



# ASCPA Rando

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

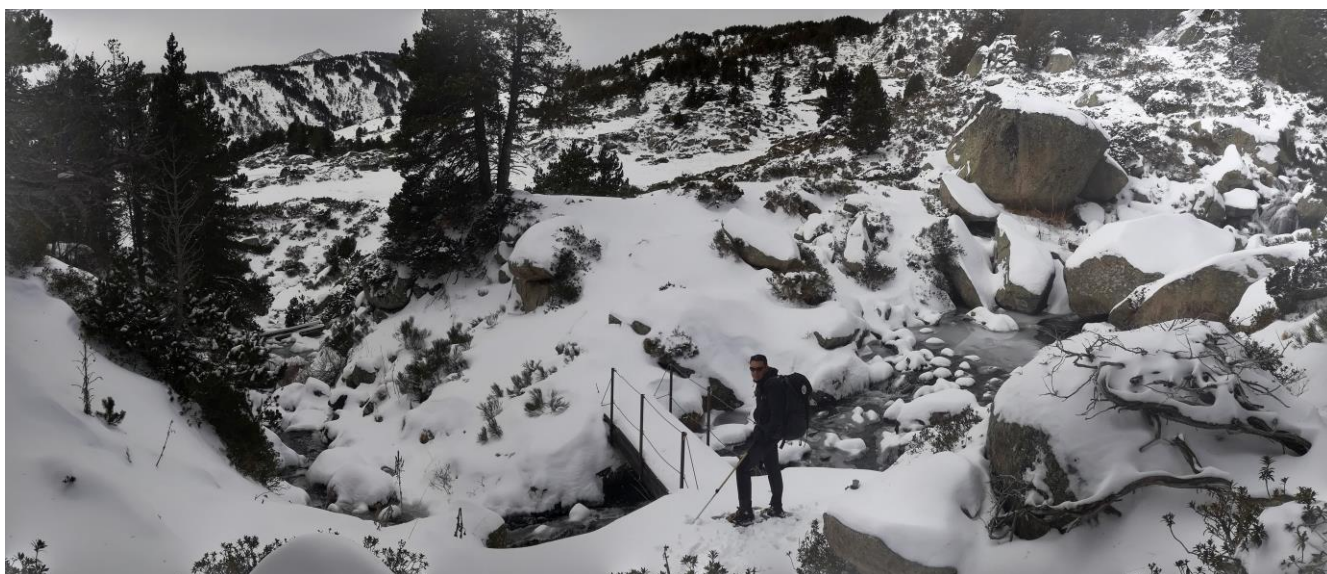
admin@ascparando.com



Pessac, le 8 octobre 2024

## NOTICE D'INFORMATION

# Week-end raquettes en milieu Alpin dans le Capcir du 27 février au 02 mars 2025



Le Capcir est à la fois l'une des régions les plus ensoleillées de France, mais aussi, grâce à l'altitude de ses hauts plateaux, une destination hivernale au relief doux et vallonné, permettant de découvrir de magnifiques paysages hivernaux, typiques de cette région des Pyrénées. Au départ du site des Bouillouses, nous profiterons d'un paysage digne du grand Nord, constellé de lacs figés par la glace, au cœur de plateaux et forêts d'altitude enneigés.

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**

## **Jeudi 27 février:**

Rendez-vous aux Angles (parking du Pla del Mir / parc animalier) à 13 heures.

Après la distribution des équipements de sécurité, nous rejoindrons le refuge des Bouillouses à pieds (raquettes). Nous quitterons la station des Angles avec notre sac pour le séjour. La montée vers le lac d'Aude suit des sentiers en pente douce. Au lac, nous rejoindrons le GRP du Tour des Pérics et descendrons dans la forêt vers la route des Bouillouses, fermée en période hivernale. Enfin, nous emprunterons la route enneigée sur 1,5 km pour atteindre le refuge où nous nous installerons pour 3 nuits.

Randonnée 9km, 490m de D+ et 280m de D-, 3 heures de marche environ. Altitude départ 1785 m, point culminant 2175m, arrivée 1995m.

Dîner et nuit au refuge.

## **Vendredi 28 février et samedi 01 mars :**

Petits déjeuners au refuge puis boucle au départ du refuge. Nous ne transporterons que notre sac de la journée.

Les randonnées seront choisies par les animateurs à l'issue des reconnaissances effectuées dans les jours précédents, en fonction de l'enneigement, de la stabilité du manteau neigeux et de la météo parmi :

- Les étangs du Carlit, 11,2 km, +/- 460m de dénivelé entre 1995 et 2350m d'altitude (5h30 environ),
- Le plateau des Bones Hores, 10 km, +/-400m de dénivelé entre 1970 et 2160m d'altitude (4h00 environ). *Cette boucle peut être combinée avec la précédente.*
- Le tour du lac des Bouillouses par le Lac d'Aude, 10,7 km, +/-440m de dénivelé entre 1915 et 2215m d'altitude (5h00 environ), *avec option possible A/R jusqu'au refuge de Camporells (+10 km, +300m d+/-, +3h).*
- Etang de Pradelle, Pla des Aveillans, 10km, +/-330m de dénivelé entre 1703 et 1995m d'altitude (3h00 environ).

ou un autre itinéraire en cas de force majeure, d'impératifs sécuritaires.

Au cours des randonnées, un exercice pratique sera organisé pour familiariser les participants à la recherche de victime d'avalanche.

Dîners et nuits au refuge.

## **Dimanche 02 mars :**

Petit déjeuner puis retour aux Angles avec toutes nos affaires, soit par le refuge de Bernadi (8,5 km, 200m de D+, 410m de D-, 3 heures de marche environ), soit par le lac d'Aude.

Restitution des équipements de sécurité, puis retour libre vers Pessac.

***Nota : en cas d'enneigement insuffisant le séjour sera maintenu et des randonnées pédestres hivernales seront organisées dans le secteur des parcours décrits ci-dessus.***

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.

## **2. HEBERGEMENT - RESTAURATION**

Hébergement, dîners et petits déjeuners au refuge des Bouillouses. Cet ancien refuge du CAF a été entièrement rénové avant sa réouverture en décembre 2022. Il appartient désormais à la Communauté de communes Pyrénées catalanes.

Dortoirs, sanitaires communs. Prévoir un drap de sac.

Les pique-niques, pour les journées des 28/02 et 01 et 02/03, sont fournis par le refuge.

## **3. MODALITES DU SEJOUR**

**Nombre de participants :**

5 personnes minimum, 10 personnes maximum.

**Conditions :**

- Etre adhérent à l'ASCPA randonnée pédestre,
- Etre licencié (licence individuelle avec responsabilité civile 2024-2025),
- Etre apte médicalement à la randonnée pédestre en moyenne montagne,
- Avoir déjà effectué des randonnées hivernales avec raquettes,
- S'engager à participer à la formation préalable relative à l'utilisation d'un DVA ([détecteur de victime d'avalanche](#)), organisée par l'ASCPA Rando,
- Etre en bonne condition physique pour profiter pleinement du séjour,
- Etre équipé pour la randonnée en milieu alpin.
- Pour les personnes qui utiliseront leur véhicule (covoiturage), être équipé de chaînes à neige.
- 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, rigides, à semelle plutôt dure, étanches, etc.). Cf. : [info "équipement-pour-la-montagne"](#).
- des bâtons avec grandes coupelles,
- des raquettes,
- un drap de sac,
- nécessaire de toilette,
- serviette de toilette,
- chaussures légères pour le soir,
- le sac à dos contenant :
  - votre licence, carte d'identité, carte vitale,
  - votre fiche de renseignements d'urgence actualisée,
  - une couverture de survie,
  - 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...),
  - des vêtements de randonnée chauds et imperméables, gants, bonnet, lunettes de soleil, crème solaire,

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.

- 1,5L d'eau (pas de poche avec pipette, cette dernière peut geler),
- nécessaire pour le pique-nique (couverts, gobelet),
- aliments énergétiques,
- lampe frontale,

NB : Pour ce séjour, l'ASCPA Rando mettra à disposition de chacun un pack de sécurité avalanche (sonde, pelle, DVA) que vous devrez systématiquement emporter dans votre sac (ou porter sur vous pour le DVA).

#### **4. COUT DU SEJOUR**

**Prix : 260 €** 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 mise à disposition des packs de sécurité avalanche,
  - 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 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,
  - L'éventuelle location des raquettes et/ou des bâtons qu'il faudra prévoir avant le départ.
  - D'une manière générale, tout ce qui n'est pas indiqué comme compris.

#### **5. INSCRIPTION**

Préinscription :

Par mail à [famille.sonier@orange.fr](mailto:famille.sonier@orange.fr) en précisant : nom, prénom, n° de licence.

**Date limite de préinscription : 27/10/2024**

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 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 10/11/2024.**

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.

## **6. PAIEMENT**

Le paiement du séjour peut se faire :

- par chèques à l'ordre de l'ASCPA randonnée pédestre et envoyés à l'adresse indiquée sur le mail d'envoi du bulletin d'inscription :
  - un chèque d'acompte de 100 € à l'inscription, avant le 10/11/2024,
  - un éventuel chèque pour les primes d'assurance facultatives à l'inscription (chèque spécifique),
  - un chèque de solde de 160 € encaissé à partir du 26/01/2025.

**Nota : Joindre lors de votre inscription tous les chèques (acompte et solde). Le solde ne sera pas encaissé avant le 26/01/2025.**

- le paiement par carte bancaire vous permettant de bénéficier des garanties « voyages » dont les niveaux de couverture varient d'une carte à l'autre, est en cours d'étude. Dans l'éventualité de mise en œuvre avant le 27/10, les modalités seront précisées dans le mail d'envoi du bulletin d'inscription.

## **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 10/11/2024 et le 26/01/2025, versement de 100 € conservé.
- Annulation après le 26/01/2025, versement de 260 € conservé, soit la totalité du montant du séjour.

Dans le cas de paiement par carte bancaire seules les sommes versées au-delà du montant de l'acompte seront remboursées pour toute annulation entre le **10/11/2024**, et le **26/01/2025**.

## **8. CESSIION 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

Karin SONIER

## **11. CORRESPONDANT TOURISME**

Thierry SONIER

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 délégitaire 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.