



Randonnée dans le Couserans - séjour en étoile

Si vous connaissez déjà les Pyrénées, vous retrouverez souvent ce que vous aimez : les petits villages accrochés à la montagne, de grands troupeaux de vaches, de moutons ou de chevaux avec leurs bergers sur de vastes pâturages, les étangs (ici, on dit étangs), de magnifiques forêts de hêtres et de sapins, les sentiers frontaliers chargés d'histoire et des sommets pas toujours faciles d'accès.

Vous retrouverez aussi la grande faune des montagnes ; ici vivent l'ours, l'isard, le bouquetin ibérique, les grands rapaces comme le gypaète, les vautours fauves et percnoptères, l'aigle royal et une multitude d'animaux plus modestes mais tout aussi intéressants.

Pour ceux qui ne connaissent pas encore les Pyrénées, vous serez surpris par la nature préservée. Ici, pas de routes en altitude, juste une petite station de ski sur les 18 vallées. Vous aurez le plaisir de franchir la crête frontalière et de découvrir la grande diversité des Pyrénées. Et si vous tendez l'oreille, vous entendrez des histoires de bergers, d'ours, de passages clandestins et de contrebande.

Loin des grands sites qui attirent les foules de marcheurs et randonneurs vous serez surpris par le calme et la beauté des montagnes du Couserans.

- Les points forts :

- une grande variété des paysages
- des randonnées en boucle
- un thème différent chaque jour
- des hébergements confortables
- des accompagnateurs qui vivent toute l'année dans ces vallées

- Déroulement :

Accueil dimanche en fin d'après-midi (ou la veille du jour 1)

- Jour 1 : randonnée sur le Bouirex (1873m) une des plus vieilles montagnes des Pyrénées un magnifique belvédère sur la chaîne.
Dénivelé + 700m dénivelé – 700m
- Jour 2 : au coeur de la réserve du mont Valier (2836m) par le col de Pause (1527m) et le val d'Estours avec de superbes paysages et observation de la faune des Pyrénées. Dénivelé + 750 dénivelé -750
- jour 3 : le pic de Girantes (2088m), un lieu chargé d'histoire où les activités humaines ont laissé leurs traces (mines, passages sur la haute Ariège, l'Andorre ou la Catalogne, le pastoralisme). Dénivelé+ 688m – 688m

Association "Les Accompagnateurs en montagne du Couserans" (AMC)

Tel : 07 89 74 72 59– Email : rando.couserans@gmail.com

SIRET : 537 871 881 00018 Association loi 1901 – Immatriculation Atout France n°IM09140001 R.C.P :

MMA IARD /Cabinet Bellet contrat n° 107 482 250

- jour 4 : la montagne de Bethmale, la sapinière de mont Ner, les étangs d'Eychelle et d'Ayes, le cirque de Campuls sont des lieux enchanteurs et rares.
Dénivelé + 650m dénivelé -650m
- jour 5 : la soulane du Biros, de petits villages en soulane, une ancienne carrière de marbre et une magnifique randonnée en balcon face à la chaîne frontalière du Biros. Derrière c'est le val d'Aran.
Dénivelé + 774m dénivelé- 774m
- jour 6 : la chapelle de l'Izard (1340m)
il est difficile d'aller dans le Biros et de ne pas monter voir la chapelle de l'Izard, et juste un peu plus haut la sapinière et le ruisseau de la réserve biologique.
Dénivelé +600m dénivelé - 600m
- jour 7 : nuit dans le Biros et dispersion le matin

- L'organisation de l'hébergement et des repas :

le séjour est proposé en pension complète. Les 4 premières nuits pour les mois de juin, septembre et octobre sont dans le village de vacances des quatre chemins, pour les mois de juillet et août nous serons logés en hôtel. Les trois nuits dans la vallée du Biros se feront en chambres d'hôtes. Les hébergements seront en chambres doubles ou triples . Vous porterez le pique nique du jour.

- INFOS PRATIQUES

- **Dates** : Les mois de juin, juillet, août et septembre
- **Effectifs** : Jusqu'à 12 personnes. Le séjour est confirmé à partir de 6 personnes.
- **Durée** : 6 jours de randonnée / 7 nuits.
- **Rendez-vous** : Possibilité de se retrouver à Saint-girons (gare SNCF) ou directement sur les lieux de l'hébergement
- **Temps de marche** : de 4h à 6h par journée
- **Fin du séjour** : fin du séjour vers 10h30 le jour 7. Nous ferons une navette pour les personnes qui seront arrivées à Saint Girons
- **Itinéraire** : il peut être modifié en raison des conditions météorologiques et du groupe.
- **Equipements à prévoir** :
 - Sac à dos de 35 litres
 - Rechange (tee-shirt, sous-vêtements, pantalon)
 - Chaussures légères pour les soirées
 - Tenue de pluie étanche (veste ou poncho),
 - Protection soleil (chapeau, lunette, crème solaire)
 - Tenue contre le froid (veste, polaire, bonnet, gant)
 - Bonnes chaussettes de marche,
 - Chaussures de marche montantes,

Association "Les Accompagnateurs en montagne du Couserans" (AMC)

Tel : 07 89 74 72 59– Email : rando.couserans@gmail.com

SIRET : 537 871 881 00018 Association loi 1901 – Immatriculation Atout France n°IM09140001 R.C.P :

MMA IARD /Cabinet Bellet contrat n° 107 482 250

- Gourde (1,5 litre par personne minimum), couteau, lampe de poche ou frontale,
- Pharmacie personnelle,
- Couverture de survie,
- Et encore appareil photo, jumelles, boules quiès...
- **Animaux : les chiens ne sont pas acceptés**
- **Régimes alimentaires particuliers : nous contacter**

TARIFS

Tarifs groupe :

	6 Adultes	7 adultes	8 adultes	9 adultes	10 adultes	11 et 12 adultes
Par personne	785,00 €	710,00 €	675,00 €	650,00 €	630,00 €	600,00 €

Le tarif comprend :

- L'encadrement par un Accompagnateur en montagne diplômé d'état
- La pension complète (hors consommations personnelles).
- Transport avec le véhicule de vos accompagnateurs en montagne (dans la limite des places disponibles), possibilité de venir vous chercher à la gare de Saint Girons ou de Boussens.

Le tarif ne comprend pas :

- Le transport jusqu'au lieu de rendez vous.
- Les dépenses à caractère personnel.
- L'assurance annulation (3,65% du coût total) à souscrire auprès de l'Association les Accompagnateurs en montagne du Couserans.

Les modalités de réservation :

- *Pour réserver votre séjour et valider la période souhaitée, il suffit de nous contacter de préférence par mail, en précisant la composition du groupe.*
- *En retour, nous vous envoyons un devis faisant office de contrat de réservation.*
- *La réservation est confirmée à la réception du devis signé et du paiement de l'acompte.*
- *Si vous souhaitez l'assurance annulation nous vous enverrons le contrat et les conditions de vente qui correspondent.*

Association "Les Accompagnateurs en montagne du Couserans" (AMC)

Tel : 07 89 74 72 59– Email : rando.couserans@gmail.com

SIRET : 537 871 881 00018 Association loi 1901 – Immatriculation Atout France n°IM09140001 R.C.P :

MMA IARD /Cabinet Bellet contrat n° 107 482 250