

Randonnées entre Vallée d'Aspe et Ossau



PRESENTATION

Randonnée accompagnée, en étoile, en hôtel ** tout confort

Séjour 7 jours, 6 nuits, 6 jours de randonnée

Un séjour Randonnée entre la vallée d'Aspe et la vallée d'Ossau, toutes les deux, situées au cœur de la montagne béarnaise et dans le Parc National des Pyrénées.

En effet, on assiste à un équilibre parfait entre la nature sauvage, pour témoin, dernier refuge des ours pyrénéens, avec l'empreinte forte de l'homme, qui a su façonner ces montagnes !

Dans ces décors grandioses de montagne : le cirque de Lescun, les nombreux lacs, le pic d'Ossau, vous aurez l'occasion de croiser quelques bergers qui continuent à perpétuer la tradition, en fabriquant, encore à « l'ancienne », le célèbre fromage de brebis.

Un magnifique séjour pour découvrir 2 vallées restées authentiques et d'une étonnante richesse.

PROGRAMME

Jour 1 : AU PIED DU PIC DU MIDI D'OSSAU

Fantastique paysage pour cette première randonnée, nous nous trouverons au pied de cet extraordinaire sommet emblématique dans la vallée d'Ossau, dans un décor de haute montagne, au bord d'un lac et d'un refuge connu.

Nuit en hôtel en vallée d'Ossau

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

4h de marche, 600 m de dénivelé positif et négatif

Jour 2 : LAC AYOUS & LAC GENTAU

Magnifique randonnée, en errant parmi les plus beaux lacs des Pyrénées, au pied du majestueux sommet du Pic du Midi d'Ossau.

Une belle randonnée vers le lac et le refuge d'Ayous.

Nuit en hôtel en vallée d'Ossau

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

Environ 5h30 de marche pour 860 m de dénivelé positif et négatif

Jour 3 : PIC D'ESCURETS

Randonnée intermédiaire à mi-chemin, entre ces 2 vallées, pour avoir un point de vue à 360° sur tous ces paysages entre ces 2 belles vallées.

Transfert 1h20 après la randonnée pour rejoindre la vallée d'Aspe.

Nuit en hôtel en vallée d'Aspe

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

5h de marche, 500 m de dénivelé positif et négatif

Jour 4 : LE CHEMIN DE LA MATURE

Le chemin de la Mature reste un sentier emblématique de la vallée d'Aspe. Au départ du Pont de Cebers, nous monterons en direction des gorges d'Enfer, en empruntant le chemin de la Mâture, qui nous offrira une belle vue sur le Fort du Portalet. Notre boucle passera par le col d'Aras, avec un joli panorama sur la vallée d'Aspe. La descente se fera par le col de Rédo puis le village d'Etsaut.

Nuit en hôtel en vallée d'Aspe

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

5h de marche, 750 m de dénivelé positif et négatif

Jour 5 : LAC ET LES AIGUILLES D'ANSABÈRE

C'est au départ du cirque de Lescun que nous irons découvrir les Aiguilles d'Ansabère, un des plus beaux sites des Pyrénées. Un massif sauvage avec son petit lac éponyme perché à 1850 m.

Nuit en hôtel en vallée d'Aspe

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

5h de marche, 850 m de dénivelé positif et négatif

Jour 6 : HAUTE VALLÉE D'ASPE

Nous terminerons ce superbe séjour, avec une dernière et belle randonnée, vers les orgues de Camplong. Une belle boucle pour clôturer ce séjour.

Nuit en hôtel en vallée d'Aspe

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

5h de marche, 600 m de dénivelé positif et négatif.

Jour 7 : FIN

Fin du séjour après le petit déjeuner. Transfert sur la gare SNCF de Pau pour 10h30.

COMPLEMENT DE PROGRAMME

Indépendamment de sa volonté, votre guide qui connaît parfaitement ce séjour et le terrain peut être amené à modifier quelque peu le programme indiqué en fonction des conditions météorologiques, du niveau et de la forme des participants ou d'autres impondérables.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Le dimanche à la gare SNCF de Pau à 9h00.

DISPERSION

Le samedi suivant à la gare de Pau (64) vers 10h30.

NIVEAU

3 CHAUSSURES

Randonnée pour personne en bonne forme physique, qui connaît et qui a déjà pratiqué ou pratique cette activité. Dénivelé positif compris entre 500 et 860m pour 5 à 5h30 de marche sur sentier et parfois en hors sentier mais sans difficulté technique. Progression en terrain peu difficile.

FORMALITES

Pensez à prendre votre carte d'identité en cours de validité.

Formalité santé

Aucun certificat de vaccination n'est exigé pour les voyageurs. Cependant, nous recommandons d'être à jour de ses vaccinations.

HEBERGEMENT

En hôtel ** tout confort.

Possibilité de chambres Doubles, Twin (lit séparé) ou Single.

- 3 nuits en hôtel** dans la vallée d'Aspe
- 3 nuits en hôtel** dans la vallée d'Ossau

RESTAURATION

Les dîners et petits déjeuners seront pris dans les restaurants des hôtels.

Cuisine traditionnelle avec des produits locaux.

- Les pique-niques sont préparés par votre accompagnateur sous forme de salades composées à base de produits locaux. Equilibrées et variées, elles sont complétées par du fromage, un fruit et une gourmandise chocolatée.

TRANSFERTS INTERNES

En minibus pour le transfert Oloron - Vallée Aspe puis en vallée d'Ossau et tous les jours pour les départs des randonnées.

Notre groupe pourra se composer de 12 personnes maximum, avec un défraiement pour les personnes qui voudront bien prendre leur véhicule durant le séjour.

Une fois le minibus complet, les dernières inscriptions, se verront proposer de prendre leur véhicule, avec défraiement (- 50 € que pour le conducteur) durant le séjour.

Aucun risque de laisser les véhicules sur les parkings des départs des randonnées, pour la journée.

Aucun risque de laisser les véhicules sur les parkings des départs des randonnées pour la journée.

Court transfert tous les jours.

PORTAGE DES BAGAGES

Portage dans votre sac à dos de vos affaires personnelles ainsi que de votre pique-nique.

GROUPE

Groupe de 4 personnes minimum à 12 personnes maximum.

ENCADREMENT

Par un accompagnateur en montagne diplômé connaissant bien le pays, le massif et les parcours.

Professionnel enthousiaste, il sera à même de vous faire partager ses connaissances et son

engouement pour le milieu naturel et ceci en toute sécurité. Sa passion du métier l'engage à s'adapter

aux conditions météorologiques, aux contraintes du terrain et autres aléas, à gérer le rythme et la condition physique de chacun, tout en restant disponible.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

La météo peut vite changer en montagne. Un équipement adéquat vous permettra de passer ce séjour dans les meilleures conditions.

Pour l'hôtel

- Un sac ou une valise pour vos affaires des 7 jours
- Vos affaires de rechange
- Une trousse de toilettes
- Une paire de chaussures légères pour le soir
- Pour les lunettes de vue, pensez à prendre une paire de rechange.

Équipement vestimentaire pour la randonnée

La technique des 3 couches permet de rester au chaud et au sec.

1. Couche respirante
2. Couche isolante
3. Couche protectrice

Pour appliquer cette méthode, il vous faut

- Tee-shirts manches longues ou courtes et respirants (pas de coton)
- Veste ou sweat polaire type Polartec
- Gilet sans manche coupe-vent
- Veste imperméable, respirante et coupe-vent avec capuche. (Le Gore-tex reste le matériau de référence)
- Un pantalon de randonnée léger et stretch ou un pantalon transformable
- Un short
- Paires de chaussettes semi montantes ou basses
- Casquette
- Bonnet
- Gants légers ou sous-gants en soie.

Pour la randonnée

- Un sac à dos de 30/40 litres avec une ceinture ventrale
- Bâtons de marche
- Une housse de protection du sac à dos (souvent intégrée dans celui-ci)
- Une paire de chaussures imperméables avec un bon maintien de la cheville

- Une pochette étanche pour vos papiers, téléphone etc...
- Une poche plastifiée pour protéger vos affaires à l'intérieur du sac à dos
- Protection solaire (crème et stick à lèvres)
- Lunettes de soleil catégorie 2, 3 ou 4
- Une gourde
- Une boîte avec un couvercle hermétique (type Tupperware) pour le pique-nique
- Couverts, couteau et gobelet
- Petit tapis de sol (pour vous asseoir pendant la pause déjeuner)
- Papier toilette avec une petite poche (pour ne pas le laisser dans la nature)
- Couverture de survie
- Une paire de lacets de rechange.

Une petite pharmacie personnelle (votre guide a une pharmacie pour le groupe)

- Vos médicaments si traitement
- Médicament antalgique (douleurs et fièvre), anti diarrhéique, anti-inflammatoire et un antispasmodique
- Pansements et double peau type Compeed

SAVOIR VIVRE ET RESPECT DE L'ENVIRONNEMENT :

Quelques règles de bonne conduite à connaître :

- Ne laisser aucun déchet errer dans la montagne, emportez toujours vos poubelles.
- Respecter les fleurs sauvages, ne pas les cueillir. Préférer les photographier ou les dessiner.

DATES ET PRIX

DATES ET PRIX

Du dimanche au samedi

04/05 au 10/05/2025

11/05 au 17/05/2025

18/05 au 24/05/2025

25/05 au 31/05/2025

01/06 au 07/06/2025

08/06 au 14/06/2025

15/06 au 21/06/2025

22/06 au 28/06/2025

29/06 au 05/07/2025 *

06/07 au 12/07/2025 *

13/07 au 19/07/2025 *

20/07 au 26/07/2025 *

27/07 au 02/08/2025 *

03/08 au 09/08/2025 *

10/08 au 16/08/2025 *

17/08 au 23/08/2025 *

24/08 au 30/08/2025 *

31/08 au 06/09/2025

07/09 au 13/09/2025

14/09 au 20/09/2025

21/09 au 27/09/2025

28/09 au 04/10/2025

05/10 au 11/10/2025

TARIFS

945 € par personne

985 € par personne *

Supplément chambre individuelle : + **170 €**

Supplément chambre individuelle : + **210 €** *

Tarif Nuit supplémentaire en demi-pension en Twin (BS) : **70 €** par personne

Tarif Nuit supplémentaire en demi-pension en Twin (HS) : **85 €** * par personne

Tarif Nuit supplémentaire en demi-pension en Single (BS) : **80 €** par personne

Tarif Nuit supplémentaire en demi-pension en Single (HS) : **90 € *** par personne

LE PRIX COMPREND

- L'encadrement par un accompagnateur en montagne,
- L'hébergement en pension complète en hôtel du midi du jour 1 au jour 7 le matin,
- Les transferts A/R de la gare avec notre minibus de 8 personnes,
- La taxe de séjour.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les boissons,
- Les assurances,
- Tout ce qui n'est pas indiqué dans "Le prix comprend".

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.