



# Rando Raquettes et Plaisirs de l'Hiver

## EN RÉSUMÉ

- ACTIVITÉ(S) : Raquette à neige
- DURÉE : 6 jours
- NIVEAU : Intermédiaire, 3/5
- PÉRIODE IDÉALE : De Janvier à Mars
- ÂGE : Séjour accessible 14 à 65 ans (selon conditions physiques et de santé)

## EN QUELQUES MOTS

**Faites l'expérience de la randonnée en hiver dans nos belles Pyrénées!**

Traversez raquettes aux pieds les forêts enneigées, les vallons et les crêtes immaculées... Savourez ces instants où les bruits s'estompent dans l'immensité des paysages de neige. De retour au gîte, c'est le confort d'espaces cosy qui vous accueille pour partager parties de cartes et autres moments de détente; sans oublier la convivialité de notre table autour de bons p'tits plats d'hiver! Profitez de ces instants magiques au coin du feu et ressourcez-vous lors d'une séance de la balnéothérapie.

## LES POINTS FORTS

- Séjour authentique et écoresponsable
- Vous êtes encadrés par Damien Diplômé d'État « Accompagnateur en Montagne »
- Un seul groupe de 8 maxi par séjour - Privatisation gratuite à partir de 5 pers.

## NIVEAU

5 à 6 heures de marche par jour environ.

Dénivelé positif de 400 à 650 mètres (par conditions d'enneigement variable, potentiellement élevées avec neige poudreuse à lourde).

**Bonne condition physique requise.** Vous pratiquez une activité physique régulière et prévoyez un peu d'entraînement avant départ si nécessaire.

*Pour des raisons de sécurité, et pour garantir un niveau homogène correspondant à minima à celui annoncé, l'encadrement et l'organisation se réserve le droit de suspendre votre participation à certaines randonnées si votre niveau technique et/ou votre forme physique ne correspondent pas à ceux requis. En aucun cas, cette suspension ne pourra donner lieu à un remboursement ou à versement d'indemnité.*

**Le programme est donné à titre indicatif.**

**Des impondérables et des situations indépendantes de notre volonté peuvent nous amener à modifier le déroulement du séjour : météo, enneigement, sécurité, niveau des participants,...**

**Nous pouvons donc être amenés à modifier l'itinéraire ou le lieu de la randonnée en fonction de ces éléments, voir à annuler une sortie si les conditions sont vraiment trop mauvaises (une activité de remplacement sera alors proposée).**

Une remontée mécanique non incluse (11€) pourra éventuellement être nécessaire (Jour 2) si les conditions d'enneigement requièrent une adaptation de programme.

## SÉJOUR EN GROUPE

Vous avez envie de partir en voyage, mais pas seul ? Alors rejoignez un groupe pour votre prochain séjour ! C'est le séjour idéal pour des voyageurs en solo ou en duo voulant partager leur expérience avec d'autres et se laisser guider.

## BUDGET

Départ garanti à partir de 2 personnes, et groupe limité à 8 personnes.

Prix séjour Adulte : à partir de **740€** par personne (privatisation gratuite à partir de 5 pers)

## DATES ET PRIX

Nous consulter ou à voir lors de votre réservation en ligne via notre site internet.

### LE PRIX COMPREND

- 5 nuits en gîte d'étape en chambre partagée double (2 lit séparés – pas de mixité)
- La pension complète
- L'encadrement par Accompagnateur en Montagne Diplômé d'Etat
- Les transferts depuis et vers la gare si vous êtes venus en train
- Les transferts en minibus vers les départs de randonnées

### LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les boissons
- Les dépenses personnelles
- Le supplément pour l'option « chambre individuelle » : **230€**
- Transport jusqu'au point de rdv

# JOUR PAR JOUR

- JOUR 1

## **Bienvenu.e.s en Ariège**

- Arrivée au gîte à partir de 17h (si vous venez en train, nous venons vous chercher à la gare).
- Accueil, installation dans les chambres, collation et détente au coin du feu !
- 18h30 : apéritif convivial de bienvenue et briefing programme rando et matériel
- Repas et balade digestive «emmitouflée» sous les étoiles pour ceux qui souhaiteraient

- JOUR 2

## **« Mise en jambes ! »**

- Transport minibus – 20 min
- Randonnée en raquettes à neige, environ 4h30 de marche
- Dénivelé positif 130 m / Dénivelé négatif 400 m

Cette première randonnée constituera une petite mise en jambe pour nous tous. Nous suivrons des chemins et pistes forestières à flancs de montagne avant d'atteindre un lac au fond d'une petite vallée. Gelé à ses heures et bordé d'une forêt de sapins, il pourra parfois, donner à notre petite escapade un air de grand nord ! Notre itinéraire s'élèvera ensuite légèrement à travers la forêt pour redescendre presque aussitôt vers un joli petit hameau de granges restaurées où nous pourrons nous arrêter. Il sera alors bientôt temps de nous remettre en route pour nous diriger tranquillement vers Ax-les-Thermes par un chemin qui surplombe la rivière. Une fois dans la ville thermale, vous pourrez profiter des bassins et fontaines d'eau chaude qui offriront à vos pieds un réconfort bien mérité !

**Plan B** en fonction des conditions de neige : Rando raquettes en marge du domaine skiable d'Ax 3 Domaines (forfait piéton nécessaire - 11€/pers payables aux caisses forfait de la station).

- **JOUR 3**

### **« Étendues nordiques »**

- Transport minibus – environ 35 min
- Randonnée en raquettes à neige, environ 6h de marche
- Distance 10 km
- Dénivelé positif 500 m / Dénivelé négatif : 500 m

Ambiance montagne garantie avec cette randonnée qui nous fera culminer à un peu plus de 2000 mètres d'altitude. Pas de panique tout de même, nous partirons de déjà bien haut ! Nous n'aurons en fait que peu de montée avant d'arriver sur un plateau digne des plus beaux paysages nordiques. Le vent et la neige y ont sculpté la végétation qui poussent encore un peu ici. La nature s'est adaptée. Les pins qui ont opté pour des formes naines et presque tortueuses sont là, éparcés, dans ces champs de neige presque vierge qui côtoient le ciel bleu. Nous parcourons ces vastes étendues et découvrirons au fil de notre itinéraire des points de vue variés sur les montagnes de la Haute-Ariège et des départements voisins. Après un pique-nique à l'abri d'un rocher ou de la cabane qui se trouve au niveau d'un large col, nous reprendrons notre aventure, en rentrant par les crêtes (selon conditions météo et neige).

- **JOUR 4**

### **« Grands espaces et petits plaisirs de l'hiver ! »**

- Transport minibus – environ 35 min
- Randonnée en raquettes à neige, environ 5h30 de marche
- Distance 10 km
- Dénivelé positif 480 m / Dénivelé négatif : 480 m

Cette journée sera dédiée au plaisir et au bien-être ! En matinée, nous marcherons à travers une forêt de hêtres pour finalement rejoindre un paysage plus ouvert que nous parcourons en direction du refuge d'Alvaro, le gardien. Si la météo le permet, nous serons servis, en terrasse, face aux montagnes et c'est seulement après une bonne tarte aux myrtilles que nous rechausserons nos raquettes afin d'aller explorer d'autres espaces sauvages nous offrant ainsi quelques nouveaux points de vue sur les sommets environnants. Nous retrouverons ensuite l'ambiance forestière d'une piste qui nous ramènera à notre point de départ. Enfin, nous rejoindrons Ax-les-Thermes en minibus pour goûter aux plaisirs de l'eau thermale sous toutes ses formes: sauna, hammam, bains irlando-romains ...et autres activités aux « Bains du Couloubret » .

- **JOUR 5**

### **« à la croisée des chemins »**

- Transport minibus – environ 50 min
- Randonnée en raquettes à neige, environ 6h de marche
- Distance 9 km
- Dénivelé positif 670 m / Dénivelé négatif : 670 m

Pour cette randonnée, nous partirons depuis un haut col routier qui fut longtemps un lieu d'échange entre l'Espagne et la France ... Nous cheminerons dans un décor d'abord légèrement boisé puis dans une large combe qui nous offrira à la redescente une très belle vue sur les sommets de l'Andorre. Ce décor de haute montagne ne manquera pas de vous dépayser et de combler votre envie de liberté et de grands espaces !

**Plan B** en fonction des conditions de neige et de la météo : Rando raquettes en marge du domaine skiable de Porte Pymorens (pas de forfait piéton nécessaire).

- **JOUR 6**

### **« Forêt de hêtre et étendues sauvages »**

- Transport minibus – environ 25 min
- Randonnée en raquettes à neige, environ 5h de marche
- Distance 9 km
- Dénivelé positif 450 m / Dénivelé négatif : 450 m

Afin de finir en douceur votre séjour, nous vous proposons une petite randonnée sur les hauteurs d'un hameau reculé, aux confins d'une vallée presque oubliée des hommes où la faune sauvage se réfugie en hiver, à la recherche d'une maigre nourriture laissée par la nature endormie. Une fois au dessus de la forêt, nous nous retrouverons au milieu d'un paysage ouvert sur les chaînes de montagnes de la Haute-Ariège. Nous contemplerons ces cimes enneigées avant de rejoindre une charmante cabane de berger pour manger confortablement assis auprès de la cheminée. Nous ne tarderons pas ensuite à prendre le chemin du retour sur des versants dégagés, nous offrant encore tout au long de la descente de belles étendues de neige à savourer. De retour au gîte, l'heure sera aux bagages et aurevoirs autour d'une dernière petite collation tous ensemble\* avant de partir chacun vers d'autres horizons !

## ENCADREMENT

Vous serez encadré.e.s par Damien titulaire du D.E. d'Accompagnateur en Moyenne Montagne, heureux de vous faire découvrir les montagnes de Haute-Ariège. Un territoire qu'il connaît parfaitement, et dont il a hâte de vous dévoilé les splendeurs.



**À NOTER :** Le guide se réserve le droit de modifier ce programme pour diverses raisons telles que la météo, ou les conditions physiques des participants, l'enneigement, ...

Le dénivelé et le temps de marche sont des estimations qui peuvent évoluer en fonction des conditions météo et/ou du rythme des participants, ...

## Sur place au gîte...



Amoureux de la montagne, nous vous accueillons dans notre gîte d'étape **confortable**, typique et **chaleureux**. Afin de faire découvrir la richesse et la beauté de nos montagnes, nous vous proposons des **séjours « tout compris » éco-responsables**, avec activité de randonnée guidée.

Forts de nos expériences passées, c'est en 2020 que nous initions le projet de gîte d'étape et de séjour au sein d'une petite remise de village que nous avons retapée avec goût.

**Damien** est établi depuis 15 ans dans ce joli coin de Haute-Ariège. Il est diplômé DE AMM **Accompagnateur en Montagne** et, aux intersaisons, il réalise des opérations d'entretien et d'aménagement des espaces naturels montagnards. Originaire des Alpes et pratiquant la montagne depuis sa plus tendre enfance, **Marie** le rejoint il y a 7 ans. Diplômée **BPJEPS Animation EEDD** et **BPJEPS Activés de Randonnées**, elle se

consacre à la gestion du gîte et à l'accompagnement en randonnée de certains séjours.

Tous deux sont animés par la volonté de faire vivre aux autres de belles expériences et de **partager leur amour de la montagne**, convaincus des bienfaits que la randonnée apporte à chacun, à travers le dépassement de soi et le contact avec la nature.

## **LA HAUTE-ARIEGE EN QUELQUES MOTS**

Située dans la partie Est de la chaîne des **Pyrénées**, la Haute-Ariège est une terre restée à demi-sauvage, loin du tourisme de masse. Les randonnées que ce territoire offre ont une saveur **authentique** et unique. Venez goûter à ses combes verdoyantes, à ses sommets, à ses crêtes, à ses anciens cirques glaciaires dont les nombreux **lacs aux eaux limpides** sont les vestiges. Ses nombreux **espaces préservés** laissent place à une nature singulière abritant des **animaux d'exception** tels que le gypaète, l'isard ou encore le desman des Pyrénées.

Terre d'échange et de passage entre la France, l'Andorre et l'Espagne où se sont croisés et se croisent encore tant de destins, la Haute-Ariège est également riche d'**Histoire et de patrimoine**.

Oser cette montagne ! ...