

## **RAQUETTES ET BALNEO A NEOUVIELLE - GAVARNIE (Pyrénées)**

**Randonnée en étoile, en hôtel \*\*  
7 jours, 6 nuits, 6 jours de randonnée, 4 séances thermales**



*Des balades grisantes en raquettes au cœur des Pyrénées enneigées, et de la détente dans une eau chaude et relaxante, pour un mariage tonifiant du chaud et du froid...*

*L'hiver est la période idéale pour découvrir les Pyrénées enneigées et profiter des bains. Après les randonnées en raquettes au cœur des sites éblouissants de Gavarnie ou du Néouvielle, nous vous emmènerons vous délasser dans l'eau bienfaisante du bel établissement thermal de Luz-St-Sauveur : bains chauds, douches au jet, massages, hammam et soins divers mettront chaque jour une touche relaxante à la journée de découverte nature.*

# PROGRAMME

**Jour 01** : Accueil à **9 heures** devant la gare de Lourdes. Transfert de 40 mn jusqu'à Luz St Sauveur, installation à l'hôtel. Balade de mise en jambe sur le **Plateau de Lumière**, non loin de Barèges. Après la forêt, nous découvrons un beau vallon avec des granges isolées dans les prés endormis. De l'autre côté de la vallée, le massif granitique de l'Ardiden capte le regard, tandis-que notre vallon se prolonge vers le massif du Néouvielle.

**Séance de soins** en fin d'après-midi.

Dénivelée : + 200 m, - 200 m

Horaire : 4 h

Transfert : 40 mn

**Jour 02** : Petite montée vers les **Cabanes d'Aoube**, le départ est un peu soutenu, mais rapidement le relief s'adoucit en de jolies combes enneigées, menant au lac et Col d'Aoube. La descente s'effectue face au majestueux massif de Néouvielle.

**Séance de soins** en fin d'après-midi.

Dénivelée : + 600 m à 800 m, - 600 m à 800 m

Horaire : 5 h à 6 h

Transfert : 15 mn

**Jour 03** : Court transfert et randonnée au **Cirque de Gavarnie** dans la paix et le silence de l'hiver. À cette période, le cirque prend des allures féériques, avec ses cascades glacées et ses draperies de neige. Les gradins de plusieurs centaines de mètres de haut entrecoupés de larges vires composent un paysage unique. Immensité silencieuse et démesure laissent le randonneur en émoi. Gavarnie est réellement un site unique et grandiose dont on ne se lasse jamais du spectacle !

Dénivelée : + 400 m, - 400 m

Horaire : 4 h à 5 h

Transfert : 1 h

**Jour 04** : Au-dessus de Barèges, la **Vallée d'Aygues-Cluses**, dans le massif du **Néouvielle**. Avec ses pins à crochets disséminés dans de douces combes et ses petits lacs gelés, c'est un site rêvé pour pratiquer la raquette à neige. Les lagopèdes ou perdrix des neiges jouent la carte du parfait mimétisme au milieu de ce paradis blanc. Les traces de renard et autres petits prédateurs laisseront probablement davantage de témoignages de leur discrète présence en ces lieux.

**Séance de soins** en fin d'après-midi.

Dénivelée : + 600 m, - 600 m

Horaire : 5 h à 6 h

Transfert : 15 mn

**Jour 05** : Transfert vers **Luz Ardiden**. Montée vers le **Col de Riou**, offrant subitement un vaste panorama sur le massif de Cauterets, avec au loin sur la frontière, les 3005 mètres de la Grande Fache. Continuation à proximité des crêtes offrant un large panorama, vers le Tuc des Arribans. Descente en boucle par des pentes ludiques jusqu'à la cabane de Conques.

**Séance de soins** en fin d'après-midi.

Dénivelée : + 600 m, - 600 m

Horaire : 5 h

Transfert : 35 mn

**Jour 06** : Transfert jusqu'au plateau de **Saugué**, pour un dernier tour à travers les prés enneigés ponctués de granges et offrant une belle vue sur le cirque de Gavarnie.

Dénivelée : + 300 m, - 300 m

Horaire : 3 h à 4 h

Transfert : 40 mn

**Jour 7** : Transfert et dispersion à Lourdes après le petit déjeuner.

Temps de transfert : 40min.

Nota : Des éléments indépendants de notre volonté (météo, niveau du groupe, aléa logistique, divers...) peuvent amener notre équipe à modifier le programme. Nous demeurerons attentifs à votre satisfaction mais votre sécurité sera systématiquement privilégiée.

**Code : PENEOT**

# PROGRAMME THERMAL

## **QUATRE PASS BALNEO (inclus dans votre séjour)**

4 accès de 2 heures à l'Espace Balnéo comprenant piscine, jacuzzi, hammam, sauna, bain romain et parcours hydrotonic d'eau thermale à utiliser durant le séjour.

## **PROGRAMME DE SOINS THERMAUX « Bien Être » (A réserver à l'inscription avec supplément)**

L'option "Bien Être" doit être choisie à l'inscription ; il n'est pas possible de la prendre une fois sur place. L'ordre des soins est susceptible d'être modifié

**Jour 1** : Massage Oriental.

**Jour 2** : Hydromassage relaxant en bain individuelle.

**Jour 4** : Massage hydrojet sur lit d'eau.

**Jour 5** : Massage manuel relaxant.

Nous vous recommandons d'aller consulter votre médecin afin de savoir si une semaine de remise en forme en centre thermal ne vous est pas contre-indiquée (soins eaux thermales, contrastes de température ou d'humidité...).

## FICHE PRATIQUE



### **ACCUEIL**

**Le Jour 01 à 9 heures devant la gare de Lourdes**

**Accès train** : Gare de Lourdes

TGV, train ou train de nuit pour Lourdes, depuis Paris via Bordeaux ou depuis Lyon via Toulouse.

Pour de plus amples renseignements concernant les tarifs et les horaires de train, téléphoner au 36 35 ou consultez le site : [www.voyages-sncf.com](http://www.voyages-sncf.com).

**Accès bus** : Gare de Lourdes

Nous vous conseillons de comparer le coût et les horaires de différents modes d'accès au point de départ du circuit grâce au site [www.comparabus.com](http://www.comparabus.com). Ce site, pour un même trajet, vous proposera d'autres possibilités telles que avion, train, bus, ou covoiturage.

**Code : PENEOT**

**Accès voiture** : Gare de Lourdes

Itinéraire : [www.viamichelin.fr](http://www.viamichelin.fr)

**Covoiturage** :

Nous pouvons difficilement jouer le rôle d'intermédiaire : d'une part, il nous est difficile d'organiser le covoiturage et d'autre part, la loi nous interdit la divulgation de coordonnées personnelles. Cependant, soucieux de faciliter vos déplacements mais aussi de nous inscrire dans une démarche responsable et respectueuse de l'environnement, nous vous invitons, conducteur ou passager, à consulter les sites suivants qui organisent le covoiturage : [www.blablacar.fr](http://www.blablacar.fr) ou [www.idvroom.com](http://www.idvroom.com).

Lourdes est accessible de Bordeaux, Toulouse ou Hendaye par l'autoroute A64-Sortie n°12. Après la sortie d'autoroute, suivre la nationale N21 sur 15 kms environ, jusqu'à Lourdes. Accès également possible par routes nationales. Le point de rendez-vous est situé à la gare SNCF.

**Parking** :

Parking, non gardé, situé en contrebas du rond-point situé devant la gare. Parking, non gardé, à droite sur l'avenue St Joseph, environ 200 mètres après avoir laissé la gare à main gauche. Parking souterrain gardé de Peyramale, à 500 mètres de la gare, en centre ville. Compter 30 à 50 € la semaine (selon saison). Eventuellement parking possible aux hôtels indiqués pour une arrivée la veille (à convenir avec l'hôtelier et uniquement si vous y dormez).

**Accès avion** : Aéroport de Tarbes – Lourdes - Pyrénées.

De l'aéroport, soit prendre au niveau « Arrivées » de l'aérogare, la ligne de bus n°2 « Maligne des Gaves » (dessert les villes et gares de Tarbes, Lourdes et les stations de montagne d'Argelès-Gazost, Luz Saint-Sauveur et Barèges). <http://www.tlp.aeroport.fr/>

Soit prendre un taxi (entre 20 et 30 €) jusqu'à la gare.

Possibilité également de venir via l'aéroport de Pau-Uzein. Une ligne de bus à 1 € relie l'aéroport à la gare de Pau : ligne "Proxilis 20", arrêt Idelis à droite en sortant de l'aérogare ; départs indicatifs de 7h40 à 19h45 toutes les heures (30 min. de trajet). <http://www.pau.aeroport.fr/>

Sinon taxi de l'aéroport à la gare de Pau, compter environ 20 €.

De là, train TER (35 min. de trajet) jusqu'à la gare de Lourdes.

**DISPERSION****Le Jour 07 à 9h30 devant la Gare de Lourdes**

**Retour train** : Gare de Lourdes

**Retour bus** : Gare de Lourdes

Nous vous conseillons de comparer le coût et les horaires de différents modes d'accès au point de départ du circuit grâce au site [www.comparabus.com](http://www.comparabus.com). Ce site, pour un même trajet, vous proposera d'autres possibilités telles que avion, train, bus, ou covoiturage.

**Retour voiture** : Gare de Lourdes

**Retour avion** : Aéroport de Tarbes-Ossun-Lourdes.

De la gare SNCF de Lourdes, prendre un taxi (entre 20 et 30 €) jusqu'à l'aéroport.

**Hébergement avant ou après la randonnée** :

- Hôtel\*\* Lutetia (<http://www.lutetialourdes.fr/index.html>), 19 av. de la gare à Lourdes. Parking selon disponibilité. Tél : 05 62 94 22 85. Mail : [info@lutetialourdes.fr](mailto:info@lutetialourdes.fr)
- Hôtel\*\*\* Beau Séjour (<http://www.hotel-beausejour.com/fr/index.php#index.php>), 16 av. de la gare à Lourdes. Parking gratuit sécurisé dans le parc de l'hôtel ; sur demande (en supplément) possibilité de prise en charge à l'aéroport avec navette privée de l'hôtel. Tél : 05 62 94 38 18. Mail : [reservation@hotel-beausejour.com](mailto:reservation@hotel-beausejour.com)

**Code : PENEOT**

Si vous désirez vous rendre directement à l'étape du premier soir, vous devez nous en avertir au plus tard une semaine avant le départ ; le groupe, le bus et votre accompagnateur vous attendraient inutilement.

Sachez également que si une randonnée est effectuée en cours de route le premier jour, vous ne pourrez pas y participer.

Adresse d'hébergement à l'étape du premier soir : A Luz St Sauveur :

Hôtel l'Ardiden \*\* (05 62 92 81 80) mail : [ardiden@wanadoo.fr](mailto:ardiden@wanadoo.fr)

<http://www.hotelardiden.com/>

Un bus SNCF assure la liaison entre Lourdes et Barèges. Renseignements au 36 35 ou [www.sncf.fr](http://www.sncf.fr) (descendre à Luz St Sauveur, puis navette gratuite jusqu'aux thermes). L'hôtel est à proximité des thermes.

**Attention**, il est possible que pour votre séjour nous ayons dû choisir un autre hébergement que celui mentionné ci-dessus ; renseignez-vous auprès de nos bureaux quelques jours avant le départ.

## FORMALITES

Durant la randonnée, vous devez être en possession des documents suivants :

- Carte d'identité en cours de validité ou Passeport.
- Dépliant de votre assurance voyage reçu lors de votre inscription (si vous avez souscrit l'assurance que nous proposons) ou de votre assurance personnelle (numéro de contrat + numéro de téléphone).
- Carte vitale.

## NIVEAU



Randonnées faciles à la journée, 4 à 5 heures de marche, avec des dénivelés montant de 200 à 600 mètres. Il faut avoir une condition physique correcte. La raquette à neige ne nécessite aucune technique particulière.

Nous vous recommandons d'aller consulter votre médecin afin de savoir si une semaine de remise en forme en centre thermal ne vous est pas contre-indiquée (soins eaux thermales, contrastes de température ou d'humidité...).

## HEBERGEMENT



L'hébergement est en chambre double à l'hôtel\*\* l'Ardiden (05 62 92 81 80) Logis à St Sauveur.

L'hébergement est proche des thermes.

L'hôtel comprend également une annexe tout près de l'établissement principal, avec des chambres de niveau équivalent dans lesquelles une partie du groupe est parfois hébergée. Par respect pour l'environnement, des hébergements limitent le lavage du linge ; pour signaler votre désir qu'il soit lavé, déposez le au sol.

**Code : PENEOT**

## **Repas :**

Les repas du soir seront pris au restaurant de notre hébergement, cuisine familiale. Pique-nique à midi.

## **TRANSFERTS INTERNES**

En fonction des effectifs, les transferts sont effectués en bus, minibus ou taxis.

De manière exceptionnelle, nous pouvons être amenés à vous solliciter quelques jours ou semaines avant le départ pour utiliser votre véhicule personnel, moyennant une indemnité forfaitaire. Vous n'aurez évidemment aucune obligation d'accepter cette proposition, mais sachez que les personnes transportées et le véhicule utilisé seront assurés « tous risques » par nos soins.

## **PORTAGE DES BAGAGES**



Séjour en étoile : vous ne portez qu'un sac comportant les affaires pour la journée et le repas de midi fourni, réparti entre tous.

Pour votre séjour, prévoyez :

- 1 sac de voyage par personne (ou valise à roulette). Ne prenez pas un bagage trop volumineux afin d'éviter des soucis d'encombrement du bus ou d'organisation logistique. Evitez absolument d'y laisser des objets fragiles et/ou de valeur.
- 1 sac à dos de 35-40 litres environ, avec ceinture ventrale et un dos bien aéré pour votre confort

## **GROUPE**

de 5 à 15 personnes

### **Groupes constitués :**

Vous êtes membres d'une association, d'un comité d'entreprise, d'une collectivité, vous êtes une famille ou un groupe d'amis désirant randonner ensemble : nous organisons cette randonnée aux dates que vous choisissez, avec un tarif étudié.

Vous avez un rêve, un projet..., consultez-nous.

## **ENCADREMENT**

Accompagnateur en montagne diplômé d'Etat, qualification raquettes, spécialiste de la raquette et de la région.

Professionnel de la montagne, il s'engage à :

- Gérer au mieux le déroulement de votre randonnée en toute sécurité : choix de l'itinéraire, rythme de progression, logistique, santé, adaptation aux aléas météorologiques et à la nivologie.
- Assurer la dynamique et la cohésion du groupe.
- Vous faciliter l'approche du milieu montagnard et vous faire partager avec passion ses connaissances pour la nature.
- Etre disponible et à votre écoute.

**Code : PENEOT**

## MATERIEL FOURNI

Nous vous fournissons des raquettes robustes et légères, avec des fixations à plaques et des pointes antidérapantes adaptables à toutes les chaussures de montagne ou de trekking, des bâtons. ainsi que le matériel de sécurité.

## EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

**Pour le haut du corps** : quelle que soit la région ou la saison, le principe des 3 couches respirantes (Tee-shirts - pull ou veste chaude - surveste imperméable/coupe-vent) permet derépondre à la plupart des situations.

Opter pour des vêtements qui sèchent rapidement -fibres synthétiques- et proscrire le coton(séchage trop lent => inconfortable). La laine est une fibre naturelle qui possède aussid'excellentes qualités et qui, grâce aux nouveaux procédés de fabrication, connaît un retour en force dans la confection des vêtements Outdoor.

Pensez à vous couvrir avant d'avoir froid, mais surtout à vous découvrir avant d'avoir trop chaud : la sueur est l'ennemi du randonneur -surtout en hiver- car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés. Proscrire les anoraks, qui peuvent transformer une agréable randonnée en véritable calvaire !

**Pour le bas du corps** : pantalons en toile solide, en matière synthétique, permettent aussi un séchage rapide et procurent donc plus de confort.

Apportez un soin particulier au choix des chaussettes : prenez des chaussettes de randonnée, renforcées (solidité) et à coutures plates (pour éviter les ampoules). En hiver, choisissez des chaussettes chaudes. Dans ce domaine aussi, proscrire le coton.

### Les Vêtements

- 1 chapeau, ou casquette, ou foulard
- 1 bonnet, ou bandeau en polaire et/ou un tour de cou
- 1 masque de ski (facultatif ; utile en cas de mauvais temps)
- 1 paire de gants chauds
- 1 paire de moufles chaudes de rechange à mettre au fond du sac (facultatif)
- des tee-shirts en matière respirante à manches longues (1 tous les 2-3 jours) et 1 ou 2 à manches courtes
- 1 veste chaude type polaire (voire déperlante type "softshell") ou type "primaloft" (chaud et compressible)
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type "gore-tex" avec capuche
- 1 pantalon de trekking solide et déperlant + 1 collant chaud ou caleçon long (type "Carline"). Ou bien 1 pantalon de montagne doublé (chaud). Combinaison de ski alpin à proscrire.
- 1 surpantalon imperméable et respirant type "Goretex" (facultatif)
- des sous-vêtements
- 1 maillot de bain (slip de bain pour les hommes) et des "tongs" pour les thermes
- des chaussettes de randonnée (au moins 1 paire tous les 2 jours) à bouclettes, en synthétique et/ou en laine
- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, à semelle type "Vibram". À éprouver impérativement avant votre séjour. Pour la randonnée proscrire absolument les bottes ou après-skis.
- 1 paire de guêtres (facultatif)
- des vêtements et chaussures confortables pour le soir

**Code : PENEOT**

### **Le Matériel à emporter**

- 1 grand sac plastique à glisser dans votre sac à dos afin de protéger vos affaires des intempéries et/ou 1 sur-sac
- 1 pochette étanche avec : votre contrat d'assistance, vos papiers d'identité, carte vitale et tout autre document mentionné dans la rubrique formalités
- 1 paire de lunettes de soleil de bonne qualité (protection niveau 3) couvrant bien les côtés + crème solaire avec un bon indice de protection et écran labial (le tout systématiquement dans le sac à dos)
- 1 gourde isotherme ou aluminium de 1,5 litre mini ou gourde souple type Platypus (déconseillée en hiver) ou une simple bouteille en plastique
- 1 petit thermos 50 cl (facultatif et surtout utile en hiver si vous souhaitez amener thé, café...)
- 1 gobelet plastique ou aluminium avec anse isolée
- 1 couteau de poche pliant (type Opinel)
- pour le pique-nique : couverts et 1 boîte plastique de 0,5 litre minimum type Tuperwear (impératif même s'il peut arriver qu'elle ne serve pas)
- nécessaire de toilette
- boules Quiès ou tampons Ear (contre les ronflements de voisinage ou autres nuisances sonores)
- des mouchoirs
- du papier toilette
- 1 briquet
- 1 frontale ou lampe de poche + couverture de survie : à mettre systématiquement dans le sac à dos, un retard imprévu suite à un incident peut subvenir même au cours d'une randonnée facile
- des lunettes de rechange (si vous portez des lunettes de vue)
- appareil photo, jumelles, matériel de peinture. (facultatif)

### **La Pharmacie**

Prévenez le guide de toute maladie, traitement ou autre allergie qui pourraient compliquer une prise en charge médicale en cas d'incident, ou tout malaise éventuel qui pourrait vous arriver en cours de randonnée

- vos médicaments habituels
- médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- médicaments contre les troubles digestifs
- pastilles contre le mal de gorge
- bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 5 ou 8 cm de large x 2,5 m.
- pansements type Steri-Strip
- jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- double peau (type Compeed ou SOS ampoules)
- pince à épiler
- petits ciseaux
- vitamine C
- pince à échardes
- gel désinfectant utile pour se laver/désinfecter les mains (type "Stérilium gel")

### **Pour les thermes :**

- 1 maillot de bain (slip de bain pour les hommes)
- des "tongs"
- Bonnet de bain (facultatif)

Le peignoir et les serviettes de bain sont prêtés par les Thermes.



## Partenariat PEDIBUS – Raidlight – Vertical

PEDIBUS, implantée dans le Parc Naturel de Chartreuse depuis 1986, compte comme voisins les entreprises sœurs Raidlight et Vertical installées à St Pierre de Chartreuse.

Les deux marques conçoivent des produits légers, techniques et toujours plus ergonomiques pour les pratiques de montagne depuis plus de 12 ans, et même depuis 1984 pour Vertical. Forts de cette histoire, de l'expérience d'employés de tous niveaux sportifs, et d'une collaboration étroite avec les utilisateurs en recueillant leurs avis, Raidlight et Vertical proposent des produits adaptés à la pratique de chacun.

Raidlight et Vertical, tout comme PEDIBUS, partagent cette passion de la Randonnée et de l'Outdoor, cette envie de parcourir des sentiers et chemins, qui apportent lacet après lacet leurs lots de paysages et de découvertes. En partageant le même cadre, les mêmes passions et les mêmes valeurs, nous nous sommes naturellement rapprochés, pour progresser ensemble.

En effet, nos valeurs nous engagent à limiter au maximum l'empreinte de notre activité sur l'environnement, à développer l'activité de nos territoires de montagne, mais aussi à être respectueux des hommes et de la nature ici et à l'étranger.

Pour nos deux entreprises, pas de grands discours aujourd'hui, mais plutôt des produits vrais, simples et efficaces.

### Les accompagnateurs de PEDIBUS ont testé pour vous :

Parmi la large gamme proposée par Raidlight et Vertical, les accompagnateurs de PEDIBUS ont testé pour vous différents modèles et vous conseillent :

#### Le Sac à dos Aventure 40 litres VERTICAL

Il a fait l'unanimité pour son rapport poids (750 g) / capacité / fonctionnalités.



#### La Polaire Antara VERTICAL

Douce et chaude elle est confortable quelque soit l'activité.



#### La Veste Santi Summit VERTICAL

Une veste coupe-vent 2 couches polyvalente, dans des conditions dynamiques et abrasives.



#### Le Pantalon Windy Spirit VERTICAL

Un pantalon très souple et très résistant pour un usage hivernal.



Vous retrouverez ces équipements sur les sites sur [www.raidlight.com](http://www.raidlight.com) et sur [www.verticalmountain.com](http://www.verticalmountain.com), ou dans la boutique de St Pierre de Chartreuse.



Par ailleurs, avec votre inscription, PEDIBUS sera heureux de vous proposer des offres exclusives négociées pour vous.

**Code : PENEOT**

## DATES ET PRIX

Vous trouverez les dates et tarifs sur [www.pedibus.org](http://www.pedibus.org) code : **PENEOT**, dans un fichier joint ou sur demande.

Chambre individuelle (selon les disponibilités) : + **135 €**

Option soins " Bien Être " : + **90 €**

Les réservations de **prestations supplémentaires** doivent se faire à **l'inscription** et être spécifiées sur le bulletin de réservation.

## LE PRIX COMPREND

- Les frais d'organisation et d'encadrement.
- La nourriture et l'hébergement en pension complète jusqu'au petit déjeuner du jour 7.
- La location des raquettes et des bâtons.
- Le forfait balnéo tel que décrit (hors Option soins "Bien Être ").
- Le prêt du peignoir et des serviettes.
- Les transferts prévus au programme.

## LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les boissons et dépenses personnelles.
- L'équipement individuel.
- L'option soins "Bien-Être"
- Les trajets jusqu'au lieu d'accueil et à partir du lieu de dispersion.
- L'assurance multirisques Annulation - Frais de recherche et secours - Assistance Rapatriement – Interruption de séjour (3,9 %).
- Tout ce qui n'est pas dans "Le prix comprend".

## POUR EN SAVOIR PLUS



**Code : PENEOT**

## **NOS POINTS FORTS**

- La découverte des grands sites naturels enneigés
- La balnéo au retour de la rando
- Le programme de soin Bien-Être (en supplément)
- L'hôtel à proximité immédiate des thermes

## **L'ESPRIT DU SÉJOUR**

Pendant plusieurs jours, vous allez évoluer au sein d'un groupe de personnes réunies autour d'une passion commune pour la nature et de l'envie de découvrir un massif. Votre randonnée est l'occasion de partager des moments forts, en faisant preuve de convivialité, d'ouverture d'esprit et d'entraide à l'égard de vos compagnons de voyage.

## **LA REGION**

### **Le Cirque de Gavarnie :**

Mondialement connu, le cirque de Gavarnie est un grand site pyrénéen. Cette muraille calcaire constituée de plusieurs gradins, est couronnée de sommets prestigieux dépassant les 3000 mètres, tel le Taillon ou le Marboré. La grande cascade, haute de plus de 400 mètres, est la septième au monde.

De tous temps, Gavarnie a attiré nombre de poètes, peintres, aventuriers et autres amoureux de la nature. Lorsque la neige recouvre les sommets et que la glace se fige sur les parois, le cirque plonge dans le silence de l'hiver ; le site paraît alors plus sauvage que jamais. C'est en toute tranquillité, lorsque les foules estivales sont déjà loin, que vous découvrirez la splendeur hivernale du cirque.

### **La Réserve Naturelle du Néouvielle :**

La Réserve Naturelle du Néouvielle, créée en 1935 sur une enclave de la commune de Vielle-Aure dans les Hautes Pyrénées, s'étend sur 2300 ha. Sur sa partie occidentale, elle jouxte le Parc National des Pyrénées, formant une extension de ce dernier.

Montagne granitique, le Néouvielle culmine à 3091 m. Son glacier a maintenant disparu, et il ne subsiste plus durant l'été, que quelques neiges éternelles qui se mirent dans les eaux émeraude ou turquoise de ses innombrables lacs.

C'est un lieu particulièrement agréable pour la randonnée, qui permet de découvrir des vallons uniques, d'une richesse naturelle exceptionnelle ; la réserve ne compte pas moins de 1000 espèces de plantes, dont une quinzaine protégées au plan national, autant d'invertébrés, et une centaine de vertébrés...

Mais lorsque vient l'hiver, les lacs se dissimulent sous d'épaisses couches de neige et de glace ; les pins à crochet se parent d'un duvet soyeux et éphémère, la montagne s'endort... en apparence seulement, car la neige vous révélera certainement quelques empreintes d'animaux !

### **Les autres sites :**

Lieu de transhumance, la vallée de l'Yse est une immense estive, généralement recouverte d'un épais manteau neigeux en hiver, parsemée de granges à « penaous ». Les « penaous » sont ces escaliers (qui n'en sont pas) au niveau de la toiture, constitués d'une ardoise inclinée, et qui n'avait pour but que de protéger la toiture en chaume au niveau où celle-ci venait s'accoler au mur.

Le massif de l'Ardiden, quant à lui, avec ses lacs et ses aiguilles granitiques élancées, a des allures de haute montagne ; impression renforcée l'hiver par la présence conséquente de la neige.

**Code : PENEOT**

## Les Parcs Naturels en FRANCE et en ESPAGNE

Parc National, Parc Naturel Régional, Espace Naturel Sensible, Reserva Natural ...

Vous êtes sur le point de fouler l'un des espaces naturels protégés des Pyrénées. Mais savez-vous ce que cela signifie ?

De la prise de conscience de la perte alarmante du patrimoine naturel et de la biodiversité sont nées des résolutions au niveau des gouvernements visant à permettre à certains espaces naturels d'être préservés. C'est ainsi que sont apparus, partout dans le monde des Espaces Naturels Protégés.

L'UICN (Union Internationale pour la Conservation de la Nature) définit un espace naturel protégé comme « un espace géographique clairement défini, reconnu, consacré et géré, par tout moyen efficace, juridique ou autre, afin d'assurer à long terme la conservation de la nature ainsi que les services écosystémiques et les valeurs culturelles qui lui sont associées. »

En France comme en Espagne, on dénombre plusieurs déclinaisons d'espaces naturels protégés, mais leur raison d'être fondamentale correspond toujours à la préservation des caractéristiques écologiques du site.

Au sein de la chaîne pyrénéenne, on dénombre pas moins de 18 parcs d'importances régionales et nationales, qui s'ajoutent aux autres types d'espaces protégés, de taille plus réduite (Réserve de Biosphère, Arrêté de Biotopie, ...). Leur statut, lié aux enjeux écologiques dont ils sont le théâtre, fait de ces espaces des lieux de prédilection pour des séjours de découverte du milieu naturel.



**Parcs d'importance Nationale :** 6-Ordesa y Monte Perdido. 8-Aigüestortes y Estany de Sant Maurici. 12-L'Albera. 16-Parc des Pyrénées.

**Parcs d'importance Régionale :** 1-Aiako Harria. 2-Aralar. 3-Urbas Andias. 4-Valles Occidentales. 5-Sierra y Cañones de Guara. 7-Posets-Maladeta. 9-Alt Pireneu. 10-Cadí-Moixeró. 11-Zona Volcanica de Garrotxa. 13-Cap de Creus. 14-Vall de Sorteny. 15-Vall del Madriu-Perafita-Claror. 17-Pyrénées Ariégeoises. 18-Pyrénées Catalanes.

Il apparaît donc qu'un comportement adapté au milieu sensible se doit d'être observé afin de préserver le site. Ainsi, aux recommandations de respect valables en tout type de milieu s'ajoute une attention accrue concernant celui des formes de vie rencontrées et des cours d'eau :

- Un comportement calme est à observer afin de limiter le dérangement envers la faune présente. Une attitude menaçante envers tout animal est bien entendu à proscrire, et il en est de même concernant la cueillette de toute espèce végétale. Nombre d'entre elles sont par ailleurs protégées internationalement du fait de leur rareté ou de leur statut d'espèce menacée. Respectons-les !
- Les cours d'eau sont également d'une grande fragilité : de leur qualité dépend la vie qui les entoure. Pensez à utiliser des produits (anti-moustique, cosmétiques, savons, ...) respectueux de l'environnement : après usage, leur vie se termine toujours dans les cours d'eau.

En résumé, dans un espace protégé, comme partout ailleurs : « seule l'empreinte de nos pas doit rester derrière nous ».

Pour en savoir plus sur les Espaces Naturels Protégés de France, leurs déclinaisons, et le règlement propre à chacun d'eux, consultez le site de l'INPN, l'Inventaire National du Patrimoine Naturel : <https://inpn.mnhn.fr>

Plus d'informations sur les Espaces Naturels Protégés d'Espagne : <http://www.spain.info/>

## **BIBLIOGRAPHIE**

La raquette, Jean-Marc Lamory, éditions Didier Richard.

«Victor Hugo aux Pyrénées, ou la randonnée d'un poète » : Ed. Randonnée Pyrénéennes.

« Gavarnie », d'Antonin NICOL.

« Pyrénées Magazine » n°11. Ed. Milan Presse.

« Villages Toys en vallée de Barèges ». Col. Les 12 portes. Guides culturels pyrénéens.

« L'épopée thermale en Lavedan ». Col. Les 12 portes. Guides culturels pyrénéens.

« Henri Fédacou raconte ». G.BUISAN. Ed. Cairn.

« Parc National des Pyrénées ». C-M VADROT. Ed. Actes Sud

« Marcher, méditer ». M. JOURDAN. Ed. Albin Michel

## **CARTOGRAPHIE**

Carte au 1/25000ème . IGN Top 25, 1748 ET

Carte au 1/25000ème . IGN Top 25, 1748 OT

Carte au 1/50000ème . Bigorre, Parc National des Pyrénées (n°4). Rando éditions.

## **ADRESSES UTILES**

Sites internet : <http://www.reserves-naturelles.org>

Office de tourisme de Luz-Saint-Sauveur : <http://www.luz.org/>

Tél : 05 62 92 30 30

Office de tourisme de Lourdes : <http://www.lourdes-infotourisme.com/>

Tél : 05 62 42 77 40

**Code : PENEOT**

# **INSCRIPTION, ANNULATION & ASSURANCES**

## **INSCRIPTION**

### **Quand réserver ?**

De toutes façons, le plus tôt possible, car ainsi vous êtes sûrs que votre inscription est prise en compte. Votre acompte n'est débité que lorsque la randonnée est assurée (sauf paiement sur notre site sécurisé). Une randonnée est assurée lorsqu'il y a suffisamment d'inscrits pour que le départ soit confirmé. Conformément à la loi, nous prenons une décision définitive 21 jours avant le départ. Si la randonnée est annulée, nous vous en avisons immédiatement et vous proposons plusieurs solutions de remplacement. Si aucune ne vous convient, nous vous remboursons votre acompte.

### **Comment réserver ?**

- **En ligne** sur notre site internet [www.pedibus.org](http://www.pedibus.org) en inscrivant le code du séjour en haut de la page d'accueil. Une fois sur la page du séjour, cliquez sur "Me préinscrire". Vous pouvez ensuite payer par tous moyens de paiement, en particulier par carte bancaire sur notre site sécurisé.

- **Par courrier.**

L'inscription est effective dès que nous recevons votre bulletin d'inscription signé accompagné d'un acompte de 30 % (à plus d'un mois du départ) ou de la totalité du règlement (à moins d'un mois). Attention ! N'envoyez jamais de chèque seul sans bulletin d'inscription.

Inscription signée parvenue dans nos bureaux :

- à plus de 22 jours du départ : aucun frais d'inscription.

- entre 21 jours et 8 jours du départ : frais d'inscription : 10 € (20 € pour les randonnées liberté et les voyages).

- à moins de 8 jours du départ : d'inscription : 20 € (30 € pour les randonnées liberté et les voyages). Le paiement doit être obligatoirement effectué par carte bancaire.

### **Mode de paiement – au choix :**

- Par carte bancaire Visa ou Mastercard (paiement en ligne sur notre site sécurisé [www.pedibus.org](http://www.pedibus.org)).

- Par carte bancaire Visa ou Mastercard. (paiement par correspondance). Dans ce cas, indiquez très lisiblement votre numéro de carte, la date d'expiration, les trois derniers chiffres du code inscrit au dos de votre carte, ainsi que votre signature au bas du bulletin d'inscription.

Si vous n'habitez pas en France, nous vous conseillons de payer par carte bancaire.

Attention : si vous payez l'acompte par carte bancaire par correspondance, sauf avis spécial de votre part, le solde sera débité également par carte bancaire, un mois avant la date de votre départ.

- Par chèque bancaire français à l'ordre de PEDIBUS (préciser au dos de votre chèque le nom des personnes concernées si vous réglez pour le compte de quelqu'un d'autre).

- Par chèques vacances.

### **Accusé de réception :**

Lorsque nous sommes en possession de votre bulletin d'inscription et de votre acompte, nous vous envoyons un accusé de réception vous informant si d'ores et déjà votre randonnée est assurée.

### **Confirmation :**

Lorsque la randonnée est assurée, nous vous adressons notre confirmation définitive. Elle comprend notre facture, la documentation de l'assurance et tous les éléments complémentaires nécessaires à l'organisation de votre randonnée. Pour les voyages à l'étranger, une convocation à l'aéroport vous parviendra au plus tard huit jours avant le départ.

**Code : PENEOT**

## ANNULATION

### De notre part :

PEDIBUS se réserve le droit d'annuler un séjour en cas d'insuffisance de participants (6 minimum, sauf cas particuliers précisés) ou par suite de conditions particulières qui risqueraient de compromettre le bon déroulement du séjour. En cas d'insuffisance de participants, ceux-ci seront prévenus dans un délai minimum de 21 jours. Il vous sera proposé plusieurs solutions de remplacement. Si aucune solution ne vous convient, vous serez remboursé intégralement.

### De votre part :

En cas de désistement de votre part (sauf si vous trouvez un remplaçant), les frais d'annulation à votre charge sont les suivants (la **date prise en compte est celle à laquelle PEDIBUS a pris connaissance du désistement**) :

- A plus de 30 jours du départ : 10 % du montant du séjour, avec un minimum de 30 € par personne.
- Entre 30 et 21 jours : 35 % du montant du séjour.
- Entre 20 et 14 jours : 50 % du montant du séjour.
- Entre 13 et 7 jours : 75 % du montant du séjour.
- A 6 jours ou moins du départ : la totalité du montant du séjour.

Pour la prise en charge de ces frais, nous vous conseillons vivement de souscrire une assurance annulation.

Tout participant ne respectant pas les lieux, dates ou heures de rendez-vous, ne pourra prétendre à aucun remboursement, de même qu'une exclusion décidée par votre accompagnateur, pour niveau insuffisant ou non respect des consignes de sécurité.

## ASSURANCE MULTIRISQUES ANNULATION, FRAIS DE RECHERCHE ET SECOURS, ASSISTANCE RAPATRIEMENT, INTERRUPTION DE SEJOUR

Nous proposons une assurance multirisques. Elle est facturée séparément (3,9 % du coût du voyage). Ce contrat d'assurance est souscrit auprès de MMA Europ Assistance.

Les garanties détaillées et les exclusions sont portées sur le fascicule : Assistance – Annulation – Interruption de séjour Open Odyssée Vagabondages n° 58 223 429 joint à votre dossier.

Il est disponible sur [www.pedibus.org](http://www.pedibus.org) ou sur simple demande.

Attention, ce contrat s'adresse uniquement aux personnes dont le domicile principal est situé en France, dans un autre pays de l'Union Européenne, ou en Suisse.

### L'Assurance Annulation

La garantie de l'assuré prend effet dès son inscription et cesse lors de son départ.

Les événements garantis sont :

- Maladie, accident ou décès
- La mutation professionnelle, la modification ou le refus des dates de congés payés du fait de l'employeur
- Vol de la carte d'identité, du passeport
- ...

Les frais d'annulation restant à votre charge vous seront remboursés par l'assureur, déduction faite de franchise, des frais de dossier, de visa, des taxes portuaires et aéroportuaires et du montant des assurances. Ils sont calculés en fonction de la **date de constatation médicale ou de l'événement qui entraîne l'annulation**.

Dans les cas de mutation professionnelle, de modification ou de refus des dates de congés payés, de vol de la carte d'identité ou du passeport, une franchise de 20 % est applicable avec un minimum de 30 € par personne.

Dans les autres cas, une franchise de 30 € par personne est déduite par l'assureur.

### Cas Particuliers concernant les voyages à l'étranger

Dans le cas d'un billet d'avion émis à l'avance, que ce soit à votre demande ou en raison de la politique de certaines compagnies aériennes pour certains types de tarif, il sera facturé des frais d'annulation égaux à 100 % du prix du billet, quelle que soit la date de l'annulation.

**Code : PENEOT**

## L'Assurance Frais de Recherche et Secours, Assistance Rapatriement, Interruption de Séjour :

La garantie de l'assuré prend effet dès le départ du séjour et cesse lors du retour du voyage.

Les événements garantis par notre contrat souscrit pour vous auprès d'Europ Assistance sont :

- les frais de recherche et secours en montagne jusqu'à un plafond de 15 300 €,
- le rapatriement avec assistance en cas d'atteinte corporelle grave,
- les frais médicaux complémentaires à l'étranger,
- l'assistance en cas de décès,
- l'avance sur caution pénale à l'étranger,
- la prise en charge d'honoraires d'avocats à l'étranger jusqu'à un plafond de 3 100 €,
- l'assistance en cas de perte ou vol de papiers,
- l'interruption de séjour jusqu'à un plafond de 8000 € par assuré,
- ...

Nous déclinons toute responsabilité en cas de difficulté avec votre assureur si ces prestations ne couvrent pas les conditions ou les activités du voyage. Si des frais supplémentaires sont exposés de ce fait pour votre retour, nous nous réservons le droit de vous les facturer.

Pour les séjours à l'étranger, les participants possédant une **assistance rapatriement personnelle** devront remplir un formulaire et nous fournir une attestation de leur assurance. Il est notamment important de vérifier que votre destination ne fait pas partie des pays exclus.

Vérifiez notamment que vous possédez une **garantie frais de recherche et secours** avec un plafond suffisamment élevé. En particulier, les assurances des cartes bancaires couvrent l'assistance-rapatriement, mais les assurances des cartes bancaires de base (et certaines cartes bancaires haut de gamme) ne possèdent pas de garantie frais de recherche et secours.

Rejoignez la communauté PEDIBUS sur :

[www.facebook.com/pedibus.org](http://www.facebook.com/pedibus.org)

[www.google.com/+PedibusOrg](http://www.google.com/+PedibusOrg)

[@RandoPedibus](http://www.twitter.com)



N'hésitez pas à partager :

- vos photos de randonnée.
- vos commentaires
- nos bons plans
- les dernières infos dans le monde de la randonnée, de la montagne et du voyage
- les actualités et nouveautés de Pedibus en direct

**PEDIBUS – Maison du Rosaire – 73670 SAINT PIERRE D'ENTREMONT – FRANCE**

**Tél : (+33) 04 79 65 88 27 - Fax : (+33) 04 79 65 87 60**

**Email : [pedibus@pedibus.org](mailto:pedibus@pedibus.org) - Site Internet : [www.pedibus.org](http://www.pedibus.org)**

PEDIBUS SARL au capital de 8000 € - RCS de Chambéry n° 507 768 919 - Agence de Voyages IM073100009

Garant : Groupama – 5 Rue du Centre - 93199 NOISY LE GRAND Cedex

RCP : MMA Mutuelles du Mans Assurances - Assurances Piquet-Gauthier - BP 27 - 69921 OULLINS Cédex.

N° SIRET : 507 768 919 00015

N° TVA Intracommunautaire : FR 507 768 919 Référence à l'article 266.1 du CGI régime de la marge bénéficiaire