



# LAROQUE RANDO

NOTICE D'INFORMATION – Séjour Les Encantats - Val d'Aran Espagne Niveau sportif

Séjour de RANDONNEES en septembre 2020 du 13 au 20

Organisé par : Suzanne Mey et Monique Altesa

La sortie est ouverte aux adhérents de LAROQUE RANDO, inscrits à l'activité de randonnée pédestre et titulaires de la licence FFRP 2020 avec assurance RC.

Nombre de participants : 16

Date : 13 au 20/09/2020

Déplacements : voitures personnelles

## PROGRAMME

Il s'agit d'un séjour orienté sur la pratique de la randonnée : 5 jours de randonnée pédestre dont l'encadrement sera assuré par Suzanne et Monique (dénivelés de 600 à 1000 m chaque jour)  
Départ de Laroque le 13/09 09h30 pour prendre possession du logement dans l'après-midi au Village de Salardù (Espagne)  
Retour le 20/09 après le petit déjeuner.

## HEBERGEMENT

Nom et adresse : 1/ Hotel Garona à Salardù 4 nuits  
2/ Hotel Casa Palmira à Espot 3 nuits

Distance selon Via Michelin : 420 km 5h environ

Le séjour est réservé en demi-pension avec possibilité de pique-nique à midi

## COÛT DU SEJOUR

Le coût du séjour est estimé à 350 euros par personne, en chambre double  
Possibilité de chambre individuelle (selon disponibilité et supplément )

Ce prix comprend :

- La demi-pension, du dîner du 1<sup>er</sup> jour au petit déjeuner du dernier jour
- Les draps sont fournis
- Le linge de toilette est fourni

Ne sont pas compris :

- Le voyage AR
- Pique-nique chaque jour.
- Les taxes de séjour
- D'une manière générale, tout ce qui n'est pas indiqué comme "compris".

## INSCRIPTIONS

L'inscription sera matérialisée par le dépôt d'un chèque d'acompte de 100 euros pour la réservation (chèque à l'ordre de LAROQUE RANDO).

Les places étant limitées, elles seront réservées dans l'ordre de réception des chèques à la préinscription.

## PAIEMENTS

Le solde du séjour sera à régler ultérieurement (modalités à prévoir)

## DISPOSITIONS CONCERNANT LES DEPLACEMENTS

Voyage individuel : voiture personnelle / co-voiturage

## RECOMMANDATIONS

Il convient d'être suffisamment entraîné à la pratique de la randonnée en montagne et d'être bien équipé contre la chaleur ou la pluie.

Les randonnées sont prévues pour 5h à 6h de marche avec un dénivelé compris entre 600 m et 1000 m par jour.

## PROGRAMME

Jour 1 : dimanche 13 septembre Laroque Salardù installation à l'hotel garona Salardù

Jour 2 : lundi 14 septembre lacs et cirque de Baciver dénivelé positif 550m

Jour 3 : mardi 15 septembre lacs et refuge de Colomer dénivelé positif 800m

Jour 4 : mercredi 16 septembre lac redon lac riu au départ du pont de Ressec dénivelé positif 950m

Jour 5 : jeudi 17 septembre repos visite de la petite ville de Vielha

Jour 6 : vendredi 18 septembre refuge de Mataro lac Gerber dénivelé positif 700m

Jour 7 : samedi 19 septembre lacs St Maurici refuge d'Atmige dénivelé positif 980m

Jour 8 : dimanche 20 septembre retour à Laroque après le petit déjeuner

Les 3 premières randonnées se feront en voiture au départ de l'hotel Garona à Salardù

Les 2 dernières randonnées se feront en voiture au départ de l'hotel Casa Palmira à Espot

Ce programme pourra être modifiée en fonction de la météo.

