

NATURA

Randonnées et Aventures



Le Massif du Hautacam

Le Massif du Hautacam

Un week-end riche en paysages et en histoires au "Pays de Natura"

Verts pâturages, profondes forêts, lacs inattendus, gisements d'eaux thermales et de marbre albâtre, faune importante et variée (Gypaète, Grand Tétrás, Isard, Cerf, Sanglier, Renard,...), le Hautacam recèle en son sein mille richesses insoupçonnées. Au cours des temps anciens, les hommes ont souvent tenté de se les accaparer. Mais le vieux massif bigourdan s'est rebellé, Aujourd'hui, il ne reste plus guère de cette époque que vestiges et légendes...

Jour 1 : Par un vieux chemin historique, nos pas nous mènent aux granges foraines du Plateau de La Prade, puis aux vestiges de l'Abbaye de St-Orens : l'occasion d'évoquer la vie passée des hommes en montagne.

Jour 2 : Très belle boucle, dans le cœur même du massif, à travers bois et estives. La facile ascension du Pic de Barran (1982m) nous offrant un panorama inattendu sur les lacs environnants et sur le Pic du Midi de Bigorre.

Remarque : Itinéraires susceptibles de modifications en fonction des conditions du milieu et du niveau des participants.

Caractéristiques du séjour

Type de randonnée : en étoile sans portage

Niveau de la randonnée : facile

Difficultés particulières : aucune

Altitude globale de la randonnée : entre 520 et 1982 m

Dénivelé positif moyen : 450 m

Dénivelé maximum : 490 m

Durée moyenne des journées : 4h30

Nature de l'hébergement : 1 nuit en gîte d'étape

Nombre de participants : 5 à 12 personnes

Infos pratiques

Sont inclus dans le prix :

- l'encadrement des randonnées par un accompagnateur montagne, diplômé d'Etat;
- les pensions complètes : hébergement, nourriture (petit déjeuner, pique-nique, dîner et vivres de courses);
- les transports locaux à partir des lieux de rendez-vous.

Sont exclus du prix :

- le trajet jusqu'au lieu de rendez-vous;
- les boissons et dépenses personnelles;
- les assurances assistance-rapatriement-annulation-bagage-interruption (facultatives).

Rendez-vous : le samedi à 9h30 à la gare SNCF de Lourdes

Dispersion : le dimanche vers 18h00 à la gare SNCF de Lourdes

Moyens d'accès : **en voiture :** Nationale 21 jusqu'à Lourdes

en train : gare SNCF de Lourdes

en avion : aéroport de Tarbes-Ossun-Lourdes

Office de Tourisme de Lourdes : 05.62.42.77.40

Infrastructure

En cas de problème avant le départ, contactez votre accompagnateur dont les coordonnées vous seront transmises.

En cas d'urgence pendant le séjour, possibilité de se faire appeler, par l'intermédiaire de Natura qui transmettra les coordonnées des hébergements où vous vous trouverez.

Pour mieux connaître la région

Bibliographie :

« Bigorre », Ed. Christine Bonneton

Cartographie :

Carte Randonnées pyrénéennes au 1/50 000ème, n 4 : Bigorre

Equipement

Les chaussures : Choisissez des chaussures de randonnée confortables avec bonne tenue de cheville (couvrant les malléoles) et pourvues d'une semelle de qualité, crantée et relativement rigide (type vibram). Prévoir aussi éventuellement pour le soir des nu-pieds ou des tennis en toile légers.

Le sac à dos : Le portage étant réduit aux affaires personnelles de la journée et au pique-nique de midi, un sac à dos d'une capacité de 30 à 40 litres (mini 20 l) est le plus adapté. Prenez un sac solide, avec des bretelles matelassées et réglables, un dos à armature souple, une ceinture et un tissu résistant (type cordura).

L'habillement : Durant la randonnée veillez à **emporter**.

- | | |
|--------------------------------------|------------------------------------|
| - chapeau; | - chaussettes; |
| - short; | - pull ou fourrure polaire; |
| - tee-shirts; | - veste coupe-vent; |
| - maillot de bain; | - poncho ou cape imperméable; |
| - pantalon ample (toile ou jogging); | - gants et bonnets (au cas où...). |

Veillez à limiter le reste de vos affaires (vêtement de rechange et de nuit). Elles doivent tenir dans un seul sac de voyage et ne pas dépasser une dizaine de kilos.

Le couchage : Le gîte est pourvu de couvertures, un sac de couchage n'est donc pas indispensable (un sac à viande, drap cousu, de même forme est suffisant et plus léger).

Le petit matériel :

- | | |
|---|--|
| - 1 ou 2 bâtons télescopiques (facultatif) | - quelques grands "sacs poubelle" pour protéger le contenu du sac à dos en cas de pluie; |
| - une gourde d'au moins 1 litre; | - une petite pharmacie personnelle comprenant : elastoplast large, double peau (type compeed), médicaments personnels, boule quies!; |
| - un couteau de poche et une petite cuillère; | - jumelles, appareil photo ou caméscope selon vos désirs... |
| - une lampe de poche ou frontale; | |
| - lunettes de soleil, crème solaire, crème labiale; | |
| - un nécessaire de toilette réduit au maximum; | |
| - papier toilette; | |

Le budget : Prévoir un budget en euros pour vos boissons et achats personnels.

Les formalités : Carte d'identité ou passeport en cours de validité pour les ressortissants de la CEE.

Et enfin, une **spécialité régionale** ou collation et de la **bonne humeur** à partager avec le groupe seront toujours les bienvenus !!!

NATURA 7, chemin de Pouey-Castet 65400 AYROS-ARBOUIX Tél : 05.62.97.99.65

E-mail : asso@e-natura.com Site internet : <http://e-natura.com>

N°SIRET : 417 910 007 000 18

Association affiliée APRIAM – IM 73 100023 - 73800 FRANCIN

Garantie financière COVEA CAUTION (72) – R.C.P. : MMA IARD (72) LE MANS