 6, c'est un hôtel 2* qui vous accueillera. Situé au cœur du village de Torla, vous pourrez admirer l'entrée du canyon d'Ordesa depuis la piscine-terrasse de l'hôtel. Ascenseur. Wifi disponible. La décoration est soignée et de type « cosy ».

PORTAGE DES BAGAGES

Vous ne portez que vos affaires de la journée.
D'un hébergement à l'autre, vous ferez suivre vous-mêmes votre gros bagage dans votre véhicule.

LES TRANSFERTS

Le transfert du jour 3, en fin de journée, pour aller chercher votre véhicule, est inclus au prix du séjour.
Pour les jours 5 et 6, selon votre période de départ, vous utiliserez soit votre véhicule personnel soit la navette du Parc National. Prévoir environ 5 € par personne pour 1 aller-retour (tarif 2018, non contractuel).
La navette du Parc est mise en place du 29/06/2019 au 15/09/2019 inclus.

LA NOURRITURE

Les petits-déjeuners sont pris dans les hébergements. Ils sont servis à tables, à volonté. Ils varient en qualité selon la formule et les hébergements. Vous retrouverez partout le traditionnel pain-beurre-confiture et gâteaux espagnols, avec des boissons chaudes à volonté (café, lait, thé). Certains hébergements proposent également de plats salés (jambon, fromages,…).

Les dîners sont pris dans les hébergements. Ils sont copieux. Il s'agit, le plus souvent, de repas typiques espagnols, composés d'une entrée, un plat de résistance (viande ou poisson + féculents + légumes cuits), et d'un dessert. Le 1er plat peut être équivalent à nos entrées, mais généralement en plus copieux. Et le 2ème plat est équivalent à nos plats de résistance mais avec une vraie dominante viande ou poisson selon votre choix.

Les repas de midi : ils ne sont pas inclus dans le prix de votre voyage. Vous pourrez faire le choix de le commander sur place, directement auprès de votre hébergeur, sous forme de pique-nique ou de repas froid (pique-nique amélioré) ; de l'emporter pour les premiers jours ; ou de faire quelques emplettes (possible uniquement à Bielsa en passant le jour 1, à Escalona en passant le jour 3 ; et à Torla à partir du jour 5 au soir).

L'EAU

En journée, vous disposez du contenu de votre gourde. Pensez à la remplir chaque matin avant de partir. En Espagne, l'eau du robinet est potable mais comme partout ailleurs, elle peut avoir un arrière goût moins agréable à certaines périodes de l'année.

Vous pouvez, si vous le désirez, acheter de l'eau minérale à l'épicerie de Bielsa avant d'arriver à Lamiana. Ensuite, les achats d'eau minérale ne pourront s'effectuer que sur Escalona (le jour 3 au matin) ou à Torla, les jours 5 et 6 en fin de rando. Si vous optez pour cette solution, nous vous demanderons alors de jeter vos bouteilles vides dans les conteneurs de tri sélectif que vous trouverez dans les villages.

A SAVOIR : Sur ce circuit, il sera nécessaire de prévoir beaucoup d'eau (au minimum 2 litres par personne et par jour), car malgré des températures tout à fait agréables grâce à l'altitude, les journées disposent d'un fort ensoleillement qui incite à boire beaucoup. Prévoyez suffisamment de contenants car les approvisionnements en journée restent rares.

Sur cet itinéraire, nous vous déconseillons de vous réapprovisionner en eau dans les torrents en raison de la faible altitude générale à laquelle vous allez randonner. Si toutefois vous étiez amené à le faire, nous vous recommandons de traiter cette eau avec des pastilles purifiantes (voir rubrique PHARMACIE).

LE PRIX

Le prix comprend

L'hébergement en demi-pension, base chambre double ou dortoir selon la formule choisie.
Le transfert du jour 3 en fin de journée.
Une pochette de voyage comprenant : Le carnet de voyage, un topoguide détaillé de l'itinéraire, les supports cartographique du circuit au 1/25000ème, un porte-carte imperméable.

Le prix ne comprend pas

Les repas de midi.
Les transferts du jour 5 et 6 selon période de départ (prévoir 5 €/jour/pers.).
Les boissons non incluses dans les menus.
L'assurance individuelle.
Les frais de dossier.
D'une manière générale, tout ce qui n'est pas mentionné dans « Le prix comprend ».

Important : il n'est délivré qu'un seul jeu de cartes et 1 topoguide pour un groupe de 2 à 3 personnes ; 2 jeux de cartes et topoguide pour un groupe de 4 à 5 personnes.

Pour les groupes à partir de 6 personnes, il ne sera délivré que 2 jeux de cartes et topoguides pur l'ensemble du groupe. Si vous souhaitiez un jeu supplémentaire, consultez le chapitre « OPTIONS ».

DATES ET PRIX

Cette randonnée peut être effectuée de la mi-juin **jusqu'à mi octobre**.

DEPARTS	Base 2-3 personnes	Base 4-5 personnes
Hôtel	**490 €**	**470 €**
Gîte	**390 €**	**370 €**

A partir de 6 personnes, nous consulter.

OPTIONS

- Chambre individuelle en hôtel : 120 €.
- Réservation de 5 pique-niques du jour 2 au jour 6 = 70 € par personne.
- Jeu supplémentaire de cartes et topoguide : 18 € pour le groupe.
- Nuit supplémentaire en demi-pension à Torla en fin de séjour :
  - En hôtel : 65 €/pers base double ; 85 €/pers base individuelle.
  - En gîte : 35 €/pers.

DEPART DE LA RANDONNÉE

La randonnée du jour 1 au départ de Revilla, 2 km après votre hébergement, reste facultative, et peut être choisie au dernier moment, en fonction de votre horaire d'arrivée sur le massif.
Dans tous les cas, vous êtes attendu à l'hébergement à partir de 17h00. Si vous deviez arriver après 20h00, nous vous demandons d'en informer celui-ci.

Si vous ne disposez pas de véhicule pour vous rendre sur place, n'hésitez pas à nous en faire part, nous pouvons organiser votre transfert depuis Lannemezan par exemple (gare SNCF la plus proche). Nous consulter.

FIN DE LA RANDONNEE

Le jour 7, fin des services après le petit-déjeuner.

LES FORMALITES DE POLICE

A l'heure de la rédaction de la présente fiche technique, les ressortissants européens doivent disposer d'une carte nationale d'identité en cours de validité jusqu'à la fin de leur séjour.

ATTENTION : la prolongation de la carte nationale d'identité n'est pas reconnue par les autorités espagnoles. Vous devrez donc être muni d'une carte nationale d'identité française ou d'un passeport affichant une date de validité encore en cours à la fin de votre séjour.

Pour les autres nationalités, consulter votre consulat.

LES FORMALITES SANITAIRES

Aucun vaccin obligatoire en Espagne.
Vaccin conseillé : Diphtérie, Tétanos, Polio

SANTE

Compte tenu de l'éloignement des centres de secours et du fait que vous randonnerez seuls, nous vous recommandons de partir en bonne santé.

N'oubliez pas de vous procurer la carte européenne d'assurance maladie, à demander au moins 15 jours avant votre départ auprès de votre caisse d'assurance maladie.

Si durant votre séjour vous ressentez une fatigue ou une douleur particulière, n'hésitez pas à contacter votre assurance assistance. Ils vous dirigeront vers un médecin compétent. Il y en a plusieurs aussi bien sur la vallée d'Ainsa que sur la vallée de Torla. Celui-ci pourra alors vous indiquer les dispositions à prendre.

Pour cela, il est indispensable de veiller à emporter les références de votre assurance en assistance – rapatriement (nom de la compagnie, n° de contrat et n° de téléphone permanent) ainsi que les garanties couvertes et leurs conditions d'application.

TROUSSE MEDICALE DE VOYAGE

Cette liste est à adapter et à faire prescrire en fonction de vos besoins personnels et de votre destination par votre médecin traitant.

PETIT MATERIEL DE SOINS ET PANSEMENTS

Petits pansements, compresses stériles, sparadrap, stéristrip…
Antiseptique (type Septéal, Diaseptyl…)
Collyre (type Dacryoserum, Biocidan, Opticron…)
Pansements hémostatiques (type Coalgan)
Crème de protection solaire écran total et traitement des coups de soleil (type Biafine)

Pensez à vous munir d'un nécessaire pour soigner les ampoules… Cela peut arriver à n'importe qui : le pli d'une chaussette mal enfilée, les chaussures mal lassées, un pied gonflé par la chaleur ou une marche prolongée, … peuvent provoquer des ampoules. La double peau type Compeed© est très efficace, demandez conseil à votre pharmacien.

CALMER LA DOULEUR ET LUTTER CONTRE LA FIEVRE

Paracétamol : Doliprane, Dafalgan, Efferalgan etc…
Anti-inflammatoires : Voltarène, Advil, Nureflex…
Antispasmodiques : Spasfon Lyoc, Débridat, Viscralgine…
Douleurs gastriques : Maalox, Gaviscon…

TRAITEMENT DES ALLERGIES

Antihistaminiques : Clarityne, Zyrtec, Aérius…
Broncho dilatateurs : Ventoline
Corticoïdes : Solupred, Cortancyl…

MEDICAMENTS A VISEE DIGESTIVE

Antidiarrhéiques : Lopéramide, Imodium, Arestal…
Pansements coliques : Smecta…
Contre les nausées et les vomissements : Primpéran, Vogalène, Motilium…
Sachets de réhydratation pour les enfants : Adiaril…

ANTIBIOTIQUES

Infection ORL ou respiratoire : Amoxicilline (Clamoxyl, Augmentin) ou Macrolides.
Infection urinaire ou diarrhée fébrile : Noroxine (mais risque de photosensibilisation).

N'OUBLIEZ PAS VOS TRAITEMENTS HABITUELS

TRAITEMENT DE L'EAU

Si vous faite le choix de vous réapprovisionner en eau en pleine nature, compte tenu des altitudes auxquelles vous allez randonner sur ce circuit, nous vous conseillons de prévoir un traitement purificateur de l'eau. Pensez donc à vous munir de pastilles pour purifier l'eau de type Hydroclonazone, Micropur ou encore Aquatabs.

CONTRE LES MOUSTIQUES

Si vous êtes sensibles aux piqûres des moustiques, nous vous conseillons de prévoir le nécessaire notamment pour les soirées de mi-juillet à mi-août, sous forme d'une action mécanique :

- Une lotion répulsive (akipic, cinq sur cinq, huiles essentielles…), ou un « appareil » répulsif : bracelet anti-moustiques, émetteur d'ultra-sons, etc….
- Une crème apaisante en cas de piqûre : apaisyl, desensilium, huile essentielle de lavande,…
- Granules homéopathiques d'Apis Melifica.

ATTENTION : Certains de ces médicaments doivent faire l'objet d'une prescription médicale.

VOS BAGAGES

Prévoir un petit sac à dos (25 à 35 litres) devant contenir chaque jour et pour chaque participant :

- Une gourde (pleine !).
- Un lainage ou polaire chaude.
- Un coupe vent et pluie efficace en montagne.
- Une paire de gants (obligatoire lors de la montée au refuge).
- Le pique-nique de la journée.
- Un couteau.
- Un short (il est préférable de partir en pantalon et se changer en cours de journée quand le temps devient chaud).
- Crème solaire et stick à lèvres écran total.
- Lunettes de soleil.
- Casquette ou chapeau de soleil.
- Du papier hygiénique et un briquet pour le brûler. Attention tout de même à la végétation. Plus particulièrement sur les jours 2 et 3, il sera préférable de remporter le papier sale dans un sac en plastique jusqu'au village en raison des risques d'incendie.
- 2 poches en plastique : une pour votre poubelle personnelle, et une autre pour protéger vos affaires en cas de mauvais temps.
- Votre carte d'assurance maladie européenne.

- Numéro de téléphone et de contrat de votre compagnie d'assurance en assistance - rapatriement.
- La carte nationale d'identité, permis de conduite, carte bancaire.
- Un appareil photos (facultatif !).
- Les numéros d'appel d'urgence : 112.

A prévoir dans un seul sac, pour le groupe :

- La pharmacie de secours.
- 1 couverture de survie (l'idéal étant d'en avoir 1 par personne).
- La boussole.
- Le support cartographique.
- Le carnet de route / topoguide.
- Un bloc-notes et un stylo.
- Un nécessaire à couture contenant également des élastiques, des trombones, des épingles à nourrice et des serflex (bracelets en plastique).

Pour réaliser votre séjour, ne pas oublier

Les papiers et documents

- La carte bancaire (retraits possibles uniquement à Bielsa, Ainsa et Torla).
- De l'argent liquide notamment si vous voulez faire une pause boisson dans les villages, ou auprès des artisans.
- La carte nationale d'identité en cours de validité.
- Le permis de conduire du conducteur.
- Les photocopies de tous les papiers officiels (passeport, permis de conduire).
- Un tableau récapitulatif des numéros de téléphone et de contrat de vos compagnies d'assurances en assistance – rapatriement de chacun des participants.
- Vos carnets de vaccination.
- Votre carte européenne d'assurance maladie.

Les vêtements et objets pratiques

- Une lampe de poche (style frontale) avec piles de rechange.
- Chargeur pour l'appareil photo et le téléphone portable (possibilité de charger les appareils dans les gîtes et hôtels).

- Des vêtements de randonnée :
    - Tee-shirts respirants (prendre un tee-shirt de rechange pour la pause déjeuner si vous n'avez que des tee-shirt en coton)
    - Un pantalon de marche en toile
    - Un short
    - Chaussettes épaisses
    - Des chaussures de marche en montagne
- Et bien sûr : des vêtements et chaussures de rechange pour le soir dans les villages.

Le bagage suiveur ne devra pas dépasser les 12 kg, c'est la règlementation des taxistes qui manipulent quotidiennement votre sac. Pensez à leur dos.

LA LIBERTE

VOUS RANDONNEZ SOUS VOTRE ENTIERE RESPONSABILITE :

Faire le choix d'une formule de randonnée « en liberté » signifie que vous possédez un minimum d'expériences en matière de randonnée en montagne. Vous savez notamment :

- Lire une carte géographique et un topo-guide et les interpréter sur le terrain.
- Vous orienter sur le terrain et manier la boussole.
- Vous connaissez les règles de sécurité en montagne et vous savez prendre la décision de faire demi-tour quand il est encore temps, notamment en prenant en compte les conditions météorologiques et en sachant évaluer la fatigue des participants.
- Vous savez qu'il faut partir en bonne condition physique.

VIAMONTS Trekking ne pourra être tenu pour responsable en cas d'incident, accident ou dommages corporels qui pourraient résulter de votre randonnée, et plus particulièrement si vous faites le choix de sortir de l'itinéraire proposé.

CE QUI EST IMPORTANT À SAVOIR

L'éloignement des centres de secours nous oblige à insister sur le fait qu'il faut que vous fassiez preuve d'une prudence particulière dans tous vos agissements entrepris au cours du voyage (baignade, escalade, randonnée, monte d'animaux, etc…).
De même, vous devez toujours éviter de vous retrouver seul. Pour cela, n'hésitez pas à faire appel à un autre randonneur pour vous porter secours ou pour aller chercher du secours.

Il faut savoir qu'en montagne, aux altitudes auxquelles vous allez randonner les jours 4 et 5, il est susceptible de neiger chaque mois de l'année. En effet, un simple changement de temps peut entraîner une rapide chute de températures qui peut s'ensuivre par quelques flocons de neige si le temps tourne à la pluie (c'est pourquoi nous vous recommandons de prioriser le pantalon de randonnée plutôt que le short).

Vous allez randonner en pleine montagne, à des altitudes montant jusqu'à 2200 m. Nous vous rappelons les règles de base en montagne :

- Manger avant d'avoir faim.
- Boire avant d'avoir soif.
- Se couvrir avant d'avoir froid.
- Se découvrir avant d'avoir trop chaud.
- Se protéger toujours contre le soleil (chapeau et crème solaire).
- Ne jamais s'éloigner du sentier indiqué sur notre carnet de voyage surtout en cas de mauvais temps.
- Savoir faire demi-tour à temps par rapport aux conditions météorologiques, à la difficulté du terrain et à votre propre appréhension du terrain.
- Savoir demander de l'aide.

INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES

LA MONNAIE

Comme dans tous les pays d'Europe, c'est l'Euro.
Il y a des distributeurs automatiques à Bielsa ainsi qu'à Torla. A Torla comme à Escalona, les commerçants sont équipés du paiement par carte bancaire. Les hôtels où vous serez accueillis acceptent également la carte bancaire.

Il est indispensable de prévoir de la monnaie si vous voulez faire un achat à Nerin auprès de l'artisan sculpteur de buis.

POUR TELEPHONER

Le contact n'est pas permanent en journée. Parfois même il ne passera pas pendant toute la journée, notamment lors du parcours au fond de la Vallée de Pineta, dans le Canyon d'Anisclo, ou sur le fond du canyon d'Ordesa.

Pour appeler en France depuis l'Espagne :
Faire le 00 33 + le n° de votre correspondant sans le premier 0

Pour appeler l'Espagne depuis la France :
Faire le 00 34 + le n° de votre correspondant.

Pour appeler l'Espagne depuis l'Espagne :
Faire directement le numéro de votre correspondant.

Parfois, en faisant le 0033, cela sonne « occupé ». Ré-essayez en faisant le +33.

ELECTRICITE

Vous pourrez recharger vos téléphones et appareils photos dans chacun des hôtels.
Par contre, nous vous recommandons de prévoir une multiprise si vous aviez plusieurs appareils, certains hébergements n'étant pourvus que de très peu de prises de courant.

LE CLIMAT

Il s'agit d'un climat méditerranéen, sous influence montagnarde.
Cette région est caractérisée par des étés chauds et secs au temps stable, et des hivers froids et humides au temps variables dû à l'influence montagnarde.
Dès l'arrivée du printemps, les journées sont très vite chaudes et la neige ne reste pas du fait de l'exposition directe face au soleil.
En été, l'anticyclone subtropical apporte un temps clair et stable, avec des vents faibles et des précipitations absentes ou exceptionnelles. Les températures restent tempérées par l'altitude.
Cette région présente donc un ressenti agréable, avec ses longues périodes ensoleillées dès le début d'avril et jusqu'à la fin octobre.

LE RELIEF

Les Pyrénées aragonaises s'étendent le long de la frontière, en versant espagnol, entre la Navarre et la Catalogne, de la vallée d'Aspe au luchonnais ; elles représentent un tiers de la chaîne. C'est là que se trouvent les plus hauts sommets pyrénéens : l'Aneto, le Posets, le Mont Perdu et la Maladeta. Vers le sud, un labyrinthe de sierras, canyons et vastes plateaux d'altitude sépare ces géants de la plaine de l'Ebre. C'est un relief varié et difficile qui a contribué à l'exode rural causé par la guerre civile en Espagne mais aussi par l'industrialisation des années cinquante. Pas moins de cent soixante villages ont été littéralement désertés depuis le début du siècle. On trouve dans cette immense zone désertifiée d'exception moins de trois habitants au kilomètre carré ! La société aragonaise a pris conscience des richesses naturelles qu'elle possédait, notamment en matière de canyons et de sierras spectaculaires ; elle a su préserver son patrimoine afin de développer le tourisme et penser aux générations futures.

LA FAUNE ET FLORE

A l'étage montagnard, on trouvera les forêts de feuillues caduques (bouleaux, chênes, hêtres, trembles) ainsi que les forêts de pins sylvestres et sapins blancs. Entre 1 700m et 2 300m, cette zone sera caractérisée par la pousse du pin noir, rhododendron, airelles, genévriers, genêts. Au-dessus de2 400m (étage Alpin) les renoncules, gentianes, soldanelles (en début de saison), silènes, occuperont les lieux.

Plus de 200 espèces d'animaux sont représentées dans le parc.
Chez les mammifères, ont pourra observer : l'isard, le chevreuil, le sanglier, l'hermine, la marmotte et l'écureuil. Avec beaucoup (mais alors beaucoup) de chance…L'Ours… est présent dans la région.

Chez les oiseaux, le coq de bruyère, l'aigle royal, le vautour fauve, le percnoptère d'Egypte et le gypaète barbu sont présents. On rencontrera facilement la mésange bleue, la corneille, le grand corbeau de montagne. Petite curiosité, le tichodrome des falaises : C'est un oiseau qui niche dans les parois rocheuses d'altitude.

BIBLIOGRAPHIE

« *Pyrénées aragonaises, montagne des hommes* » de Etienne Follet et Santiago Mendieta, éditions Glénat.
« *Le Grand Guide des Pyrénées* ».

LES SOUVENIRS QU'IL EST SYMPA DE RAMENER

Divers objets en bois sont en vente auprès des artisans du village de Nerin ; il s'agit principalement d'objets utilisés depuis la nuit des temps (cuillères, assiettes et outils de travail), mais aussi de quelques objets décoratifs. Ces artisans fabriquent ces objets devant vous…
Torla est une petite bourgade qui vit du tourisme montagnard estival. Aussi, vous y trouverez de nombreuses boutiques allant des magasins d'articles de sports de montagne très spécialisés aux boutiques de cartes postales et souvenirs divers, en passant par les boutiques de produits alimentaires locaux de grandes qualité.

LA POLITIQUE DE *VIAMONTS Trekking* DANS LES PYRÉNÉES

LE RESPECT

Partout où nous allons dans le monde, nous faisons le choix de travailler avec les autochtones et privilégions les petits organismes de manière à faire profiter les gens du pays de notre passage.

Cette politique implique que vous fassiez preuve de tolérance et de compréhension envers certains établissements qui peuvent avoir un fonctionnement plus humain que commercial.

CÔTÉ ENVIRONNEMENT NATUREL

La montagne est un environnement à l'équilibre fragile.
Afin de le préserver le plus longtemps possible, nous vous remercions d'appliquer les mesures simples mentionnées ci-dessous…

Ne laissez rien sur votre passage… Emportez tout : kleenex, papier toilette, et déchets en tout genre. Hormis les jours 2 et 3 où il sera préférable d'emporter le papier sale, sinon les autres jours de rando vous pourrez faire le choix de le brûler sur place. Attention toutefois aux risques d'incendie !! En cas de vent, ne JAMAIS faire de feu, même pour un simple papier toilette !!

La flore et la faune montagnarde vivent en équilibre fragile. Il est indispensable de les respecter. Un document vous sera remis avec le carnet de voyage, il est indispensable d'en prendre connaissance pour connaître les bons gestes à avoir en montagne et dans un parc national.

LES PHOTOGRAPHES

Vous pouvez prendre tout ce que vous voulez en photo, il n'y a aucun interdit. Pour les photos de personnes, les gens en général sont conciliants et acceptent avec plaisir d'être pris en photo, mais n'en abusez pas pour autant et n'hésitez pas, avant, à leur demander leur accord !

De plus, n'hésitez pas non plus à nous proposer vos plus beaux clichés, nous pourrons ainsi en faire paraître quelques-uns dans notre catalogue ou sur notre site, en mentionnant l'auteur, bien sûr… !!

AUTRES INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES

EN CE QUI CONCERNE L'ASSURANCE

Chaque participant doit être titulaire d'une responsabilité civile individuelle ainsi que d'une garantie individuelle multirisque dans le but de se protéger des incidents ou accidents pouvant survenir avant ou pendant le séjour ou le voyage.

Afin d'éviter d'être, comme souvent, sur-assuré, il est indispensable de bien vous renseigner auprès de vos assurances personnelles (carte bancaire, automobile, familiale, mutuelle, …) pour connaître vos réels besoin en assurance complémentaire.

Nous vous proposons ensuite plusieurs formules complémentaires, souscrites auprès de la compagnie d'assurance MAPFRE Assistance :

Option 1 : ANNULATION **:** elle permet le remboursement des frais conservé par l'agence en cas d'annulation par le voyageur entre la date de souscription du contrat et le départ du séjour. Elle est de 3,3 % du prix du séjour avec un minimum de **16 € par personne**.

Option 2 : GOLD ou « tous risques » **:** elle couvre l'annulation, y compris « toutes causes », les bagages, l'interruption de séjour, l'assistance – rapatriement, le départ ou retour impossible, le retard d'avion ou de train, la responsabilité civile. Elle est d'un montant fixe et forfaitaire qui varie selon le prix du séjour (voir tableau ci-dessous).

Option 3 : PLATINIUM « haut de gamme » **:** elle couvre les mêmes garanties que la formule GOLD mais sans franchise, et elle couvre en supplément la « garantie du prix » (en cas d'augmentation du cours du dollar US ou du baril de pétrole entre la date de souscription du contrat et la date de départ du séjour). Elle est d'un montant fixe et forfaitaire qui varie selon le prix du séjour (voir tableau ci-dessous).

Option 4 : BRONZE + ou «complémentaire CB » **:** elle vient en complément de l'assurance assistance des cartes bancaires classiques. Elle couvrira donc l'annulation, y compris « toutes causes », les bagages, l'interruption de séjour, le retard de train ou d'avion, la responsabilité civile. Elle est d'un montant fixe et forfaitaire qui varie selon le prix du séjour (voir tableau ci-dessous).

Option 5 : CHROME CB **:** elle vient en complément d'une assurance carte bancaire haut de gamme pour augmenter les plafonds de couverture, et offrir certains services SANS FRANCHISE. Elle est d'un montant fixe et forfaitaire qui varie selon le prix du séjour (voir tableau ci-dessous).

Montant du voyage par personne	**GOLD**	**PLATINIUM**	**BRONZE +**	**CHROME CB**	**REDUCTION Famille**
	Individuel	Individuel	Individuel	Individuel	
Jusqu'à 400 €	29 €	54 €	17 €	7 €	Réduction de 20 % sur le tarif « individuel » de la 4ème à la 9ème personne
De 401 à 700 €	39 €	59 €	25 €	10 €	
De 701 à 1500 €	51 €	73 €	41 €	20 €	
De 1501 à 2500 €	79 €	101 €	63 €	34 €	
De 2501 à 3500 €	103 €	142 €	93 €	51 €	
De 3501 à 5000 €	151 €	187 €	132 €	69 €	
De 5001 à 7000 €	216 €	259 €	186 €	97 €	

Formule FAMILLE

Il existe une formule qui peut être utilisée de 4 à 9 personnes inscrites sur le même contrat de voyage, et disposant d'un lien de parenté ou vivant sous le même toit.

La réduction de 20 % s'applique sur le prix du tarif individuel et uniquement de la 4ème à la 9ème personne. Un tarif globalisé et personnalisé sera donc appliqué individuellement.

N'hésitez pas à nous contacter pour toute information concernant les détails des garanties couvertes par ces assurances.
En cas de souscription à l'une d'elle, un document reprenant tous ces détails vous sera envoyé avec la confirmation de votre inscription.

Option 6 **:** SPECIALE ASSISTANCE **:** elle couvre uniquement l'assistance médicale et le rapatriement durant le voyage. Elle est d'un montant fixe et forfaitaire qui varie selon la durée et le lieu du séjour (voir tableau ci-dessous).

	EUROPE / BASSIN MEDITERRANEEN		AUTRES PAYS	
Age / Durée	- 65 ans	+ 65 ans	- 65 ans	+ 65 ans
8 jours	20 €	24 €	36 €	43 €
16 jours	37 €	45 €	67 €	81 €
1 mois	50 €	59 €	89 €	107 €

POUR VOUS INSCRIRE

Vous disposez d'un bulletin d'inscription à la fin de notre brochure. Vous pouvez également le télécharger sur notre site internet ou nous demander de vous l'envoyer par mail, fax ou courrier.
Pour être pris en compte, le bulletin d'inscription doit être accompagné du versement d'un acompte de 30% (par chèque, virement bancaire ou carte bancaire).

Vous avez aussi la possibilité de réserver votre voyage par internet avec un paiement 100 % sécurisé. Pour vous inscrire :

- Choisissez votre voyage, aller sur la fenêtre « dates et tarifs », sélectionnez la date de votre départ et cliquer sur « réserver »
- Indiquez le nombre de participants
- Indiquez vos options complémentaires (si vous en prenez)
- Indiquez vos coordonnées bancaires pour régler les 30 % d'acompte ou la totalité du voyage.
- Vous recevrez, suite à votre inscription un accusé de réception de votre règlement ; nous vous répondrons que votre transaction a bien été prise en compte.

SUITE À VOTRE INSCRIPTION

Après inscription et vérification de la disponibilité des hébergements, nous vous envoyons un courrier de confirmation d'inscription accompagné de votre facture. Après paiement du solde et environ 3 semaines avant votre départ, vous recevrez un carnet de voyage complet avec le topoguide, la carte de l'itinéraire et les documents à présenter aux hébergements.
Dans tous les cas, n'hésitez pas à nous contacter si vous aviez encore une question à propos de ce séjour et de cette destination.

Certains d'entre vous (de plus en plus nombreux…) attendent le dernier moment pour s'inscrire. Si vous attendez le dernier moment, un des hébergements peut être complet et nous ne pourrons pas confirmer votre départ.
D'attendre le dernier moment, vous pourriez être contraint à modifier vos dates de départ.

ALORS NE TARDEZ PAS **… POSEZ VOS VACANCES ET INSCRIVEZ-VOUS… DES QUE POSSIBLE …**

EN CAS D'URGENCE ABSOLUE

Si vos proches doivent vous contacter absolument pendant ce séjour, faites appeler le numéro de téléphone que nous vous communiquerons sur votre carnet de voyage. Nous les aiderons à vous joindre.

Nous espérons avoir répondu à toutes vos questions.

Si ce n'était pas le cas, vous pouvez :

- Nous appeler au : 05 61 79 33 49
- Nous envoyer un fax : 05 61 95 83 35
- Nous demander par mail de vous rappeler sur votre téléphone
- Nous contacter par mail : info@viamonts.com
- Nous contacter via notre site internet : www.viamonts.fr

- Ou encore nous écrire à :

VIAMONTS Trekking

07, rue des Fossés
31800 SAINT-GAUDENS