



ASCPA Rando

27, av. J.-F. Kennedy 33600 PESSAC - Tél . 05.56.36.05.62

admin@ascparando.com



Pessac, le 14 janvier 2019

NOTICE D'INFORMATION

Entre ASPE et OSSAU, les lacs d'AYOUS

Du samedi 08 au lundi 10 juin 2019



Prendre l'Ossau en pleine figure à l'arrivée du col d'Ayous, voir l'image de ce « géant » frissonner à la surface du lac Gentau gravera dans votre mémoire un souvenir inoubliable.

Programme du séjour

Premier Jour (samedi 08 juin) : De Pessac à Accous

- Rassemblement sur le parking de l'ASCPA à 13h pour un départ en covoiturage à 13 h 15.
- Arrivée à CADANCHU (Espagne) à l'Auberge Refuge El Aguila. Vers 17 heures.
Installation à l'auberge.
- A 18 heures sur le parking du gîte Thierry rappellera les consignes de sécurité concernant les randonnées en montagne, distribuera à chacun les équipements de protection individuelle et fera un rappel (ou une explication) sur leur utilisation. <https://ascparando.com/sorties-montagne/>
- Dîner à l'auberge à 19 heures.

L'A.S.C.P.A Rando a été déclaré à la préfecture de la Gironde le 30 mai 1994 sous le N° W332000777

Association utilisatrice de l'extension de l'Immatriculation Tourisme fédérale de la Fédération Française de la Randonnée Pédestre 64, rue du Dessous des Berges 75013 Paris N° IM075100382
Tél. 01 44 89 93 90 - fax 01 40 35 85 48 CENTRE D'INFORMATION : tél. 01 44 89 93 93 - fax 01 40 35 85 67

La Fédération Française de la Randonnée Pédestre est une association reconnue d'utilité publique. Agréée et délégataire du Ministère chargé des Sports pour la randonnée pédestre et le Longe Côte.
Membre du Comité National Olympique et Sportif Français et de la Fédération Européenne de la Randonnée Pédestre Code APE : 9319Z - SIRET : 303 588 164 00051.

Deuxième Jour (dimanche 09 juin) : De Peyrenère au refuge d'Ayous

(Distance 15 Km environ, dénivelé positif 1394 m, dénivelé négatif 864 m, temps de marche environ 6 heures, IBP 148)

- Petit déjeuner à l'auberge à 7 h 30
- Départ en covoiturage sur le parking de l'auberge rassemblement à 7 h 50 pour un départ à 8 h. Arrivée au centre pastoral de Peyrenère (situé 2,5 Km après le col du Somport) vers 8 h 15.
- Départ de la randonnée 8 h 30. Du parking (1430 m) le sentier s'élève vers le Nord sur le flanc ouest du pic d'Arnoussère pour atteindre le col de Lazaque (1740 m).
- Du col nous descendrons à l'ombre d'une forêt vers la cabane d'Arnoussère à hauteur de laquelle nous traverserons la passerelle franchissant le ruisseau d'Arnoussère (1470 m) c'est alors que le sentier remontera vers le col de Gouetsoule (1845 m). Lieu probable du pique-nique tiré du sac.
- Le sentier descend vers le refuge de Larry (1750 m) en passant entre les rochers. De cet abri le sentier grimpe en lacet vers le col de Larry, du col nous serons à 15 minutes du Col d'Ayous.
- Au col un arrêt photos s'impose, après avoir admiré le paysage nous descendrons en 20 minutes environ au refuge d'Ayous situé au pied du col en face du pic du Midi d'Ossau, et en bordure du lac Gentau.

Troisième Jour : (Lundi 10 juin) Du refuge d'Ayous au parking du centre pastoral de Peyrenère

(Distance 11Km environ, dénivelé positif 310 m, dénivelé négatif 849 m, temps de marche environ 4 heures, IBP 102).

- Départ du refuge après le petit déjeuner à 8 heures.
- Du refuge (1980 m) nous prendrons le sentier qui monte sur la rive droite du lac Bersau (2080 m).
- Après le lac nous trouverons un sentier discret, cairné, qui monte presque horizontalement vers le col des Moines (2168 m) marqué par la borne frontière 309.
- Au col des Moines nous descendrons vers l'ibon Del Escalar d'où nous rejoindrons une petite route qui nous conduira vers la station d'Astun d'où nous rejoindrons le col du Somport puis le parking au centre pastoral de Peyrenère.
- Après avoir savouré le pique-nique mis dans le sac le matin au refuge, nous partirons en covoiturage vers l'ASCPA à Pessac

1. HEBERGEMENT

Samedi 8 juin Auberge refuge « El Aguila » à CANDANCHU (Espagne)

Dimanche 9 juin Refuge d'Ayous dimanche 9 juin.

NB : Dans les deux hébergements nous serons en pension complète (dîner, nuit en dortoir, petits déjeuners, pique-niques)

Prévoir un sac de couchage, les refuges mettent à disposition des couvertures.

2. MODALITES DU SEJOUR

Nombre de participants :

20 personnes maximum, 12 personnes minimum.

L'A.S.C.P.A Rando a été déclaré à la préfecture de la Gironde le 30 mai 1994 sous le N° W332000777

Association utilisatrice de l'extension de l'Immatriculation Tourisme fédérale de la Fédération Française de la Randonnée Pédestre 64, rue du Dessous des Berges 75013 Paris N° IM075100382
Tél. 01 44 89 93 90 - fax 01 40 35 85 48 CENTRE D'INFORMATION : tél. 01 44 89 93 93 - fax 01 40 35 85 67

La Fédération Française de la Randonnée Pédestre est une association reconnue d'utilité publique. Agréée et délégataire du Ministère chargé des Sports pour la randonnée pédestre et Le Longe Côte.
Membre du Comité National Olympique et Sportif Français et de la Fédération Européenne de la Randonnée Pédestre Code APE : 9319Z - SIRET : 303 588 164 00051.

Conditions :

- Etre adhérent à l'ASCPA randonnée pédestre,
- Etre licencié (licence individuelle avec responsabilité civile 2018-2019),
- Être apte médicalement à la randonnée pédestre en moyenne montagne,
- Être capable de réaliser deux randonnées consécutives d'IBP supérieures à 100,
- Etre équipé pour la randonnée en zone montagneuse,
- Transport en covoiturage avec les voitures personnelles.

Matériel nécessaire :

- Chaussures de randonnées à tige haute,
- Des bâtons (facultatifs mais recommandés),
- Le sac à dos contenant :
 - Licence, **carte d'identité de moins de 10 ans** ou passeport, carte vitale,
 - Couverture de survie,
 - Sac de couchage ou drap de sac (des couvertures sont fournies dans le gîte et le refuge)
 - Nécessaire de toilette, serviette, lampe frontale (conseillée),
 - Chaussures légères pour les refuges mais des sabots sont à disposition au refuge,
 - Des vêtements de randonnée adaptés à tous les temps (vent, froid, orage, pluie, chaleur, etc.),
 - Gants, bonnet, lunettes de soleil, crème solaire,
 - 1,5 l d'eau minimum,
 - Nécessaire pour le pique-nique (boite, couverts, gobelet),
 - Aliments énergétiques,
 - Vos médicaments si vous êtes en cours de traitement.

NB : Pour ce séjour l'ASCPA Rando mettra à disposition de chacun des équipements de protection individuelle pour une utilisation éventuelle sous directives de l'animateur montagne.

3. COUT DU SEJOUR

Prix : 93 € par personne.

- **Ce prix comprend** :
 - L'hébergement en pension complète, du dîner du 1^{er} jour au déjeuner du dernier jour (pique-nique),
 - L'accompagnement des randonnées par deux animateurs bénévoles de l'association,
 - Les taxes de séjour,
 - La contribution immatriculation tourisme.
- **Ce prix ne comprend pas** :
 - La souscription aux assurances facultatives : « annulation et interruption de voyage », « bagages », « assistance voyageur ». (Voir notice d'assurance sur [le site internet du club](#)),
 - Les covoiturages (prix déterminés par les conducteurs),
 - Les aliments énergétiques (barres de céréales, fruits secs, pâtes de fruits, chocolat) que vous mettrez dans votre sac,
 - Les boissons consommées à l'hébergement et non comprises dans les repas.
 - Les dépenses personnelles,
 - D'une manière générale, tout ce qui n'est pas indiqué comme compris.

4. INSCRIPTION

Pré-inscription :

L'A.S.C.P.A Rando a été déclaré à la préfecture de la Gironde le 30 mai 1994 sous le N° W332000777

Association utilisatrice de l'extension de l'Immatriculation Tourisme fédérale de la Fédération Française de la Randonnée Pédestre 64, rue du Dessous des Berges 75013 Paris N° IM075100382
Tél. 01 44 89 93 90 - fax 01 40 35 85 48 CENTRE D'INFORMATION : tél. 01 44 89 93 93 - fax 01 40 35 85 67

La Fédération Française de la Randonnée Pédestre est une association reconnue d'utilité publique. Agréée et délégataire du Ministère chargé des Sports pour la randonnée pédestre et le Longe Côte.
Membre du Comité National Olympique et Sportif Français et de la Fédération Européenne de la Randonnée Pédestre Code APE : 9319Z - SIRET : 303 588 164 00051.

Par mail lalande.gerard@orange.fr en précisant : nom, prénom, n° de licence, volontariat éventuel pour prendre voiture personnelle et si oui nombre de places offertes.

Date limite de préinscription : 15 mars 2019

Si nécessaire, une liste d'attente sera établie.

Inscriptions :

Votre inscription sera définitive lorsque vous aurez renvoyé votre bulletin d'inscription signé, accompagné du chèque d'acompte et de l'éventuel chèque du montant des primes d'assurance facultatives à l'ordre de l'ASCPA randonnée pédestre. Courrier à adresser à

[Gérard LALANDE](#)

[20, Avenue des Mésanges](#)

[33127 MARTIGNAS sur JALLE](#)

Inscriptions avant le 30 avril 2019.

5. PAIEMENT

- 1^o acompte de 30 € à l'inscription, avant le 30 avril 2019
- Primes d'assurance facultatives à l'inscription (chèque spécifique),
- Solde de 63 € au plus tard le 20 mai 2019

Tous les chèques doivent être à l'ordre de l'ASCPA randonnée pédestre et à envoyer à [l'adresse de l'organisateur](#)

Nota : vous pouvez joindre lors de votre inscription les 2 chèques (acompte et solde).

Le solde ne sera pas encaissé avant le 31 mai 2019

6. CONDITIONS D'ANNULATION DE L'INSCRIPTION

Toute annulation postérieure à l'inscription (30 avril 2019) ne donnera lieu à aucun remboursement des sommes versées.

7. ASSURANCES FACULTATIVES

Vous aurez la possibilité de souscrire, lors de l'inscription définitive, aux assurances individuelles facultatives au moyen du bulletin de souscription assurances mis à votre disposition au moment de l'envoi du bulletin d'inscription.

Les conditions générales de vente sont disponibles sur le site internet du club (<https://ascparando.com/les-modalites/>)

8. RESPONSABLES DE LA SORTIE

[Gérard LALANDE](#) et [Thierry SONIER](#)

9. CORRESPONDANT TOURISME

[Gérard LALANDE](#)