



# ASCPA Rando

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

admin@ascparando.com



**FF Randonnée**  
les chemins, une richesse partagée  
Gironde

Pessac, le 8 janvier 2024

## NOTICE D'INFORMATION

### Week-end dans la réserve du mont Valier du 28 au 30 juin 2024



*La réserve domaniale du Mont-Valier a été créée en 1937. C'est une des plus anciennes des Pyrénées. Elle est la plus importante de l'Ariège avec 9037 ha de superficie. Au sud, elle est adossée sur 14 km à l'Espagne. Ce vaste espace protégé a gardé un aspect sauvage. En son centre, le majestueux massif du Valier culmine à 2838 m. De profondes vallées torrentielles aux pentes abruptes alternent avec des cirques glaciaires.*

*Construit en 1912 le refuge-abri « Les Estagnous » était utilisé par les montagnards faisant l'ascension du Mont Valier et par les chasseurs d'isards. Il servit de relais durant la seconde guerre mondiale aux patriotes qui fuyaient le nazisme en empruntant le désormais célèbre « Chemin de la Liberté ». Par la suite, le refuge fût abandonné, pillé et menacé de ruine avant que le syndicat d'initiative de Saint-Girons décide de le restaurer en 1976 et qu'il soit ouvert au public en 1978 avec le statut de refuge gardé.*

L'A.S.C.P.A Rando a été déclarée 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.

# 1. PROGRAMME

## Vendredi 28 juin :

Rendez-vous à la maison du Valier ([Pla-De-La-Lau, Les Bordes-sur-Lez](#)) en fin de journée.

Sur la D4, 2km après Les Bordes-sur-Lez, prendre à gauche direction AYER, Vallée du Ribérot, suivre la route sur 7km.

Dîner et nuit au gîte-auberge.

## Samedi 29 juin:

Petit déjeuner puis départ vers le refuge les Estagnous par l'itinéraire classique du mont Valier.

Randonnée de 8,8km, 1473m de dénivelé positif et 164m de dénivelé négatif.

IBP 106. Temps de marche estimé 5h00.

*La journée est constituée d'une ascension progressive jalonnée par l'abri aménagé de la Tute de l'ours, la cascade de Nérech, la cascade de la Lauze, l'abri des Caoussis et l'étang rond. Une dernière montée (+285m) plus rude (33%) permet d'atteindre le refuge.*

Dîner et nuit au refuge.

## Dimanche 30 juin:

Petit déjeuner puis retour vers la maison du Valier.

Randonnée de 9,5km, 295m de dénivelé positif et 1630m de dénivelé négatif. IBP 91. Temps de marche estimé 5h30.

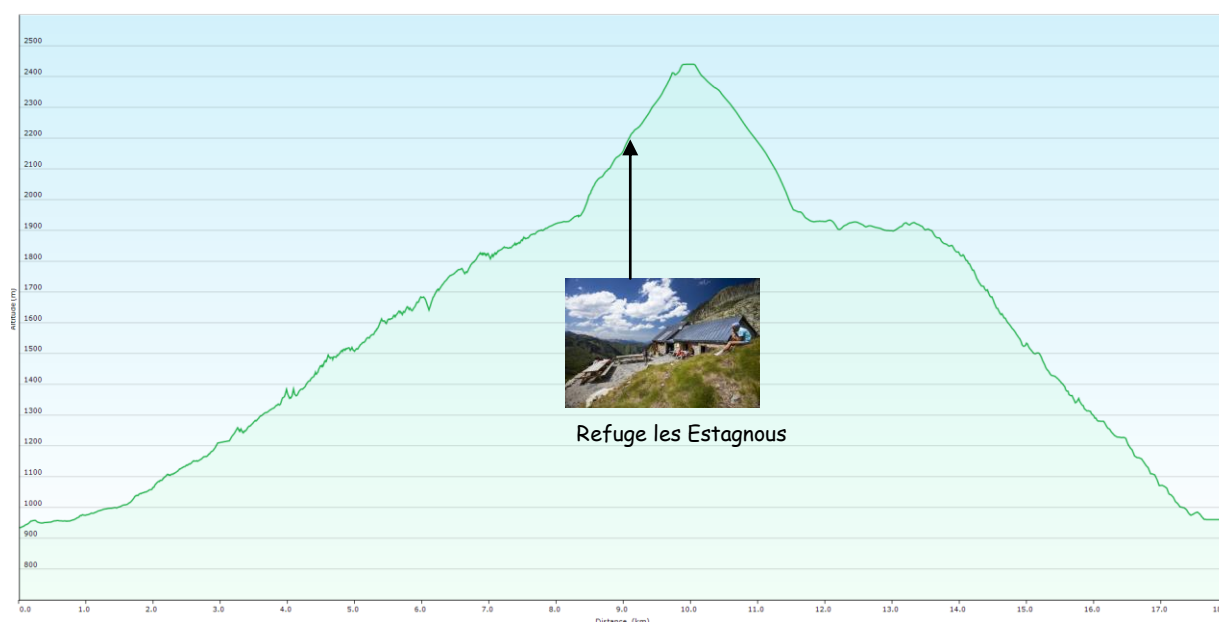
*Pour le retour, nous suivrons dans un premier temps le **chemin de la liberté**, (emprunté en sens inverse par de nombreux français et juifs fuyant l'opresseur allemand mais aussi par beaucoup d'aviateurs anglais et américains qui cherchaient à rejoindre leur pays après que leur avion ait été abattu par les nazis occupant l'Europe). La suite de la descente à partir de l'étang du Milouga est ponctuée de plusieurs cabanes de montagne qui illustrent **les activités d'élevage en montagne et le pastoralisme**.*

*En fonction de la météo, de l'enneigement résiduel, et de la forme du groupe, une variante est possible en passant par l'étang rond, l'étang long et le port de Barlonguère, la cabane de Barlonguère, la cabane de Peyralade, la cabane du cap du Bosc, la cascade des échelles. (Randonnée de 12,8 km, 576m de dénivelé positif et 1855m de dénivelé négatif, IBP 113. Temps de marche estimé 6h30)*

Fin du séjour.

Retour vers Pessac.

## Synthèse des étapes :



## 2. HEBERGEMENT

Hébergement en gîte d'étape et refuge.

Les étapes sont prévues en pension complète (demi-pension + panier repas pour le lendemain).

## 3. MODALITES DU SEJOUR

**Nombre de participants :**

6 personnes minimum, 15 personnes maximum.

**Conditions :**

- Etre adhérent à l'ASCPA randonnée pédestre,
- Etre licencié (licence individuelle avec responsabilité civile 2023-2024),
- Etre apte médicalement à la randonnée pédestre en moyenne montagne,
- Etre capable de réaliser 2 randonnées consécutives (caractéristiques décrites ci-dessus) en portant tout le nécessaire pour le week-end (sac à dos),
- Etre équipé pour la randonnée en zone montagneuse,
- S'engager à respecter les contraintes sanitaires en vigueur au départ de la sortie,
- Partager et participer à la vie du groupe toute la durée du séjour.

**Matériel nécessaire :**

- chaussures de randonnée adaptées à la montagne (tige haute, rigide à semelle plutôt dure, étanches, etc.). Cf. : [info "équipement-pour-la-montagne" dans les actualités du site](#).
- des bâtons,
- le sac à dos contenant :
  - votre licence, carte d'identité ou passeport,
  - votre [fiche de renseignements d'urgence actualisée](#),
  - une couverture de survie,

L'A.S.C.P.A Rando a été déclarée 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 déléguée 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.

- une trousse individuelle de secours, adaptée à vos besoins et contenant, outre vos éventuels médicaments, le nécessaire permettant de faire face aux petits tracas (ampoules, coupures, piqûres, etc...),
- sac de couchage et/ou drap de sac,
- nécessaire de toilette, serviette, lampe frontale (conseillée),
- chaussures légères pour les étapes,
- des vêtements de randonnée adaptés à tous les temps (vent, froid, orage, pluie, chaleur, etc.),
- 2L d'eau minimum,
- nécessaire pour le pique-nique (couverts, gobelet, boîte),
- aliments énergétiques,
- et le strict nécessaire pour 2 jours d'itinérance en gardant à l'esprit que le poids du sac est l'ennemi du randonneur.

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.

## **4. COUT DU SEJOUR**

**Prix : 150 €** par personne.

Ce prix comprend :

- L'hébergement en demi-pension, du dîner du 1<sup>er</sup> jour au petit déjeuner du dernier jour,
- Les pique-niques pour les midis,
- L'accompagnement des randonnées par un animateur de l'association,
- La taxe 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 transports aller jusqu'au point de RDV ([Pla-De-La-Lau, Les Bordes-sur-Lez](#)) et retour depuis la fin du séjour,
- 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.

## **5. INSCRIPTIONS**

Préinscriptions :

Par mail à [famille.sonier@orange.fr](mailto:famille.sonier@orange.fr) en précisant : nom, prénom, n° de licence et si vous pouvez offrir des places en covoiturage pour les autres participants.

**Date limite de préinscription : 02/01/2024.**

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 du chèque de solde) et de l'éventuel chèque du montant des primes d'assurance facultatives à l'ordre de l'ASCPA randonnée pédestre.

Courrier à adresser à :  
Thierry Sonier  
31 rue Mouloudji  
33600 Pessac

Inscriptions avant le 12/02/2024.

## **6. PAIEMENT**

- Acompte de 50 € à l'inscription, avant le 12/02/2024,
- Primes d'assurance facultatives à l'inscription (chèque spécifique),
- Solde de 100 € encaissé à partir du 01/06/2024.

Tous les chèques doivent être à l'ordre de l'ASCPA randonnée pédestre et sont à envoyer à Thierry Sonier - 31 rue Mouloudji - 33600 PESSAC.

**Nota : Joindre lors de votre inscription les chèques (acompte et solde). Le solde ne sera pas encaissé avant le 01/06/2024.**

## **7. CONDITIONS D'ANNULATION DE L'INSCRIPTION**

Toute annulation postérieure à l'inscription ne donnera lieu à aucun remboursement des sommes versées.

- Annulation entre le 12/02/2024 et le 01/06/2024, versement de 50 € conservé.
- Annulation après le 01/06/2024, versement de 150 € conservé, soit la totalité du montant du séjour.

## **8. CESSION DU SEJOUR :**

Au moins 7 jours avant le départ, un voyageur peut céder son séjour à un autre membre de l'ASCPA Rando remplissant les mêmes conditions que lui. Il en informera alors immédiatement et formellement l'organisateur. Le participant remplaçant (cessionnaire) devra remplir aussitôt un bulletin d'inscription en double exemplaire et s'acquitter sans délai du montant du séjour et éventuellement des primes d'assurances facultatives. Les sommes versées par le cédant lui seront remboursées après déduction de la contribution EIT et UEIT, des primes d'assurances éventuellement souscrites, du surcoût des éventuelles options, et des éventuels frais administratifs associés au changement de participant.

## **9. 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/sorties-decouverte/>)*

## **10. RESPONSABLES DE LA SORTIE**

Thierry SONIER

## **11. CORRESPONDANT TOURISME**

Thierry SONIER

L'A.S.C.P.A Rando a été déclarée 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 déléguée 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.