

Retrouvance en Ariège Pyrénées

Le tour du Vicdessos

Circuit en itinérance, avec accompagnateur en montagne
6 jours, 5 nuits dont 6 jours de marche

Niveau 3/5



Imaginez une randonnée dans de superbes paysages de montagne. Le soir, vous poussez la porte du chalet et l'odeur du repas émoustille déjà vos papilles. Le cuisinier vous montre votre chambre ; les bagages vous y attendent. La fenêtre donne sur les montagnes où se cachent chevreuils et sangliers. Vous dégustez un bon repas auprès du poêle à bois. Puis après une nuit reposante, vous remettez les chaussures pour suivre votre guide, sur les chemins de Retrouvance.

L'ONF ouvre, pour votre passage et pour la première fois dans les Pyrénées, ses chalets forestiers rénovés et labellisés RETROUVANCE. Chaque soir, vous profitez du grand confort d'hébergements réservés à votre groupe ; cuisine montagnarde et feu de bois garantis.

POINTS FORTS :

Confort et tradition des refuges forestiers rénovés,
Interventions d'un forestier de l'ONF,
Vestiges de l'histoire de l'homme dans les forêts préservées de d'Ariège.

PROGRAMME

Jour 1 : Grail (1485m)

8.8 km +805 m - 4h30 de marche.

Départ de l'Office de Tourisme d'Auzat, montée vers l'ancien village minier de Sem. Repas à "la Ferme du Minier" et visite du petit musée de Sem. C'est par l'ancien chemin muletier desservant les galeries désaffectées que s'effectuera la traversée d'anciennes forêts royales. Une piste forestière vous conduira ensuite jusqu'au Col de Grail et son refuge au terme de cette première étape.

Jour 2 : Bertasque de Goulier (1330m)

10.4 km +560 m - 5h30 de marche

Par le bois de Lercoul, vous rejoindrez la crête de la Montagnette jusqu'aux 2.047 m du Pic du Garbié de Brésoul offrant un saisissant panorama sur la vallée de Siguer. La descente aisée d'une croupe arrondie et recouverte de "gispet" vous permettra de rejoindre un sentier qui traverse en balcon la combe d'Endron. Il rejoint, après quelques larges lacets, la petite station de ski où vous pourrez "casser la croûte". Le GR 10 traverse ensuite le Bois de Cauderas, franchit le torrent de Goulier puis emprunte le Chemin Horizontal menant à la fontaine de Brosquet, terminus d'une piste forestière que vous emprunterez jusqu'au refuge de Bertasque, terme de votre étape.

Jour 3 : Mouret (1076m)

16.5 km +1040 m - 7h30 de marche

En route pour la plus longue étape avec au programme un cheminement sur un sentier en balcon traversant des ravins (où vous apercevrez peut-être quelques isards), une descente raide aux multiples lacets jusqu'au hameau de Pradières d'en Bas en vallée d'Artiès. Vous emprunterez ensuite le canal carré menant à la hêtraie de Sabouillet où vous ferez la pause repas à l'ombre de hêtres centenaires.

Puis ce sera la montée jusqu'à la crête de Prunadières et le petit refuge du même nom avant d'entamer l'ultime descente menant au caractéristique hameau de Mounicou. Direction ensuite le hameau de Marc pour une petite visite commentée de la miellerie du Rucher du Montcalm.

Vous rejoindrez enfin le refuge de Mouret entouré de sa pépinière et surplombant le canyon de l'Artigue.

Jour 4 : Bassiès (1650m)

10.3 km +625m - 5h de marche

Après avoir quitté le refuge et franchi le torrent de l'Artigue, une petite grimpe permet d'accéder au Canal carré (ainsi sont dénommés d'anciens aqueducs transformés en agréables sentiers de randonnée) qui mène aux abords d'une centrale hydroélectrique. Après la pause casse-croûte, ce sera la montée le long du torrent et de ses cascades.

Passé le Pont de pierre, l'itinéraire longe le superbe système lacustre de Bassiès pour se terminer au refuge gardé du même nom, dans lequel le sympathique couple de gardiens vous aura réservé trois petites chambres.

Dîner et nuit au sein de l'immense cirque glaciaire.

Pour cette étape, un transport par mule est prévu afin d'acheminer au refuge et redescendre le lendemain le "minimum" indispensable.

Jour 5 : Terre d'avenir (1420m)

7.4 km +610m - 4h30 de marche

Montée vers le col de Cabanatus, l'étang d'Alate et le point culminant de la randonnée : le Mont Ceint qui, du haut de ses 2 088 m d'altitude, offre un saisissant panorama à 360° sur la montagne ariégeoise et ses contreforts. Descente vers le Port de Lers et le dernier refuge du circuit : Terre d'Avenir, en limite de forêt et de pâturage, face au Pic des Trois Seigneurs.

Jour 6 : Auzat (750m)

11.4 km +100m - 4 de marche

Par les bois de Freychinède et de Soubrouque, après avoir longé la tourbière classée de Bernadouze, le sentier en balcon rejoint le Tour du massif des Trois Seigneurs, franchit le col de la Crouzette pour atteindre le pittoresque village de Saleix. Après la pause pique-nique, vous entamerez la descente vers Auzat et retrouverez l'Office de Tourisme où un rafraîchissement vous sera offert avant la dispersion du groupe. Fin du séjour.

PENDANT VOTRE SÉJOUR

ENCADREMENT :

Avec accompagnateur :

Les groupes de randonneurs sont pris en charge pendant l'intégralité des séjours par des accompagnateurs en moyenne montagne, diplômés d'état, habitants la Haute Ariège et connaissant parfaitement ce « coin » de territoire. Ils sauront vous guider en toute sécurité, vous faire découvrir les mille et une facettes de cette frontière dite sauvage.

Un logisticien organisera l'intendance de votre randonnée : accueil, port des bagages de refuge en refuge (à l'exception de l'étape 4 sur laquelle un muletier acheminera l'indispensable jusqu'à Bassiès).

PORTAGE DES BAGAGES :

Le portage est limité aux affaires de la journée et au pique-nique. Les bagages sont transportés par véhicule. **Bagages limités à 1/personne et maximum 15kg/bagage.**

UNE ORGANISATION ORIGINALE :

Votre hébergement :

En hôtellerie privative de montagne. 4 nuits en chalet forestier (petits dortoirs de 4 à 8 personnes), 1 nuit en refuge gardé (petit dortoir). Draps et couvertures fournis. **En PENSION COMPLÈTE.**

L'ONF ouvre pour la première fois en Ariège-Pyrénées ses chalets forestiers rénovés et labellisés Retrouvance ; d'une capacité d'accueil d'une douzaine de personnes, ces bâtiments offrent un très bon niveau de confort tout en respectant la tradition montagnarde : la pièce à vivre avec son coin cuisine et son poêle à bois participe à l'authenticité de l'ambiance tandis que les chambres de deux à quatre lits, dotées chacune d'une partie sanitaire et toilette, confère à ces hébergements un niveau de qualité inégalé en altitude.

Exception à la règle, l'étape 4 fait halte au refuge de Bassiès offrant le confort de ses petits dortoirs et de sa salle restaurant où se retrouvent mélangés tous les amoureux de ce site d'exception.

La nourriture :

Pas question de faire un régime pendant votre séjour mais c'est plutôt l'occasion de goûter à la cuisine locale. Nous attachons une grande importance à la qualité de la nourriture : équilibre diététique, apport énergétique et spécialité du pays sont les ingrédients de chaque repas.

Le logisticien prendra en charge la mise en chauffe des repas du soir fournis par les aubergistes locaux et la préparation des repas froids de midi.

Le plus :

Une à deux fois pendant votre séjour, un forestier de terrain vous rejoindra pour faire un petit bout de chemin ensemble et vous parler de la forêt et de son métier.

NOMBRE DE PARTICIPANTS :

Départ à partir de 8 personnes minimum et jusqu'à 12 personnes maxi.

DATES DE DEPART 2022 :

13 au 18/06/2022
20 au 25/06/2022
27/06 au 02/07/2022
04 au 09/07/2022
11 au 16/07/2022

18 au 23/07/2022
25 au 30/07/2022
01 au 06/08/2022
08 au 13/08/2022

15 au 20/08/2022
22 au 27/08/2022
29/08 au 03/09/2022
05 au 10/09/2022

AVANT VOTRE DÉPART

TARIFS :

Voir la grille des prix sur notre site Internet

S'INSCRIRE :

La Rébenne privilégie le contact avec ses voyageurs. Nous aimons vous parler de nos voyages et souhaitons garder cette relation avec vous. Echange, partage et plaisir restent notre ambition pour les voyages La Rébenne.

Pour nous contacter et vous inscrire, c'est simple ! Appelez-nous ou envoyez-nous un mail rapide :

| |
|--|
| contact@larebenne.com Tél/Fax +33(0)5 61 65 20 93 ou +33(0)6 81 53 77 75 |
|--|

Contrat de vente et acompte

Nous vous envoyons le contrat de vente, le formulaire d'assurances ainsi que les conditions particulières et générales de vente. L'inscription est effective lorsque nous recevons le contrat signé accompagné d'un acompte de 40 % du montant du séjour. Un accusé de réception vous est ensuite envoyé.

Païement du solde :

Le solde doit être versé un mois avant la date de départ. Si vous vous inscrivez moins d'un mois avant le départ, vous payez l'intégralité du prix du voyage lors de l'inscription.

Validation et convocation :

A réception du règlement du solde, vous recevez votre dossier séjour (le lieu de rendez-vous, la liste de matériel à emporter ainsi que les contacts nécessaires...).

FORMALITÉS :

- Carte d'identité en cours de validité
- Assurance rapatriement conseillée

NIVEAU : 3/5

Randonnée sur sentiers. Des étapes entre 4 et 7h30 en moyenne avec des dénivelés de 450 à 900 mètres maximum. Vous avez une bonne condition physique et vous êtes préparés à la randonnée sur plusieurs jours. Étapes sur des sentiers agréables, en terrain variés entre 750 m et 2100 m d'altitude.

PERIODE :

Du 13 Juin au 10 Septembre, départs les lundis ou samedis selon planning.

DÉPART ET RENDEZ-VOUS :

Accueil le jour 1 à 8h30 à la gare de Tarascon-sur-Ariège, transport et regroupement avec les personnes venues en voiture devant l'OT d'Auzat (RDV à 9h), début de la randonnée à 9h30.

Fin de la randonnée vers 16h00 à l'OT d'Auzat ; retour à la gare de Tarascon ensuite pour les voyageurs SNCF.

Comment y aller :

En voiture : RN 20 depuis Toulouse jusqu'à Tarascon. Puis direction Vicdessos et Auzat.

En train : Gare SNCF de Tarascon.

En avion : Aéroport de Toulouse puis navette jusqu'à la gare SNCF de Tarascon

LE PRIX COMPREND :

- L'encadrement par un accompagnateur en montagne.
- L'hébergement en demi-pension + Pique-nique de midi du jour 1 au midi du jour 6.
- Les transferts A/R devant la gare de Tarascon sur Ariège.
- La mise à disposition du groupe d'un logisticien. Il est chargé du transport des bagages et de la literie (draps), de l'acheminement des repas (pris chez les aubergistes locaux), de leur service à table, de l'entretien des refuges. Il saura vous renseigner sur les particularités de l'itinéraire et ses caractéristiques techniques. Ce sera aussi votre lien avec la vallée, mais en aucun cas le taxi permettant d'accéder aux refuges !
- La pension complète (y compris vin aux repas) du déjeuner du jour 1 au déjeuner du jour 6. 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
- L'hébergement dans 4 refuges forestiers entièrement rénovés et mis à la disposition exclusive du groupe (nuits 1, 2, 3 et 5). La nuit du jour 4 en refuge gardé où vous côtierez d'autres randonneurs. Dans chacun des 5 bâtiments, draps et couvertures seront à votre disposition.
- Les visites du musée de Sem et de la Miellerie du Montcalm
- La rencontre avec un agent de l'Office National des Forêts qui vous fera découvrir l'histoire de la vallée et de ses espaces naturels
- La présence d'un accompagnateur diplômé moyenne montagne pendant toute la durée du séjour, nuits comprises.

LE PRIX NE COMPREND PAS :

- Les boissons,
- les serviettes de toilette
- les dépenses personnelles,
- l'hébergement la veille du départ
- les assurances.

POURBOIRES :

Aujourd'hui, le pourboire est généralement facultatif et est laissé à votre libre appréciation, selon votre satisfaction à la fin de votre voyage.

Il est d'usage de donner un pourboire à votre guide et à l'équipe locale. Il doit être adapté en fonction du niveau de vie du pays et de la durée de votre voyage. C'est un geste symbolique qui récompense une prestation de qualité par rapport à la prestation reçue.

ASSURANCES :

Conformément à la réglementation de notre profession, LAREBENNE est assuré en Responsabilité Civile Professionnelle. Cependant, 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 la randonnée ou le voyage.

Toute assurance complémentaire est facturée par personne et doit être obligatoirement souscrite le jour de l'inscription au voyage.

Nous vous proposons 2 formules au choix : Multirisques, Annulation.

Forfait n° 1 : La Multirisques

Elle offre un combiné de garanties complètes en annulation, perte de bagages, assistance rapatriement, frais médicaux, interruption de séjour.

Cette assurance est souscrite auprès de la compagnie APRIL Voyages.

Forfait n° 2 : Annulation

Elle vous garantit exclusivement en cas d'empêchement avant le départ.

Cette assurance est souscrite auprès de la compagnie APRIL Voyages

Reportez-vous à la grille des tarifs sur le site Internet, rubrique infos pratique - assurances :

<http://www.larebenne.com/infos-pratiques/assurances.html>

MATÉRIEL CONSEILLÉ A EMPORTER (liste non-exhaustive) :

Car une bonne préparation est souvent synonyme de séjour réussi, voici quelques conseils sur votre matériel à emporter pour que votre voyage se passe dans les meilleures conditions (non exhaustif) :

VOTRE BAGAGE

Dans la mesure du possible, un seul bagage suiveur par personne : type sac de sport environ 55l. Ces bagages sont transportés par véhicule.

Nous vous donnerons des étiquettes adresse à attacher aux bagages.

LE SAC A DOS

1 sac à dos moyen pour les affaires de la journée (type 30 litres)

LE FOND DE SAC

- Boussole pour les randonnées en liberté et altimètre (facultatif)
- Un vêtement de pluie.
- Deux gourdes de 1 litre d'eau minimum.
- Une trousse à pharmacie : Pansements double-peau, désinfectant bio- gaze, bandes, gaze, micro-pur pour l'eau, aspirine, médicaments personnels et une couverture de survie.

(A constituer avec votre médecin.)

- Vos objets personnels : appareil photo, chapeaux, jumelles etc.

LES CHAUSSURES

Bonnes chaussures de randonnée montant au dessus de la cheville. 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.

LES VÊTEMENTS

- Une veste coupe-vent imperméable (gore tex, poncho...)
- Un gros pull ou une veste polaire
- Un pantalon confortable pour la marche
- Un short, des tee-shirts., ainsi que des sous-vêtements respirants
- Vêtements de rechange et linge personnel
- Un bonnet et une paire de gants.
- Un maillot de bain (pour certains séjours).

POUR LE COUCHAGE (Pour les randonnées en gîte)

- Un sac de couchage ou sac à viande.
- Des boules quies (on ne sait jamais!)

POUR LE PIQUE-NIQUE

- Une boîte hermétique en plastique (0,5L) avec couvercle étanche pour une portion de salade avec vos initiales marquées sur le couvercle et sur la boîte.
- Couverts (fourchette, couteau pliant, cuillère).
- Vivres de course (barres énergétiques, fruits secs...).

PETIT MATÉRIEL

- Chaussures légères et aérées pour le soir (tennis style jogging ou sandalettes)
- Une paire de bâtons télescopiques ou « bâton de berger »
- Lunettes de soleil et crème solaire
- Protection pour les lèvres
- Chapeau, casquette ou bob
- Appareil photo, jumelles...
- Une petite trousse de toilette, avec serviette
- Une lampe de poche ou frontale + piles de rechanges.
- Du papier hygiénique et un briquet.

LE PATRIMOINE DE LA RÉGION EN QUELQUES MOTS :

Depuis le 30 mai 2009, les Pyrénées Ariégeoises ont été classées « Parc Naturel Régional », 46^{ème} du nom. A l'instar des PNR existants aujourd'hui en France, il contribuera à la préservation et la valorisation du patrimoine et des paysages, au développement économique et social, à l'accueil et à l'information du public (habitants, touristes, visiteurs), à l'innovation et l'exemplarité.

L'Ariège c'est :

- 3 influences climatiques (méditerranéenne, montagnarde et atlantique) : de la plaine à la montagne, des coteaux secs aux forêts
- plus de la moitié des espèces végétales et animales françaises de métropole ont été répertoriées en Ariège. Parmi elles, des espèces endémiques ou menacées : Isard, Gypaète barbu, Desman et Euprocte des Pyrénées, Grand tétras, Lys des Pyrénées, etc.
- 9 principaux types de roches
- des altitudes variant de 300 à 3000 mètres
- 60 espèces d'orchidées sauvages

Le patrimoine bâti y est présent et authentique : églises romanes, villages typiques accrochés à flanc de montagne, villages et églises fortifiés au fort caractère, orris (traditionnels abris de berger) etc.

En Haute-Ariège, vous rentrez dans le monde des grottes et de la préhistoire comme le témoignent les grottes de Niaux, de Bedeilhac, de Lombrives, de la Vache, toutes propices à la vie car exposées au soleil.

BIBLIOGRAPHIE :

Les Pyrénées, collection la bibliothèque du naturaliste, Claude Dendaletche, éditions Delachaux et Niestlé, 1997

APRÈS VOTRE RETOUR

Faites-nous part de vos impressions ! Et pour que ces bons souvenirs de voyage perdurent, nous serions très heureux de recevoir vos photos, vidéos, montages, commentaires... que vous avez effectués lors de votre circuit.

A VOTRE SERVICE

Toute l'équipe de La Rébenne est à votre disposition pour la bonne réalisation de votre voyage, alors n'hésitez pas à nous contacter :
nous ferons tout pour que votre séjour soit une réussite.

Vous pouvez nous contacter par :

- Téléphone : 05.61.65.20.93
- Portable : 06 81 53 77 75
- Mail : contact@larebenne.com
- Courrier : 1 place du 8 mai 1945 - 09000 FOIX