

Fiche technique | Randonnée guidée | Niveau 2/5  | 3 jours de marche

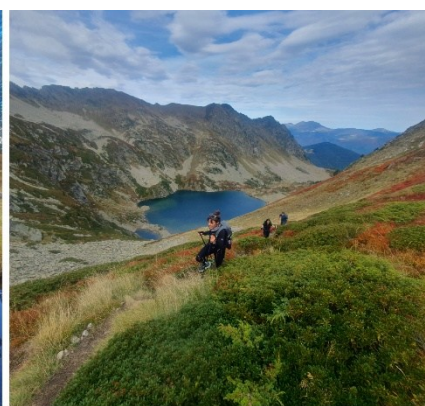
Escapade Rando Nature : découverte des grands espaces, de la faune et de la flore

Votre circuit en bref

- Randonnée assez facile en Haute Ariège
- Accès facilité en gare d'Aix les Thermes
- Séjour en étoile
- Gîte montagnard familial, dédié aux randonneurs et privatisé pour le groupe, tout confort en chambres de 2.
- Petit groupe de 8 personnes maximum

Les points forts

- Découverte d'une vallée sauvage et préservée
- La Réserve Nationale de Faune Sauvage d'Orlu
- Les lacs du Donezan, Petit Québec Ariégeois
- Parcours diversifié : lacs, crêtes, pâturages, plateaux d'altitude, cirque de montagne, forêt, sommets, faune et flore...
- Vos hôtes sont aussi vos guides ! Accompagnateur en Montagne et Guide Nature



Faites une pause ! Vivez au rythme de la nature et de la montagne quelques jours. Partez à la découverte des grands espaces d'altitude et de ceux qui y vivent : le majestueux gypaète, l'isard se déplaçant à flanc de falaise avec une agilité déconcertante, les jeunes marmottes insouciantes qui jouent près de leur terrier, les orchidées sauvages dont certaines se déguisent pour attirer les insectes, traversez les grandes forêts de hêtres, longez les ruisseaux, et les torrents, reposez-vous un instant auprès d'un lac... !! Prenez le temps

www.respyrenees.com

www.maison-iputxainia.com

Tél : (33) 5.34.14.51.50 ou (33) 6.10.97.16.54

info@respyrenees.com

d'observer et de contempler. Ressourcez-vous auprès d'une montagne préservée que nous vous aiderons à découvrir à travers des randonnées variées aux paysages grandioses. Après vos belles escapades en montagne, vous pourrez savourer de doux instants dans notre gîte, où bibliothèque, salon et espaces de détente intérieurs et extérieurs, vous accueilleront. Le soir venu, nous nous retrouverons à table dans une ambiance conviviale, autour de bons petits plats spécialement mijotés pour vous, à base de produits frais et locaux.

• PROGRAMME

Jour 1 : Entre lacs et sommets



Rendez-vous au gîte vers 11h avec vos hôtes et guides de randonnée Marie et Damien. Si vous arrivez en train ils viendront vous chercher à la gare.

Après le déjeuner de midi pris sous forme de pique-nique, nous partirons dans la vallée voisine pour une randonnée vers une succession de charmants étangs dont le plus grand est entouré de crêtes et de sommets granitiques, donnant à l'endroit une belle ambiance montagne. Nous aurons également peut-être la chance de voir les chevaux de Merens qui vivent ici en liberté durant la belle saison.

- **Distance : 8km, durée : 4h30, dénivelé positif : +440m, dénivelé négatif : -440m. Transfert : 15 minutes.**

Jour 2 : Réserve Nationale de Faune Sauvage

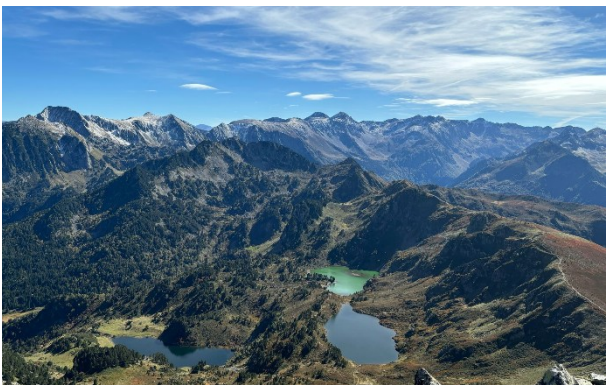


Vivez une véritable immersion au cœur de la vie montagnarde avec cette randonnée dans la Réserve Nationale de Faune d'Orlu. Nous emprunterons tout d'abord la large piste que ceux qui travaillent dans la Réserve utilisent : les gardes, les scientifiques, ainsi que les gardiens/nnes du refuge ou encore le vacher, en été. Lorsque nous arriverons dans une large vallée autrefois parcourue par un glacier, l'heure sera à l'observation et à vous de chercher du regard une marmotte prenant le soleil sur un rocher, de scruter le flanc des montagnes à la recherche d'un isard (chamois de nos Pyrénées), ou de repérer un rapace tournoyant dans le ciel... Nous poursuivrons ensuite notre randonnée sur le chemin qui

mène au refuge d'En Beys pour une halte au cœur des sommets !

- **Distance : 12km, durée : 5h30, dénivelé positif : +470m, dénivelé négatif : -470m. Transfert : 15 minutes.**

Jour 3 : Les Lacs du Donezan, Petit Québec Ariégeois



Jolie randonnée dépaysante offrant une vue plongeante sur les reliefs de ce l'on appelle ici le « Petit Québec Ariégeois » tant les paysages y sont sauvages, ponctués de pins et de lande à myrtilles qui ressemblent à si méprendre aux aires du Canada ! Les nombreux lacs aux nuances de bleus et de verts viennent renforcer cette impression de contrées nordiques lointaines ! Après un pique-nique à l'ombre des pins à crochet, nous irons découvrir une zone humide remarquable, née il y a des millions d'années, abritant une faune et une flore singulière.

- **Distance : 10km, durée : 5h00, dénivelé positif : +580m, dénivelé négatif : -580m. Transfert : 30 minutes.**

Les programmes ont été établis selon les derniers éléments connus lors de la rédaction : des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement. Sur place, nos guides sont les meilleurs juges, ils peuvent être amenés à modifier l'itinéraire en fonction de la météo ou si la sécurité du groupe le nécessite.

•RENDEZ-VOUS ET FIN DE SEJOUR

Rendez-vous :

Arrivées en voiture : RDV vers 11h au gîte Le Bivouac, 45 Le Village, 09110 Orgeix.

Arrivées en train : RDV selon votre heure d'arrivée devant la gare SNCF d'Ax les Thermes avec votre guide.

Fin de séjour :

Dispersion le jour 3 vers 16h30 depuis le gîte.

Service de transport gratuit jusqu'à la gare d'Ax-Les-Thermes

•DATES ET PRIX

Nombre de participants

Groupe de 2 jusqu'à 8 personnes.

Départs

Départ assuré dès 3 personnes.

Dates :

Du vendredi 01/05/2026 au dimanche 03/05/2026

Du samedi 23/05/2026 au lundi 25/05/2026

Du mardi 01/09/2026 au jeudi 03/09/2026

Du mercredi 04/11/2026 au vendredi 06/11/2026

Du lundi 09/11/2026 au mercredi 11/11/2026

Prix par personne : 340€

Suppléments :

- Supplément chambre individuelle : 110€/pers
- Nuit supplémentaire en BB chambre double : 33€/pers (sous réserve de disponibilité)
- Nuit supplémentaire en DP chambre double : 53€/pers (sous réserve de disponibilité)
- Nuit supplémentaire en BB chambre individuelle : 88€/pers (sous réserve de disponibilité)
- Nuit supplémentaire en DP chambre individuelle : 103€/pers (sous réserve de disponibilité)

Le prix comprend :

- L'hébergement en pension complète du pique-nique du jour 1 au pique-nique du jour 3
- L'encadrement des randonnées par des professionnels diplômés
- Les transferts durant le séjour

Le prix ne comprend pas :

- Les boissons
- L'assurance
- Les frais de dossier (15€)
- Les dépenses personnelles
- Les supplément(s) et option(s)

•INFOS TECHNIQUES

Nature du terrain

Randonnées assez faciles, sur bons sentiers, le terrain est varié mais souvent rocheux.

Niveau 2/5

4 à 6 heures de marche par jour (hors pauses et arrêts) avec des dénivelés progressifs (entre 450 et 840m par jour) pour des distances comprises entre 7 et 16 km. Les itinéraires choisis empruntent des pistes, des sentiers ou des sentes ; rarement hors trace. Ponctuellement, de courts passages demandent d'être attentif.

Ce séjour s'adresse à des personnes globalement en bonne forme physique, ne présentant pas de contre-indication à la pratique de la randonnée en montagne à la journée

Encadrement

Vous serez encadrés par Damien accompagnateur en montagne diplômé d'état, ou/et par Marie, diplômée BPJEPS « Activités de Randonnées ».

Portage

Uniquement les affaires personnelles de la journée, de votre pique-nique et d'eau en quantité suffisante.

Transferts

Les transferts vers les points de départ de randonnée sont effectués par nos soins en minibus 9 places.

•HEBERGEMENT / NORRITURE

Hébergement

En gîte d'étape aux prestations de qualité et à la décoration soignée. Esprit authentique et ambiance « chalet » garantis ! Salle à manger conviviale et coin salon chaleureux, tous deux avec poêle à bois ; espaces de détente pleine nature en terrain boisé, vue sur les montagnes et la rivière.

Nuits en chambre « cosy ». Douches et sanitaires communs (3 salles de bain avec douche à l'italienne sont à votre disposition au sein d'un espace dédié). Tous les draps sont fournis ainsi que le linge de toilette.

Parking et WIFI gratuit



Les repas

Le petit déjeuner et dîner seront pris à l'hébergement, à l'intérieur ou en terrasse selon la météo. Nous emporterons un pique-nique pour le midi. Les repas sont préparés avec le plus grand soin à base de produits locaux provenant d'une agriculture raisonnée ou bio.

- Petit déjeuner : type continental à base de produit bio : pain, beurre, lait, lait végétal, jus de fruit et fruits, confitures maison, muesli sain et bio, yaourts, café, thé et autres infusions...
- Pique-nique : copieuse salade mixe adaptée à l'effort, pain-fromage, dessert.
- Repas du soir : Repas convivial autour de la grande table de la salle à manger du gîte ou bien dehors sur la terrasse en été. Cuisine traditionnelle aux plats simples et savoureux, élaborés à partir de produits locaux, majoritairement bio ; comprenant 1 entrée, 1 plat, 1 dessert.

Un mot sur vos hôtes :

Votre guide : Damien, amoureux de la montagne, est accompagnateur en montagne diplômé d'état et établi dans ce joli coin de Haute Ariège depuis 15ans. Damien est également l'un des premiers accompagnateurs à avoir rejoint l'aventure Respyrénées en 2016 pour encadrer les groupes !

Votre hôte : Marie, passionnée de montagne et originaire des Alpes, est formée à l'encadrement des activités de randonnées et animatrices rando-nature. Elle se consacre à la gestion du gîte et sera votre hôte durant le séjour.

•INFOS PRATIQUES

Comment rejoindre Ax-les-Thermes (09) :

- Par le train : Gare d'Ax-les-Thermes à 4 km (Train de nuit direct depuis Paris Austerlitz, sinon, correspondance Toulouse Matabiau)
- Par la route : 1h40 de Toulouse (Direction FOIX / ANDORRE) (Aéroport TLS, Toulouse Blagnac)

Service de transport gratuit depuis la gare d'Ax-Les-Thermes

Parking gratuit et privé sur place : Parking public gratuit (parking Eglise-Mairie)
(Bornes de rechargement pour véhicule électrique à Ax-les-Thermes à 3,5 km)

•A EMPORTER DANS VOS BAGAGES

Bagages

- Un sac à dos de randonnée d'une capacité de 35 litres environ, il vous sera utile pour le transport de vos affaires personnelles durant la journée

Vêtements

- 1 chapeau de soleil ou casquette
- T-shirts (1 pour 2 ou 3 jours de marche). Eviter le coton, très long à sécher ; préférer t-shirts manches courtes (matière respirante) en Capilène (Patagonia), Dryflo (Lowe Alpine), Light Effect (Odlo) etc...
- 1 sous-pull (remarques idem ci-dessus) ou chemise manches longues
- 1 veste en fourrure polaire
- 1 pantalon de trekking
- 1 pantalon confortable pour le soir
- 1 veste style Gore-tex, simple et légère
- Des sous-vêtements chauds
- Chaussettes de marche (1 paire pour 2 à 3 jours de marche). Eviter les chaussettes type "tennis"(coton), très longues à sécher et risque élevé d'ampoules ; préférer celles à base de Coolmax par exemple
- 1 paire de chaussures de randonnée imperméable tenant bien la cheville (semelle type Vibram)
- 1 paire de chaussures détente pour le soir

La liste des vêtements doit être adaptée en fonction de la saison choisie

Petit équipement

- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité
- 1 gourde (1,5 litre minimum)
- 1 Eco-cup
- Des couverts de randonnée
- Nécessaire de toilette
- Papier toilette, crème solaire + stick à lèvres
- Pour le pique-nique : couverts (boîtes fournies)

Pharmacie personnelle

- Vos médicaments habituels
 - Vitamine C ou polyvitamine
 - Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
 - Bande adhésive élastique (type Elastoplast, en 6 cm de large)
 - Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
 - Double peau (SOS Ampoules de marque Spenco, disponible en magasins de sport, en pharmacie, parapharmacie...)
- Pharmacie collective
- Trousse de premiers secours placée sous la responsabilité de votre accompagnateur