



Les plus belles randonnées de la Sierra de Guara

ESPAGNE



Au cœur de l'Aragon flamboie le merveilleux massif de la Sierra de Guara. Ces montagnes culminent à plus de 2000 mètres et revêtent à distance une apparence débonnaire drapée de verdure. Ce circuit semi-itinérant permet de découvrir le véritable caractère de ce joyau taillé dans la masse calcaire. Au fil des millénaires, l'eau a sculpté la roche et créé des splendeurs à la fois cachées et grandioses. Ici l'Homme a élu domicile depuis la Préhistoire, jalonnant le sauvage territoire de grottes ornées de peintures rupestres, d'ermitages solitaires et de nombreux villages. Allant d'Alquezar, magnifique et chargé d'histoire et de vie, à Otin, abandonné à l'usure du temps avec pour seuls gardiens les éternels maîtres des lieux, les vautours fauves. Nul doute qu'il y aura toujours le regard perçant d'un de ces rapaces immenses pour surveiller votre baignade providentielle et rafraîchissante dans l'eau turquoise d'un Rio !



7 jours / 6 nuits
6 jours de randonnée



4 à 8 personnes



En étoile



★★



Hôtel



Code : 1460

LES POINTS FORTS :

- La découverte d'un espace protégé avec une flore et une faune exceptionnelle
- L'hébergement avec piscine, dans un petit village authentique et une cuisine familiale
- Le Parc Naturel de la Sierra de Guara avec possibilité de baignades



PROGRAMME JOUR PAR JOUR

JOUR 1 : PAU - ESPAGNE - DECOUVERTE DU RIO VERO

Accueil en gare SNCF de Pau et transfert en Espagne. Contraste saisissant entre les 2 versants. Découverte du village d'Alquézar et petite randonnée dans ce décor grandiose, pour aller voir le Rio Véro et ses parois. Nuit en hôtel.

▲ 2h30 de marche, +250m de dénivelée

JOUR 2 : LE RIO BALCES

Très belle étape sauvage, à travers des paysages gigantesques en passant par de superbes sentiers aériens permettant de jolis points de vue sur cette région. Nous découvrons tour à tour des paysages boisés au début de notre périple pour ensuite longer de superbes canyons et finir la journée au village de Las Almunias. Baignade possible.

▲ 5h30 de marche, +550m de dénivelée

JOUR 3 : LE VILLAGE ABANDONNE D'OTIN

Etape grandiose passant par le canyon du Mascun, décor spectaculaire, impressionnant, magie des grands canyons aux couleurs ocre, beauté sauvage de ces étendues arides. Nous arrivons tranquillement sur un plateau avant d'aller faire la pause déjeuner, à l'ombre sur une belle prairie au village abandonné d'Otin. Là, nous voyons le ballet des vautours au vol impassible, véritables maîtres de ces lieux.

▲ 5h de marche, +600m/-600m de dénivelée

JOUR 4 : L'OEUF DE MORANO

Au départ du village de Morano, une magnifique boucle passant au pied de cette belle falaise avant de plonger dans un canyon, pour la pause déjeuner. Ensuite, en fonction de la météo, nous pouvons soit descendre dans ce canyon, soit continuer par un agréable sentier passant au-dessus de ce superbe canyon. Baignade possible.

▲ 5h de marche, +550m/-450m de dénivelée

JOUR 5 : PEINTURES RUPESTRES DE CHIMIACHAS

Aujourd'hui encore, l'étape est belle. Nous faisons le transfert vers le superbe village d'Alquézar pour aller découvrir de belles peintures rupestres perdues au fond d'un canyon, et passant par de beaux canyons vers le village de Biergé.

▲ 5h30 de marche, +550m/-550m de dénivelée

JOUR 6 : VIRGEN DE LA VIGNA

Départ d'un joli village, pour aller visiter, la belle église de la Virgen de la Vigna, perdue, en pleine montagne... Ensuite, en fonction de la météo, descente dans un canyon, baignade possible. Sinon, nous retournons au parking, en suivant un superbe sentier dans la garrigue, à travers des champs d'oliviers, d'amandiers, fleuris de superbes coquelicots étincelants.

▲ 5h de marche, +550m/-450m de dénivelée

JOUR 7 : ESPAGNE - PAU

Retour en France par le col du Pourtalet, afin d'admirer le célèbre Pic du Midi d'Ossau. Pause pique-nique dans ce cadre magnifique.

Transfert sur la gare SNCF de Pau pour 15h.

IMPORTANT ITINÉRAIRE :

- Les durées de nos randonnées sont données à titre indicatif. Elles peuvent varier en fonction de plusieurs éléments lors du déroulé de notre séjour (niveau des participants, météo, état du terrain, etc...). Les durées de transfert peuvent aussi fluctuer en fonction des conditions climatiques et de l'état des routes.
- Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction et peut être sujet à des modifications dans un souci de qualité. De plus, des situations indépendantes de notre volonté peuvent modifier le déroulement de votre séjour (météo, routes coupées, vols annulés ou retardés, grèves, fêtes locales...). Nos guides feront de leur mieux pour s'adapter à ces aléas, avec leur expérience et leur professionnalisme. Votre satisfaction et votre sécurité sont les éléments qui prédominent dans ces décisions de modification.
- En cas de nombre insuffisant de participants, nous pouvons être amenés à annuler un séjour jusqu'à 3 semaines avant le départ. Nous anticipons au maximum cette prise de décision, parfois à 5-6 semaines de votre départ, afin de vous permettre de vous organiser au mieux. Si vous vous rendez au point de RV du séjour en transport en commun, nous vous recommandons d'éviter les tarifs non modifiables - non remboursables tant que le départ n'est pas confirmé, ou de prévoir une assurance annulation auprès des compagnies de transport.

NUITS SUPPLÉMENTAIRES :

Si vous souhaitez arriver la veille de votre séjour ou tout simplement prolonger de quelques jours vos vacances, vous avez la possibilité d'être hébergés à l'hôtel :

- Hôtel Central à Pau. Si vous venez de notre part, vous aurez un tarif préférentiel. 05 59 27 72 75
- Hôtel Adour : 05 59 27 47 41
- Hôtel Bosquet : 05 59 11 50 11

PERSONNALISER SON VOYAGE :

Ce séjour existe aussi en formule Liberté, cliquez sur ce lien pour en savoir plus : [Les sentiers de la Guara d'Alquezar au Mescun](#)

FICHE PRATIQUE

NIVEAU PHYSIQUE :

- Marcheur Régulier
Pour marcheur motivé, en forme, pratiquant une activité physique variée et régulière.
3h30 à 5h30 de marche. Dénivelée de 300 à 650m par jour.



NIVEAU TECHNIQUE :

Sentiers bien tracés et entretenus en montagne, avec quelques passages hors sentier, mais en règle générale aucune technique, ni difficulté sur le circuit.

ENCADREMENT :

Par un accompagnateur en montagne connaissant bien le massif et son parcours.

HÉBERGEMENT :

En hôtel familial confortable, avec piscine privée et très bonne cuisine locale et familiale.

RESTAURATION :

Pension complète pendant toute la durée du circuit, petit-déjeuner et dîner pris au restaurant.

TRANSPORT DES BAGAGES :

Vous portez uniquement vos affaires de la journée.

TRANSFERTS :

En minibus pour le transfert France – Sierra de Guara. Court transfert tous les jours, pour se rendre sur les sites des randonnées.

GROUPE :

Groupe de 4 à 8 personnes.

RENDEZ-VOUS :

le dimanche à la gare SNCF de Pau à 10h30.

DISPERSION :

le samedi suivant en gare de Pau vers 15h.



MOYENS D'ACCÈS :



PARKING

➤ Gratuit :

- Parking Rive du Gave : parking aérien à 800 mètres de la gare.
- Possibilité de laisser gratuitement la voiture au parking relais Catherine de Bourbon. Navette à 1€ par personne, qui vous dépose devant la gare.

➤ Payant :

- Parking longue durée de la gare. Tarif : 55€ pour 6 jours.
- Parking Place de Verdun, proche du centre-ville. Tarif : 1,5€ la demi-journée, sauf le dimanche (gratuit).
- Parking gardé Clémenceau-Aragon, Boulevard Aragon- Square Georges V. 64000 Pau. Tél : 05 59 27 0579. (Compter environ 10 €/jour, 50€ 6 jours, 59€ 7 jours). Penser à réserver en téléphonant quelques jours avant, afin de connaître les modalités d'achat et de retrait de ces forfaits, car il n'y a pas de guichetier le dimanche.



EN TRAIN

Renseignez gare de Lannemezan pour la gare d'arrivée, c'est la plus proche de Saint-Lary. Consulter le lien suivant pour la correspondance Autocar Lannemezan-Saint-Lary : www.ter.sncf.com/occitanie/marque-grise
Correspondance par autocar depuis la gare de Lannemezan jusqu'à Saint-Lary village, arrêt de bus situé parking Ardoune.



EN AVION

Aéroport International Tarbes – Lourdes – Pyrénées (TLP) (80 Km) BP 3 – 65290 JUILLAN
Tél 05.62.32.92.22, internet : www.tlp.aeroport.fr

DATES ET PRIX

INFORMATIONS DATES ET PRIX :

Pour plus de détails concernant les Privilèges Chemins du Sud, et pour les villes et dates des Salons, vous pouvez consulter notre page : www.cheminsdusud.com/remises-privileges

Privilèges Chemins du Sud : remise fidélité -5%

Afin de vous remercier de votre fidélité, nous vous accordons une remise de 5%, appliquée dès votre 3ème séjour (les inscriptions faites via une autre agence comptent aussi!).

Cette remise vous sera attribuée systématiquement pour tous les séjours suivants, et sans durée de validité imposée. Elle est appliquée rétroactivement si elle a été oubliée sur un séjour réservé !

Remise FFRandonnée – remise -5%

Afin d'encourager le développement de la randonnée sur notre territoire et la protection de l'environnement, Chemins du Sud offre une remise de 5% sur tous nos séjours, à tous les adhérents licenciés de la Fédération Française de la Randonnée.

Remise Salons – remise -5%

Chemins du Sud a un stand sur plusieurs salons du Tourisme en France et en Belgique. Réduction de 5% accordée sur tous nos séjours, pour toute personne nous rendant visite à notre stand. Utilisation de cette remise une fois par Salon, sans obligation d'achat sur place : pas de durée limitée pour l'utiliser.

Remise Groupes constitués – remise -8% à -18%

La réduction varie selon le nombre de participants. Que ce soit en formule Liberté ou avec un de nos accompagnateurs, partez entre amis ou avec votre club de randonnée, en groupe privatisé, à la date de votre choix.

NOTRE PRIX COMPREND :

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

NOTRE PRIX NE COMPREND PAS :

- L'assurance annulation et/ou assistance
- Votre transport aller/retour jusqu'au lieu de rendez-vous et de dispersion
- Les boissons et dépenses personnelles
- Les frais d'inscription éventuels
- Le supplément chambre individuelle
- D'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans "Le prix comprend"

FRAIS D'INSCRIPTION :

Les frais d'inscription sont des frais administratifs. Ils sont applicables à chaque personne inscrite.

- Pour toute inscription à plus de 90 jours du départ : pas de frais d'inscription.
- Pour toute inscription à partir de 90 jours du départ : 15€/personne.



EN OPTION :

Supplément chambre individuelle (sous réserve de disponibilité) : 150€



ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ

BAGAGES :

✓ 1 sac de voyage par personne (ou valise à roulettes). Un bagage trop volumineux est à proscrire car poserait des soucis d'encombrement du bus ou d'organisation logistique.

✓ 1 sac à dos de 35-40 litres environ à armatures souples avec ceinture ventrale et un dos bien aéré pour votre confort (pour porter vos affaires personnelles de la journée : appareil photo, pique-nique du déjeuner, gourde, vivres de course, veste coupe-vent, pull, vêtement de pluie...). Ce bagage est placé généralement en cabine lors de vos transports aériens éventuels (10kg maximum par personne, habituellement).

Sur les séjours itinérants ou semi-itinérants, il est demandé de limiter également le poids à 10-12kg, car l'accès malaisé à certains hébergements pourrait compromettre la livraison des bagages. Nous vous invitons également à éviter d'y laisser des objets fragiles et/ou de valeur.



VÊTEMENTS :

Pour le haut du corps, le principe des 3 couches permet de gérer quasiment toutes les situations :

- ✓ une couche légère et respirante
- ✓ une couche chaude
- ✓ une couche imperméable et respirante.

En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par temps de pluie ou vent, il suffit de rajouter cette veste imperméable. Par grands froids ou lors des pauses, la veste polaire est un complément indispensable.

Prévoir des vêtements qui sèchent rapidement et donc éviter le coton. Préférez les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible.

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, car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés lors des pauses. Ainsi, il est très rare d'effectuer une ascension vêtue d'une veste polaire.

La liste complète et idéale : (à adapter néanmoins suivant la randonnée et la saison, et en fonction de vos habitudes)

- ✓ 1 chapeau de soleil ou casquette, ou foulard
- ✓ 1 bonnet ou bandeau en polaire et/ou un tour de cou
- ✓ 1 paire de gants légers
- ✓ Tee-shirts manches courtes en matière respirante de préférence (1 pour 2 jours de marche).
- ✓ 1 sous-pull à manches longues en matière respirante ou une chemise (parfois, les sommets sont ventés et une petite épaisseur est la bienvenue pendant la pause déjeuner),
- ✓ 1 veste chaude type polaire (voire déperlante) ou type chaude et compressible
- ✓ 1 veste coupe-vent imperméable et respirante avec capuche
- ✓ 1 cape de pluie éventuelle et/ou sursac
- ✓ 1 pantalon de randonnée solide, ample, confortable, déperlant
- ✓ 1 surpantalon imperméable et respirant
- ✓ 1 short ou pantacourt, confortable et solide
- ✓ Un maillot de bain et une serviette pour les éventuelles baignades
- ✓ Chaussettes de marche (1 paire pour 2 jours de marche). Privilégier la laine ou les chaussettes spécifiques randonnée type bouclette" qui vous éviteront l'échauffement prématuré des pieds
- ✓ 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, avec semelle qui accroche bien au relief et résistante à l'abrasion. Pensez à tester auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps.
- ✓ ou si vous êtes habitués, une paire de chaussures basses type trail, notamment pour les séjours été.
- ✓ 1 paire de guêtres (facultatif)
- ✓ 1 maillot de bain et 1 serviette qui sèche rapidement (facultatif en vue d'éventuelles baignades)
- ✓ 1 pantalon confortable pour le soir
- ✓ 1 paire de chaussures de détente légères pour le soir, type baskets, permettant aussi d'être utilisées pour les visites ou balades en ville.



MATÉRIEL :

POUR LE PIQUE-NIQUE

- ✓ Couverts
- ✓ 1 boîte de conservation en plastique de 0,5 litre minimum (impératif même s'il peut arriver qu'elle ne serve pas)
- ✓ 1 gobelet plastique ou aluminium avec anse isolée pour éviter les brûlures avec les boissons chaudes
- ✓ 1 couteau de poche pliant (facultatif)
- ✓ 1 gourde isotherme ou aluminium de 1,5 litres minimum ou gourde souple (déconseillée en hiver) ou une gourde filtrante éventuellement. Surtout utile en hiver, si vous souhaitez, prendre une bouteille isotherme pour emporter thé, café... pendant la randonnée)

AUTRES

- ✓ 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 parapluie solide et léger (facultatif mais très utile en cas de pluie, ou même de canicule)
- ✓ 1 paire de bâtons de marche télescopiques (facultatif, selon vos habitudes ou le niveau technique des randonnées, se référer au paragraphe « Niveau Technique » de la fiche technique du séjour)
- ✓ 1 paire de lunettes de soleil de bonne qualité (protection niveau 3 ou 4) couvrant bien les côtés
- ✓ Crème solaire avec un bon indice de protection (30 minimum) et écran labial (le tout systématiquement dans le sac à dos)
- ✓ Trousse de toilette (brosse à dents, déodorant, etc...)
- ✓ Protections auditives en cire ou en mousse (contre les ronflements de voisinage ou autres nuisances sonores)
- ✓ Mouchoirs
- ✓ Papier toilette
- ✓ 1 frontale ou lampe de poche + couverture de survie conseillée mais non obligatoire : 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 (facultatif)

PHARMACIE :

Le guide est équipé d'une pharmacie de premiers secours (non destinée à subvenir à vos besoins pour de petits aléas). Néanmoins, il n'est pas autorisé à administrer tout médicament à un participant sans prescription médicale ou accord médical des secours.

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 (facultatif)
- ✓ Antistaminiques contre les piqûres d'insectes par exemple (facultatif)
- ✓ Pastilles contre le mal de gorge (facultatif)
- ✓ Bande adhésive élastique en 5 ou 8 cm de large x 2,5 m (facultatif)
- ✓ Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- ✓ Collyre (en cas de poussières ou irritation/sécheresse oculaire)
- ✓ Double peau pour protéger les ampoules aux pieds (facultatif)
- ✓ Pince à épiler (facultatif)
- ✓ Petits ciseaux (facultatif)
- ✓ Vitamine C (facultatif)
- ✓ Pince à écharde (facultatif)
- ✓ Gel hydroalcoolique antibactérien utile pour se laver/désinfecter les mains.

FORMALITÉS

FORMALITÉS :

- Durant le séjour, vous devez être en possession de votre carte d'identité en cours de validité ou passeport, de votre carte vitale, du numéro de contrat et numéro de téléphone de votre assurance personnelle (en cas de non souscription à notre assurance). Et pour les séjours en Europe, de votre carte européenne d'assurance maladie. Très pratique en cas de souci pour l'avance de frais pour les soins dans les pays européens, cette carte est à demander au moins 15 jours à l'avance à votre centre de sécurité sociale.
- Pour finaliser votre inscription à ce séjour, merci de nous communiquer la date de validité et le numéro du document d'identité que vous utiliserez pour ce séjour (carte d'identité ou passeport), et ce, pour chacun des participants. Ces informations nous sont indispensables dès votre réservation afin de réserver certaines prestations (selon les séjours : billet d'avion, ferry, visites de monuments prisés, etc...).
- Important : contrairement à la plupart des pays de l'Union Européenne, la prolongation de validité de la carte nationale d'identité française n'est pas officiellement acceptée par les autorités espagnoles. Vous devez obligatoirement avoir sur vous une carte nationale d'identité avec une date de validité postérieure à votre retour en France, sinon un passeport en cours de validité.

ASSURANCES :

A l'inscription, vous pouvez souscrire une assurance assistance rapatriement et/ou annulation qui s'ajoute au prix du séjour.

- Assurance annulation : 3% du montant du séjour (elle comprend le remboursement des sommes retenues en cas d'annulation avant votre départ).
- Assurance assistance rapatriement : 2% du montant du séjour.
- Assurance annulation - rapatriement : 4% du montant du séjour.

Textes complets des assurances envoyés sur demande.

AUTRES INFORMATIONS :

- 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 jusqu'au gîte.
- Respecter les fleurs sauvages, ne pas les cueillir. Préférer les photographier ou les dessiner.



NOUS CONTACTER



Notre agence est ouverte du Lundi au Vendredi de 9h à 18h30, et le Samedi de 9h à 17h
En cas de problème de dernière minute, appelez :
au **04 90 09 06 06** ou sur notre téléphone d'urgence au **07 77 08 14 68 (7j/7 24h/24)**



infos@cheminsdusud.com



57 rue François Gernelle BP 155
84 120 PERTUIS

Notre agence est ouverte du Lundi au Vendredi de 9h à 18h30, et le Samedi de 9h à 17h



www.cheminsdusud.com

Dernière mise à jour : 22/02/2024