Ouvala Rando

Accompagnateur en Montagne

Break raquettes en vallée du Marcadau

4 jours de randos raquettes autour du refuge Wallon



Depuis notre camp de base, le refuge Wallon, où nous serons hébergés confortablement en pension complète, nous rayonnerons en raquettes dans les vallons alentours en direction des nombreux lacs du secteur. En toute sécurité avec un professionnel passionné par cette montagne pour une immersion totale dans les Hautes Pyrénées en version enneigée. 4 jours de vraie déconnexion assurée...

Descriptif de séjour

Séjour	**Break raquettes en vallée du Marcadau**	
Activité		**Raquettes**
Type		**En étoile** (depuis le refuge)
Période	**J F M** A M J J A S O N **D**	
Durée	**4 jours / 3 nuits**	
Lieu / Massif	**Pyrénées** (Hautes-Pyrénées)	
Niveau global		
Taille de groupe	De 5 à 8 personnes	
Confort		**Standard**
Tarif	**590 € par personne** **Inclus** : 4 journées de randonnées raquettes encadrées par un AMM diplômé, hébergement en pension complète du dîner du jour 1 au pique-nique du jour 4, pot d'accueil, prêt du matériel (raquettes, bâtons, DVA), initiation à l'utilisation du matériel de sécurité, transfert en minibus depuis la gare de Lourdes, taxe de séjour ; **Non inclus** : transport jusqu'au lieu de départ du séjour, boissons et dépenses personnelles, douche chaude au refuge, assurance facultative, tout ce qui n'est pas mentionné dans la rubrique « Inclus ».	

Points forts

- Hébergement au refuge Wallon récemment (et très joliment) rénové ;
- **Encadrement par un fin connaisseur passionné des Pyrénées** ;
- Programme de randonnées adaptable et flexible ;
- Vraie **immersion dans la « haute » montagne enneigée** ;
- Accès possible en mobilité douce ;
- **Prêt de matériel inclus** (raquettes, bâtons, DVA/pelle/sonde) ;
- Initiation à l'utilisation du matériel de sécurité ;
- Thématiques possibles : montagne enneigée, traces d'animaux, adaptation à l'hiver, PN des Pyrénées…

Programme du séjour[1]

Jour 1

500 m D+ / 5 heures de marche

Nous nous retrouverons à la gare de Lourdes puis, une fois vos affaires chargées dans le minibus, nous monterons tranquillement vers Cauterets. Une fois arrivés au parking du **Pont d'Espagne** (après environ 1 heure de route), nous commencerons par partager une boisson chaude et en profiterons pour faire un petit briefing. Le matériel prêté vous sera distribué et nous prendrons le temps de bien vérifier les sacs leur contenu. Une fois prêts, nous commencerons à randonner en remontant la **vallée du Marcadau**. Il faut compter 2 h 30 minutes de marche jusqu'au refuge et, selon les horaires, nous pourrons nous arrêter casser la croûte au **plateau du Cayan**.



1 Le programme peut être modifié à tout moment par le professionnel encadrant en fonction des conditions climatiques, des aptitudes physiques et techniques des participants et de la disponibilité des hébergements. En dernier ressort, il reste seul juge du programme.

Nous arriverons au **refuge Wallon** en début d'après-midi où nous pourrons prendre le temps de nous poser un peu. Après y avoir laissé nos affaires du soir, nous repartirons nous balader à proximité du refuge et en profiterons pour faire une initiation à l'utilisation du matériel de sécurité (DVA, pelle et sonde). Nous regagnerons le refuge vers 16 h nous mettre au chaud et passerons notre première soirée ensemble. Au programme : apéritif de bienvenue, repas et convivialité !

Repas compris : repas du soir chaud préparé et servi au refuge Wallon.
Nuit au refuge Wallon (lits individuels en dortoir).

Jour 2

550 m D+ / 6 heures de marche

Après une bonne nuit de repos au **refuge Wallon** et un bon petit-déjeuner, nous nous préparerons pour notre deuxième journée de randonnée. Plusieurs choix seront possibles et une des options pourra être de monter aux **Lacs de Cambalès.** Pour cela, nous suivrons le gave de Cambalès et serons au soleil dès le matin. Là-haut, nous prendrons le temps et profiterons de paysages grandioses au milieu d'une myriade de petits lacs de montagne enneigés… Nous redescendrons tranquillement l'après-midi et rentrerons au refuge où nous devrions retrouver un peu de monde. Et pourquoi pas faire un petit jeu ensemble?

Repas compris : petit-déjeuner servi au refuge Wallon – pique-nique de midi préparé et distribué au refuge Wallon – repas du soir chaud préparé et servi au refuge Wallon. **Nuit** au refuge Wallon (lits individuels en dortoir).



Jour 3

550 m D+ / 6 heures de marche

Pour cette nouvelle journée de randonnée au départ du **refuge Wallon**, nous remonterons cette fois le vallon d'Arratillé. Nous pourrons nous arrêter au **lac d'Arratillé** ou pousser jusqu'au **lac de la Badète**. Voire même, selon les conditions et la forme des uns et des autres, rejoindre la frontière avec l'Espagne et le **col d'Arratillé**. Bien entendu nous aviserons sur place et quoi que l'on fasse ça sera très chouette. Puis nous redescendrons au refuge passer notre dernière soirée ensemble.

Repas compris : petit-déjeuner servi au refuge Wallon – pique-nique de midi préparé et distribué au refuge Wallon – repas du soir chaud préparé et servi au refuge Wallon. **Nuit** au refuge Wallon (lits individuels en dortoir).



Jour 4

500 m D+ / 6 heures de marche

Pour cette dernière journée, nous partirons du **refuge Wallon** après le petit-déjeuner avec encore une fois plusieurs options possibles. Soit nous redescendrons directement en direction du **Pont d'Espagne** afin d'y arriver tôt et de s'offrir un A/R au mythique **lac de Gaube**. Ou alors nous envisagerons un itinéraire esthétique entre le refuge et le **pont du Cayan** via les **lacs de l'Embarrat**. Selon les horaires, nous pourrons nous offrir une pause à l'Hôtellerie du Pont d'Espagne avant de rallier le parking. Afin de se remémorer les bons moments passés ensemble dans cette belle montagne enneigée et peut-être évoquer de futures aventures possibles… Enfin nous redescendrons tous ensemble en minibus jusqu'à la gare de Lourdes où nous nous disperserons en fin d'après-midi.

Repas compris : petit-déjeuner servi au refuge Wallon – pique-nique de midi préparé et distribué au refuge Wallon.
Fin du séjour à Lourdes.



Hébergement & restauration

Pour ce séjour, nous logerons au refuge Wallon (récemment rénové) dans la vallée du Marcadau. Nous y trouverons tout le confort nécessaire pour un week-end hivernal et le terme « refuge » prendra alors tout son sens. De la chaleur dans les espaces communs, une ludothèque et une bibliothèque à disposition pour agrémenter les soirées, des **douches** froides pour les courageux (sinon chaudes moyennant quelques € à payer sur place). Nous dormirons dans des **dortoirs** de taille raisonnable (souvent 8 places) où nous trouverons des couettes et des oreillers. Idéalement situé dans une des plus belles vallées des Pyrénées, nous nous sentirons coupés du monde et aurons droit à un vraiment de déconnexion depuis notre « camp de base ».







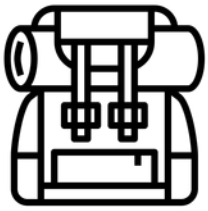


Pour ce qui est de la restauration, le séjour est prévu en **pension complète** (du repas du jour 1 au pique-nique du jour 4). Les repas et les petits déjeuners seront pris au refuge et les pique-niques nous seront distribués tous les matins avant de partir en balade. Bien qu'isolés en montagne et sans moyen de ravitaillement aisé, les refuges proposent habituellement des repas équilibrés, copieux et savoureux. Pas d'inquiétude à avoir de ce point de vue là : nous mangerons bien et ne manquerons pas !

En cas de régime alimentaire spécifique, il faudra bien penser à la préciser en amont du séjour.

Matériel

Liste du **matériel à avoir pour la randonnée** :



- Sac à dos adapté pour la randonnée (de 30 à 40 L) ;
- Chaussures de randonnée montantes et imperméables ;
- Guêtres (facultatives) ;
- Gourde ;
- Thermos (conseillé) ;
- Lunettes de soleil ;
- Masque pour le mauvais temps ;
- Crème et stick à lèvres solaires (écran total) ;
- Bonnet ;
- Foulard ou tour de cou chaud ;
- Gants : 2 paires dont 1 chaude ;
- Chapeau ou casquette ;
- Petite pharmacie personnelle (dont de quoi soigner les ampoules) ;
- Papier toilettes et briquet ;
- Vêtements :
  - Veste imperméable type Gore-Tex avec capuche ;
  - Pantalon de randonnée d'hiver (idéalement : collant et sur-pantalon imperméable) ;
  - Chaussettes de randonnée en laine ;
  - T-shirt manches longues respirant ;
  - Une polaire.
- Couteau ;
- Pique-nique pour le jour 1 ;
- Jumelles et appareil photo (facultatif) ;
- Quelques vivres de course (barres céréales, fruits secs) ;
- Sac plastique pour protéger les affaires en cas de mauvais temps ;
- Coordonnées d'une personne à prévenir en cas de problème ;
- Papiers d'identité ;

- Argent liquide (espèces) si vous voulez effectuer quelques petits achats au refuge ;
- Ordonnance obligatoire si traitement médical en cours ;
- « Fond de sac » pour le refuge :
  - Sac à viande ;
  - Boules quies (recommandé) ;
  - Lampe de poche ou frontale avec piles de rechange ;
  - Affaires de rechange (léger) : pantalon chaud type legging ou jogging, T-shirt, sous-vêtement et chaussettes ;
  - Une deuxième polaire (ou doudoune) chaude ;
  - Petit nécessaire de toilettes : brosse à dents, dentifrice (échantillon), gant de toilette, serviette microfibre, savon, crème hydratante.

Idéalement **votre sac de randonnée une fois rempli ne devrait pas dépasser les 8 kg** (boissons comprises). Si vous n'êtes pas encore expérimenté dans la pratique de randonnées sur plusieurs jours, possible que vous preniez trop d'affaires et ça serait compréhensible. Mais nous aurons le temps avant de partir de faire le tour des sacs pour vérifier que vous n'emportiez que le strict nécessaire. A noter aussi que **nous pourrons laisser nos affaires du soir au refuge** lorsque nous partirons randonner afin de s'alléger.

Tous ces éléments seront reprécisés et détaillés lors de nos futurs échanges.

Transport et horaires

Point de RDV au départ du séjour :

- **à 9 h le jour 1** à la gare SNCF de Lourdes
- Lien Gmaps

Pour s'y rendre :

- Par le train : lignes directes depuis Paris, Toulouse, Bordeaux ;
- Par la route : 2 h de Toulouse , 2 h 30 minutes de Bordeaux, 4 h de Montpellier, 5 h de Marseille et Clermont-Ferrand, 6 h de Lyon ;
- Bien sûr il sera possible d'organiser du **covoiturage** entre les participants depuis Lourdes. Organisation qui sera calée en amont du séjour.

En fin du séjour : dispersion à Lourdes au plus tard **à 17 h le jour 4**.

Modalités

Ce séjour, conçu par **Ouvala Rando**, est commercialisé dans une formule « tout compris » par une agence de voyage partenaire, la société **NUNAM AVENTURES**, immatriculée au registre des opérateurs de voyages et de séjours sous le numéro IM073240016.

En tant que créateur du séjour, je reste votre interlocuteur principal lors des échanges en amont du séjour (détails sur le niveau, dates, options possibles…) et serai avec vous pendant en tant qu'encadrant. Mais la partie financière et administrative sera gérée par l'agence (paiements, assurances…).

Si ce séjour vous intéresse et que vous souhaitez vous inscrire, vous pourrez le faire en ligne sur le site de **NUNAM AVENTURES** via un lien que je vous enverrais. Un acompte de 35 % du montant total vous sera demandé à l'inscription et le solde à 30 jours du départ.

A noter aussi que, à l'inscription, vous pourrez souscrire à une assurance « multirisques voyage » vous couvrant, entre autres, pour l'assistance rapatriement et en cas d'annulation de votre part qu'elle qu'en soit la cause.

Tout vous sera expliqué sur le site de **NUNAM AVENTURES** mais, bien sûr, je reste à votre disposition en cas de besoin.