

TREKKING GUIDÉ DANS LE VIGNEMALE (65)

*vivez le GR10 autrement,
seul, en famille ou entre Amis*
Difficulté randonneurs

Du 21 au 24 juillet 2018
4 jours, 3 nuits en refuges

Licenciés 225€

Non licenciés 245€

FFRandonnee 
les chemins, avec noblesse et partage

Nouvelle-Aquitaine

RENSEIGNEMENTS/INSCRIPTIONS/PAIEMENTS : par chèque à l'ordre de FFRandonnée Nouvelle-Aquitaine
Maison Régionale des Sports, 2 avenue de l'Université, 33400 Talence
Contacts : **T** : 05 57 88 26 43 **C** : nouvelle-aquitaine@ffrandonnee.fr
Site internet : <https://www.ffrandonnee-nouvelle-aquitaine.com/>

ITINERANCE AUTOUR DU VIGNEMALE

21-24 juillet 2018

(difficulté moyenne)

PROGRAMME

SAMEDI 21 JUILLET 2018 - 9H

RV gare routière de CAUTERETS

Départ du Pont d'Espagne, 5alt. 1482m)

[LAC DE GAUBE](#) (Parc National des Pyrénées)

Le lac de Gaube est d'un bleu très clair

Ravitaillement à [l'hôtellerie du lac de Gaube](#)

Poursuite vers le **LAC DES HUATS** (1666m) en traversant deux fois le Gave des Oulettes

[LAC DE CHABARROU](#) (2304 m)

Et enfin

[REFUGE DES OULETTES DE GAUBE](#) (2150m, vue sur le **VIGNEMALE**) - Nuitée en demi-pension et pique-nique du lendemain

DIMANCHE 22 JUILLET 2018 - 9H

[MONTEE VERS LE REFUGE DE BAYSSELLANCE](#) (2651 m) – pique-nique, puis nuitée en demi-pension et pique-nique du lendemain

Départ en début d'après-midi pour [le PETIT VIGNEMALE](#) (3030 m)

(carte en 3 D)

LUNDI 23 JUILLET 2018 - 9H

Nous repartirons sur nos traces de samedi et dimanche.

pour admirer l'une des **BELLE VALLEE de CAUTERETS**

Pique-nique au refuge des Oulette de Gaube.

LE LAC DE GAUBE.et nuitée au [REFUGE DU CLOT](#)

MARDI 24 JUILLET 2018 - 9H

Retour au [PONT D'ESPAGNE](#) et gare routière de Cauterets

TARIFS

Licenciés : **225.00€**

Non licenciés : **245.00€** (dont souscription obligatoire à la Randocarte annuelle)

RENSEIGNEMENTS PRATIQUES

Prévoir : son pique nique pour le premier jour

Papier :

Carte d'identité Carte européenne Carte d'assurance maladie Carte mutuelle

Les randonnées se feront en Milieu Montagnard . Le programme pourra être modifié en fonction des conditions atmosphériques et des contraintes de sécurité.

Hébergement :

Nous serons hébergés en dortoirs dans les refuges .Pas de chambres individuelles prévues Vous devrez vous munir d'un<< sac à viande >>ou <<sac de couchage léger>>

Nous serons en pension complète

une **lampe frontal** ou autre pour la nuitée car les refuges sont parfois mal éclairés

Equipement individuel :

-Bâtons de randonnées ,chaussures tige montante bien cramponnée

Sac à dos (+ sur sac de protection pluie)de 40 ou de 50 litres maximum

Il contient :

☞**Vêtements chauds** (même au mois de juillet)et respirant,polaire,anorak /parka,sur-pantalon, à emmener au cas ou...pluie ou orage s'inviterait au programme

☞**Vêtements de rechange** pour les autres jours réduit au strict minimum chaussettes de rechange Prévoir quelques petits sacs poubelles pouvant servir de protection en cas de pluie(2 maximum)

☞**Vêtement de nuit** réduits petites sandales pour le soir

Papier journal

-Sac à viande (drap fermer pour vous s' enfilez dedans pour la nuit nous sommes en refuges .

☞**Le nécessaire de toilette** réduit sans oublier **sa serviette de toilette**

Accessoires de protection : gants, bonnet, casquette, lunettes de soleil ,crème solaire, pancho ou veste de pluie papier toilette

Couverture de survie

Gourde , poche à eau ou bouteille d'eau maximum 2 litres par personnes y compris pour les dames thermo pour prévision boisson chaude

☞**Vivres de complément** : dosette de café, thé, fruits sec, biscuits spéculos ou autres barres de céréales

Pharmacie personnelle -fiche personnelle de randonneur

Appareil photos ,petites jumelles ,etc.....

Vous serez en altitude la prudence s'impose avoir un bon équipement de randonnée

- Vous avez l'expérience de la moyenne montagne, vous savez utiliser la carte:
Vous êtes **Randonneur**
- Les randonnées que vous allez entreprendre réclament parfois plus de 8 heures de marche. La descente, par le même parcours, prend environs les trois-quarts du temps nécessaire à la montée.
- Vous êtes en bonne forme physique
- Vous avez l'expérience courante de la moyenne montagne
- Vous êtes correctement équipé (chaussures, sac à dos....)
- Vous savez vous orienter et utiliser une carte
- Sortir des sentiers tracés et balisés ne vous effraie plus



Cotation Mariano (guide de montagne)



INSCRIPTIONS
ITINERANCE AUTOUR DU VIGNEMALE
21-24 juillet 2018
 (difficulté moyenne)

BULLETIN D'INSCRIPTION A RETOURNER AVANT LE 14 juillet 2018

NOM

Prénom

Adresse

Code postal Ville

Tél : Courriel :

Licencié FFRandonnée : OUI NON Date de naissance :

Nom du club (facultatif)

TARIFS/Personne : 225 Euro pour les licenciés FFRandonnée – 245 Euro pour les non licenciés
 (dont souscription à la Randocarte annuelle obligatoire)

INSCRIPTIONS et PAIEMENTS : par chèque à l'ordre de FFRandonnée Nouvelle-Aquitaine
Maison Régionale des Sports, 2 avenue de l'Université, 33400 Talence

(Cocher la case correspondant à votre choix)

Licencié FFRandonnée Non Licencié Nombre de personne(s)

REMBOURSEMENT :

Aucune inscription ne sera prise en compte sans le règlement. Sauf en cas d'annulation du séjour, aucun remboursement ne sera effectué. J'ai pris connaissance du règlement du séjour, disponible sur le site internet ou par courrier, sur demande.

Les animaux de compagnie ne sont pas admis.

A Le.....

Lu et approuvé

Signature