

25 juin au
8 juillet 2017

Les Pyrénées

et Carcassonne, Foix, Niaux..



photo crédit : Mongler



crédit photot : Ralf Peter

Dimanche 25 juin

 Montréal – Paris - Toulouse

Lundi 26 juin

Arrivée à Toulouse

Déplacement vers la vallée d'Aspe.

Splendide vallée avec ses villages médiévaux.

Coucher à Urdos

Mardi 27 juin / niveau modéré

- Randonnée au Belvédère de Lescun.

L'un des plus beaux belvédères de la vallée d'Asep surplombant le village de Lescun et entouré de sommets majestueux.

Coucher à Urdos

Mercredi 28 juin / niveau modéré+

- Randonnée au lac Ibon de Estanés

Petite escapade du côté espagnol pour atteindre le magnifique lac d'altitude Ibon de Estanés.

Coucher à Urdos..

Jeudi 29 juin

Au choix : modéré + ou intermédiaire +

Randonnée d'Astun (côté Espagnol) vers le Col des Moines et les lacs d'Ayous.

Un incontournable pour les pyrénéistes: spectaculaires lacs de montagne, vues imprenables sur le pic du Midi d'Ossau, pâturages...

Coucher à Urdos

Vendredi 30 juin

Au choix : intermédiaire ou avancé

Randonnée aux cols Barrancq et de Nabe.

Par le Gr 10, une agréable traversée du Gîte d'étape de Lhers jusqu'au sympathique village Borce.

Coucher à Urdos

Samedi 1er juillet

Déplacement vers Luz-Saint-Sauveur

Temps libre

Coucher à Luz-Saint-Sauveur

Dimanche 2 juillet

Au choix : modéré + ou avancé

Randonnée en haute montagne au refuge de la Brèche de Roland. Spectaculaire trouée naturelle à la frontière de la France et de l'Espagne. Moment de détente au refuge de montagne des Sarradets.

Coucher à Luz-Saint-Sauveur

Lundi 3 juillet / au choix : intermédiaire ou avancé

Randonnée au refuge des Espuguettes et à la Hourquette d'Alans.

Randonnée dans un paysages de montagne d'une grande beauté avec vue imprenable sur le cirque de Gavarnie. Pause au refuge des Espuguettes où il fait bon relaxer avant de redescendre.

Coucher à Luz-Saint-Sauveur

Mardi 4 juillet

- Déplacement vers Foix.

-Visite de la Grotte de Niaux.

Classée Monument Historique.

Coucher à Foix

Mercredi 5 juillet / au choix : modéré ou intermédiaire

Randonnée au pays des Cathares.

De Leychert à Roquefixade à Monferrier.

Coucher à Foix

Jeudi 6 juillet

- Visite commentée du château de Foix.

Haut lieu de la résistance des Cathares.

- Visite commentée de la Cité Médiévale de

Carcassonne. *Superbe cité fortifiée avec ses 3 kms de remparts, ses douves, son château...*

Coucher à Carcassonne

Vendredi 7 juillet / Modéré (-)

Sentier haut en couleur menant à la « Carrière du Roy » d'où furent extraites les colonnes du Trianon.

Coucher à Carcassonne

Samedi 8 juillet

 Toulouse - Paris - Montréal



crédit photo : RPA



Permis du Québec

Tél : 514-252-3330
4545 Pierre-de Coubertin
Montréal H1V 0B2

randopleinair.com

Coupon d'inscription

Téléphonez-nous (514-252-3330) ou postez

Pyrénées 25 juin au 8 juillet 2017

Prénom apparaissant sur le passeport :

Nom apparaissant sur le passeport :

Adresse :

Apt. _____ Ville _____

Code postal :

Courriel :

Téléphone 1 _____

Téléphone 2 _____

Date de naissance (jj / mm / aaaa)

No passeport :

_____ exp. _____
(JJ/MM/AA)

_____ exp. _____
(JJ/MM/AA)

Nationalité _____

Nom d'une personne-contact

Téléphone 1 _____

Téléphone 2 _____

Bottes requises

Comment avez-vous entendu parler de RPA?

Coût : 3 185\$ + le billet d'avion

Prenez-vous le transport aérien avec nous

Oui / Non

Coût _____

Le prix comprend le transports terrestre, l'hébergement, les déjeuners, un souper, les frais d'accès aux pistes, les visites prévues au programme, les guides et les taxes (sauf la taxe FICAV)

Le prix ne comprend pas le transport aérien et les repas non mentionnés ci-dessus, les frais d'enregistrement des bagages si tel est le cas et la taxe FICAV 1\$ par tranche de 1000\$

Dépôt

15% au moment de l'inscription.

Ce dépôt est non remboursable après le 24 février sauf si annulation du voyage par Rando Plein Air. Le paiement de la taxe FICAV est également ajouté à ce dépôt.

Payable par carte de crédit ou par chèque à l'ordre de **Rando Plein Air.**

Numéro de carte de crédit

Date d'expiration (mm/aa) _____

Détenteur/trice _____

Désirez-vous que le solde soit automatiquement prélevé sur votre carte de crédit?

oui non

Politique d'annulation

- 120 jours à 70 jours avant le départ : **dépôt non remboursable**
- 69 jours et moins avant le départ : **100% non remboursable**

Assurance Voyage

Avez-vous une assurance médico-hospitalière?

oui non

Avez-vous une assurance annulation?

oui non

Ne partez pas en voyage sans assurance.

Aussi vérifiez bien auprès de votre compagnie d'assurance que vous serez entièrement remboursé-e si vous deviez annuler votre voyage pour cause de maladie ou autres...

Réservé à l'administration

cr _____
cour _____
rp _____

Désirez-vous une chambre seule ?

Non Oui coût : _____

Ch. avec _____

Remarque _____

Effets à emporter

- Passeport (*valide pour une période d'au moins trois mois après le retour*)
- Bottes de randonnée **obligatoires**
- Sac à dos d'un jour (de 25 à 30 litres)
- Gourde d'eau
- Shorts, T-shirts
- Pantalons amples et légers
- Chandail de laine et / ou veste polaire
- Imperméable (haut et bas)
- Manteau
- Chaussettes
- Bâtons de marche (recommandés)
- Chapeau de soleil
- Crème solaire
- Maillot de bain / serviette de plage
- Produits de toilette
- Débarbouillette
- Votre numéro de police d'assurance
- Médicaments personnels

Rencontre préparatoire

Quelques semaines avant le départ, vous aurez l'occasion de rencontrer vos guides et de discuter des détails du voyage. Nous vous aviserons de la date.

Description des niveaux de difficulté de Rando Plein Air

Promenade

Peu ou pas de dénivelé

Moderé

Dénivelé entre 250 et 500 mètres

Randonnées en montagne comprenant des dénivelés accessibles aux gens actifs et en santé.

Rythme de marche : entre 2 et 2,5 km/hre

Intermédiaire

Dénivelé entre 500 et 800 mètres

Randonnée accessible aux personnes qui ont l'expérience de la montagne et qui se maintiennent en bonne forme par la pratique hebdomadaire d'activités aérobiques.

Rythme de marche : entre 2,5 et 3 km/hre

Avancé

Dénivelé entre 800 et 1200 mètres

Randonnée accessible aux personnes qui pratiquent fréquemment la montagne de niveau intermédiaire.

Rythme de marche : entre 3 et 3,5 km/hre