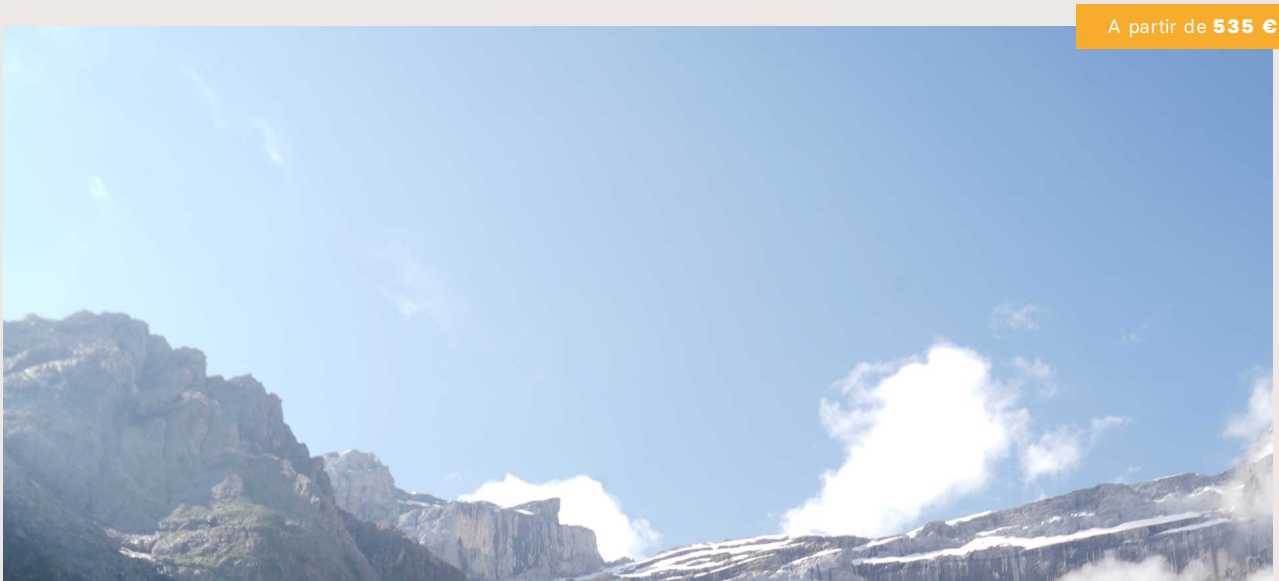
Pyrénées

GAVARNIE ET CAUTERETS, LE PARC NATIONAL DES PYRÉNÉES

Code voyage : **FPYGALIB**

TREK

A partir de **535 €**



Voyage en liberté Niveau : **2/5** **7 jours**

Deux des plus belles régions des Pyrénées en un seul voyage. Gavarnie et ses cirques majestueux classés au patrimoine de l'UNESCO sera le point de départ de votre circuit. Face à sa cascade de plus de 300m et ses murs qui vous entourent, impressionnants, vous vous sentez humbles et appréciez cette démonstration de force de la nature. Vous quittez Gavarnie pour les Cauterets et son domaine préservé. C'est en itinérance, de refuge en refuge que vous parcourez ce décor sublime de cols, de crêtes et de lacs que vous offre le parc national des Pyrénées. Entre site incontournable et coins secrets des Pyrénées, ce voyage vous ravira !

POINTS FORTS

- Un voyage en étoile depuis Gavarnie et Cauterets en gîte ou en hôtel
- Gavarnie, ses cirques classés UNESCO et ses sentiers secrets
- Le parc National des Pyrénées et son sommet le Vignemale

Jour par jour

JOUR 1

PLATEAU DE BELLEVUE - GAVARNIE

Vous arrivez sur le village de Gavarnie. Selon l'heure d'arrivée, vous vous installez à l'hôtel ou au gîte (selon votre choix) et profitez d'une petite mise en jambe. Direction le plateau de Bellevue et son point de vue grandiose sur la grande muraille du cirque de Gavarnie, avec ses cascades...

DÉTAIL

Marche : 4h
Dénivelé positif : 450 m
Dénivelé négatif : 450 m
Hébergement : Gîte, Hôtel
Déjeuner : libre
Dîner : libre

JOUR 2

CIRQUE ET BALCONS DU GAVARNIE

Court transfert pour rejoindre la porte d'entrée des emblématiques cirques glaciaires de Gavarnie, Estaubé et Troumouse, inscrits au Patrimoine Mondial de l'Unesco depuis 1997. Le cirque de Gavarnie est une véritable merveille de la nature : 6,5 km de circonférence, 1 500 m de hauteur, des sommets dépassant les 3000 m et l'une des plus grandes cascades d'Europe ! Après l'avoir admiré, vous arpentiez des sentiers en balcons moins fréquentés où les points de vue sont sublimes !

DÉTAIL

Transport : Véhicule personnel (0h20)
Marche : 5h30
Dénivelé positif : 550 m
Dénivelé négatif : 550 m
Hébergement : Gîte, Hôtel
Déjeuner : libre
Dîner : libre

JOUR 3

CIRQUE DE TROUMOUSSE - GAVARNIE

Après un court transfert, vous découvrez le cirque de Troumouse, situé le plus à l'Est, qui présente des murailles de toute beauté, délimitant la frontière avec l'Espagne. Cette belle randonnée vous offre un spectacle tout aussi beau que le cirque de Gavarnie mais avec le plaisir d'être un peu plus isolé.

DÉTAIL

Transport : Véhicule personnel (0h10)
Marche : 5h
Dénivelé positif : 650 m
Dénivelé négatif : 650 m
Hébergement : Gîte, Hôtel
Déjeuner : libre
Dîner : libre

JOUR 4

GAVARNIE - VALLÉE DU MARCADAU - CAUTERETS

Changement de décors. Vous quittez la région des cirques pour le célèbre parc national des Pyrénées.
Vous rejoignez Cauterets où vous vous installez en gîte ou en hôtel (selon votre choix) et entamez la découverte de votre première vallée : Marcadau. Une succession de cascades et de torrents où les eaux sont limpides et invitent à y tremper les pieds. Au son des sifflements des marmottes qui vous accompagnent, la randonnée dans ce milieu peu visité est apaisante.

DÉTAIL

Transport : Véhicule personnel (1h)
Marche : 4h
Dénivelé positif : 450 m
Dénivelé négatif : 450 m
Hébergement : Gîte, Hôtel
Déjeuner : libre
Dîner : libre

JOUR 5

LAC DE GAUBE - VIGNEMALE - CAUTERETS

Au départ du Pont d'Espagne, cette randonnée vous emmènera dans le Parc National des Pyrénées à la découverte du magnifique lac de Gaube. Vos pas vous mènent au pied du majestueux sommet du Vignemale.

DÉTAIL

Transport : Véhicule personnel (0h30)
Marche : 6h
Dénivelé positif : 730 m
Dénivelé négatif : 730 m
Hébergement : Gîte, Hôtel
Déjeuner : libre
Dîner : libre

JOUR 6

VALLÉE DE LUTOUR - LAC D'ESTOM - CAUTERETS

Aujourd'hui, vos pas vous mènent dans au lac d'Estom. Vous parcourez tranquillement la verdoyante vallée de Lutour. Une merveille où les lacs, vestiges des anciens glaciers, composent des paysages fleuris.

DÉTAIL

Marche : 5h
Dénivelé positif : 450 m
Dénivelé négatif : 450 m
Hébergement : Gîte, Hôtel
Déjeuner : libre
Dîner : libre

JOUR 7

CAUTERETS

Après le petit déjeuner, fin du séjour.

DÉTAIL

Déjeuner : libre
Dîner : libre

Budget

(informations au 26/04/2024)

Période réalisable : **JUIN, JUILLET, AOÛT, SEPTEMBRE**

PRIX 2024 A PARTIR DE

Du 15 JUIN au 30 JUIN
Du 01 SEPTEMBRE au 30 SEPTEMBRE

En gîte (dortoir), formule demi-pension
Prix base 2 à 4 personnes: 535 euros par personne

En hôtel, formule petit déjeuner
Prix base 2 à 4 personnes (en chambre double ou triple): 645 euros par personne

Du 01 JUILLET au 31 AOUT

En gîte (dortoir), formule demi-pension
Prix base 2 à 4 personnes: 585 euros par personne

En hôtel, formule petit déjeuner
Prix base 2 à 4 personnes (en chambre double ou triple): 695 euros par personne

Le prix comprend

- 7 nuits en hôtel ou en gîte (selon votre choix) sur Gavarnie et Cauterets
- 7 petits déjeuners du J2 au J7
- 6 dîners dans la formule gîte
- le carnet de route

Le prix ne comprend pas

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne
- l'accès au lieu de rendez-vous
- les transferts entre Gavarnie et les Cauterets (véhicule personnel indispensable) et pour rejoindre le point de départ de randonnées

À payer sur place

- les dîners (pour la formule hôtel)
- Les déjeuners (pour la formule gîte et la formule hôtel)
- les boissons, eau en bouteille pendant le repas, le vin, etc.
- les dépenses personnelles

Assurances au choix

- **Assurance multirisque :** 4,1 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque avec extension épidémie :**5,1 % du voyage par personne
- **Assurance premium (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.)** 5 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque premium avec extension épidémie (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.) :** 6,1 % du voyage par personne

Pour ce voyage, nous vous recommandons notre assurance multirisque, spécialement étudiée pour le voyage d'aventure.

Détail du voyage

NIVEAU

Etapes de 4 à 5h30 en moyenne, sur sentier bien tracé et entretenu en montagne, vous êtes dans le Parc National des Pyrénées, dans de profondes vallées glaciaires, avec des paysages de haute montagne, mais en règle générale aucune technique ni difficulté sur le circuit.

ENCADREMENT

Séjour sans accompagnateur avec **carnet de route** version papier (envoyé avant le départ).

Un dossier est fourni par groupe de 2 à 5 personnes, il vous sera envoyé environ 1 mois avant votre départ.

Ce dossier comprend :

- Les cartes IGN prêtées avec l'itinéraire surligné
- Un carnet de randonnée rédigé par nos soins
- La feuille de route avec la liste des hébergements
- Les informations complémentaires nécessaires au bon déroulement du voyage
- Les vouchers

ALIMENTATION

Pour la formule gîte :
Séjour en demi-pension pendant toute la durée du trek soit du J3 au J6.
Les dîners des J1 et 2 ne sont pas inclus.

Pendant le trek, les petit déjeuners et dîners sont pris au refuge.
Les repas du midi ne sont pas compris. Vous pouvez les réserver au refuge tous les soirs pour le déjeuner du lendemain.

Pour la formule hôtel :
Séjour en nuit et petit déjeuner. Les repas du midi et du soir sont à votre charge.

HÉBERGEMENT

GAVARNIE

- 3 nuits en gîte sur le petit village de Gavarnie, en dortoir de 4 à 6 personnes. Salle de bain commune.

ou

- 3 nuits en hôtel sur le petit village de Gavarnie, en chambre double ou en individuel (sous réserve de disponibilité). Salle de bain privatisée.

CAUTERETS

- 3 nuits en gîte au cœur de la ville thermale en petit dortoir de 4 personnes. Salle de bain commune.

ou

- 3 nuits en hôtel sur la belle ville thermale de Cauterets, en chambre double ou en individuel (sous réserve de disponibilité). Salle de bain privatisée.

HEURE ET LIEU DE RENDEZ-VOUS

J1, à Gavarnie, selon votre possibilité

DISPERSION

J7, à Cauterets, après le petit déjeuner ou la dernière randonnée.

SE LOGER AVANT OU APRÈS LE CIRCUIT

Nuit supplémentaire - consultez l'onglet prix-option

PARKING PENDANT LE CIRCUIT

Il est possible de se garer à l'hôtel à Gavarnie et à Cauterets.
Attention, le parking du cirque de Gavarnie est payant.

DÉPLACEMENT

Vous utilisez votre véhicule personnel pour :

- rejoindre les points de départ de certaines randonnées
- relier Gavarnie aux Cauterets J4.

BUDGET & CHANGE

Vous êtes en France. La monnaie est donc l'Euro.
Pensez à prendre le nécessaire pour les repas du midi, les douches chaudes et le parking à Gavarnie qui, selon les saisons, est payant.

Equipement

VÊTEMENTS À PRÉVOIR

La liste idéale (à adapter suivant la randonnée et la saison) :

- 1 chapeau de soleil ou casquette
- 1 foulard
- T-shirts manches courtes en matière respirante de préférence (1 pour 2 à 3 jours de marche)
- 1 sous-pull à manches longues en matière respirante ou une chemise
- 1 veste en fourrure polaire
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex avec capuche
- 1 cape de pluie ou un sursac si vous possédez la veste ci-dessus
- 1 pantalon de trekking ample
- 1 short ou bermuda
- Chaussettes de marche (1 paire pour 2 à 3 jours de marche) Privilégier la laine ou les chaussettes spécifiques randonnée. Attention au coton pour les ampoules
- 1 paire de chaussures de randonnée montantes tenant bien la cheville et imperméables à semelle type Vibram. Pensez à « tester » auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps
- Des sous-vêtements
- 1 maillot de bain (facultatif)
- 1 pantalon confortable pour le soir
- 1 paire de chaussures de détente légères pour le soir
- En début et en fin de saison (mai – juin et septembre - octobre), il peut être utile d'avoir en plus guêtres, gants et bonnet.

EQUIPEMENT À PRÉVOIR

Pas de duvet nécessaire.

- protection contre le soleil (crème solaire, stick pour lèvres)
- couteau, gobelet et couvert personnels pour les repas du midi, en option
- une gourde (au minimum 1,5 litre)
- une paire de lacets de rechange
- lampe frontale
- bouchons d'oreilles
- boussole
- jumelles
- trousse de toilettes complète

BAGAGES

Un sac de voyage contenant vos affaires personnelles de la semaine.
Un petit sac à dos (35 à 40L idéalement) qui contiendra les affaires de la journée: gourde, appareil photo, cape de pluie, vêtements chauds et pique-niques de midi.

Attention, le refuge de Oulettes de Gaube ne permet pas la récupération de vos affaires. Ce jour-là, il faudra donc porter vos affaires de rechange pour le lendemain.

PHARMACIE

Vos médicaments habituels.

Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence.
Pastilles contre le mal de gorge.
Bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8 cm de large.
Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes.
Double peau (type Compeed ou SOS ampoules).
1 pince à épiler.
Avant votre séjour, préparez votre corps aux futurs efforts physiques. Si vous pratiquez un sport pendant la semaine, ne changez rien! Si vous êtes plutôt voiture, ascenseur, bureau: essayez de prendre les escaliers, de marcher une à deux heures par semaine afin de soliciter, préparer vos muscles, articulations, votre coeur aux différentes activités physiques à venir (même en niveau facile).

Formalités & santé

PASSEPORT

Oui

VISA

Non

CARTE D'IDENTITÉ

Oui

VACCINS

Non

RECOMMANDATIONS SANITAIRES

Non