

Pyrénées Cathares

Du vendredi 8 juin au 10 juin 2007

Randonnée pédestre dans les pyrénées ariégeoises, où au tout début nous rencontrerons les derniers vestiges de l'époque Cathare, dont Montségur (symbole de l'ultime résistance des Cathares à l'Inquisition) et de nombreuses églises témoins de l'art roman pyrénéen. Puis nous pénétrerons dans le site classé des Gorges de la Frau (aux moments les plus spectaculaires, nous serons surplombés par plus de 400 m de rocs vertigineux) et la réserve nationale d'Orlu (paradis des loups et des isards).

Niveau : SOUTENU / Vitesse en montée de 400m/h, sortie s'adressant à des randonneurs habitués à des dénivelés journaliers de 1400m et des journées de marche de 7 à 8 heures.

Itinéraire prévu :

Jeudi 7 juin : départ Paris Gare d'Austerlitz à 21H56 pour Tarascon sur Ariège (Rendez-vous à 21h40 en tête du quai).

Vendredi 8 juin : Arrivée en Gare de Tarascon sur Ariège à 06h11. Le petit déjeuner sera tiré du sac. Transfert en taxi pour Croquié (940 m) – Pic de la Lauzate (1800m) – en option Mont Fourcat (2001m) – Montferrier (690m) – Col de Séguela (1026m) – Arrivée au refuge de Montségur (920m). Demi-pension

Dénivelés : +1400m / -1400m ; temps : 7h30

Samedi 9 juin : Col de Liam (1060m) – Pelail (605m) – Gorges de la Frau – Col de Balaguès (1669m) – Col de Pierre Blanche (1551m) – Refuge de Drazet (1610m). Demi-pension

Dénivelés : +1100m / -400m ; temps : 7h30

Dimanche 10 juin : Orgeix (823m) – Col de la Joux (1702m) – Mérens-les-Vals (1060m). Dîner pris à Mérens-les-Vals (non pris en compte dans le coût total du séjour). Train à 21h04 pour Paris Austerlitz. Arrivée lundi 11 juin à 07h27

Dénivelés : +900m / -1500m ; temps : 7h00

Attention ce programme est indicatif et peut-être modifié par l'organisateur en fonction des aléas (météo,...)

Carte IGN : 1/25 000 : n°2147 ET, 2148 ET,

Hébergement : Nuit en refuge. **Prévoir un drap sac ou un duvet** (Rappel : Il y a des couvertures dans les refuges).

Équipement : Prévoir l'équipement classique du randonneur (chaussures de marche déjà rodées, vêtements chauds, de pluie, bonnet et gants, lunettes et crème solaire, gourde,...) pour la journée et une tenue de rechange pour le soir. Apporter votre pharmacie personnelle (élastoplast, pansements médicaments ...). Attention au sac trop lourd, pas de superflu.

Repas : Prévoir votre petit-déjeuner pour le vendredi matin (tout sera fermé à Tarascon sur Ariège à notre arrivée) et 3 pique-niques pour les midis (possibilité de se ravitailler à Montségur).

Nombre de participants : 7 (hors organisateur)

Coût prévisionnel du week end : environ 90 EUR (transport SNCF non compris, à la charge du participant).

Prem's disponibles pour un aller-retour pour 70 EUR.

Pour l'aller, prendre des Prem's pour Tarascon-sur-Ariège ou Ax-les-Thermes ou Mérens-les-Vals ou L'Hospitalet-près-l'Andorre (même prix)

Pour le retour, prendre des Prem's au départ de Mérens-les Vals ou L'Hospitalet-près-l'Andorre.

Règlement : Envoyer au CAF un montant de 70 EUR (chèque à l'ordre du CAF).

CAF d'Ile de France
12 rue Boissonade
75014 PARIS
Tél : 01 42 18 20 00

Solde : Prévoir un chèque pour le règlement à la fin du périple.

Pour plus de renseignement, appelez moi au : 06 23 31 35 97 ou envoyez moi un mail