

La Grande Traversée de l'Ariège VTT dans les Pyrénées ariégeoises

6 jours - 5 nuits dont 5 jours de VTT

Niveau : 3/5



Enfin l'Ariège a sa grande traversée ! A la manière des grandes traversées des autres massifs, retrouvez toutes les qualités d'un tel parcours et alternez des étapes à la fois techniques et ludiques dans un cadre magnifique et pittoresque.

Des cols de la Haute Ariège-Pyrénées aux bocages du Couserans, roulez à travers des paysages très différents tout en vous imprégnant de l'histoire de ce pays et de l'épopée Cathare.

La Grande Traversée Ariège Pyrénées, c'est aussi un moyen de découvrir des sites historiques majeurs comme Montségur, Mirepoix, le mas d'Azil et Saint Lizier.

Les point forts

- Un itinéraire très varié : montagne, collines, gorges et forêts
- De beaux paysages : des montagnes de Haute Ariège au piémont calcaire pyrénéen en passant par le Chemin des Bonshommes
- De nombreux sites historiques tout au long du parcours

PROGRAMME

Jour 1 : D'Ax-les-Thermes à Montsegur : 40 km - Dénivelé : + 1750 m - 1630 m

Départ d'Ax-les-Thermes, vous enfourchez votre monture et à vous le Grand VTT ! Vous évoluez dans des paysages de carte postale au milieu des hauts sommets ariégeois et descendez en single-track à travers l'ancienne forêt royale de Prades. Vous continuez sur un sentier technique qui vous mènera dans les impressionnantes gorges de la Frau, belle descente technique. Dernière montée pour atteindre un haut lieu historique de l'Ariège : le château de Montségur.

Nuit au village de Montségur.

Jour 2 : De Montsegur à Mirepoix : 48 km - Dénivelé : + 1495 m - 1217 m

Profil descendant en monotrace puis petite piste pour cette première partie d'étape jusqu'à Lavelanet. Reposez ensuite les mollets sur la jolie voie verte qui relie le Pays d'Olmes à Mirepoix : une large piste roulante vous permet de profiter tranquillement de paysage plus doux. Vous passez ainsi à côté des ruines majestueuses du château de Lagarde surnommé « Le Petit Versailles du Languedoc » et terminez cette étape sur les bords de l'Hers avant de flâner à travers les ruelles du village fortifié de Mirepoix.

Jour 3 : De Mirepoix à Pamiers : 36 km - Dénivelé : + 415 m - 432 m

De Mirepoix, vous repartez en direction des collines du Piémont. A travers quelques sentiers techniques vous longez la chaîne pyrénéenne et traversez de nombreux villages jusqu'à rejoindre le chemin de St Jacques de Compostelle. La seconde partie de cette étape se faufile sans difficulté à travers les champs de blé et de tournesol de la plaine. Vous pourrez dès votre arrivée goûter aux délices du coco de Pamiers : plat typique de la région.

Jour 4 : De Pamiers au Mas d'Azil : 42 km - Dénivelé : + 1245 m - 1316 m

Après avoir repris des forces vous voilà reparti sur les chemins plus escarpés de moyenne montagne. Vous suivez le cours de l'Ariège, dans une ambiance cross country et alternez montées techniques et descentes en single track jusqu'à atteindre la chaîne du Plantaurel. Après un passage le long du lac de Filhet, votre étape sportive se termine tout proche de la grotte du Mas d'Azil, un formidable site archéologique. Nuit au village du Mas d'Azil.

Jour 5 : Du Mas d'Azil à Saint-Lizier : 32 km - Dénivelé : + 619 m - 480 m

C'est reparti pour une dernière journée de VTT ! Dans une ambiance verdoyante parsemée de figuiers, vous traversez le Couserans, ses prés et ses jolis hameaux à l'architecture préservée. Les plus courageux pourront monter au tuc de Montcalibert afin d'admirer une dernière fois ce splendide panorama sur les Pyrénées. Ce beau voyage à VTT se termine à Saint Lizier, un village médiéval chargé d'histoire où vous pourrez visiter les magnifiques fresques du XIème siècle ainsi que le palais des évêques récemment rénové.

Transfert retour à Ax-les-Thermes.

Jour 6 : Ax-les-Thermes :

Petit déjeuner et fin du séjour.

CONDITIONS DE VOYAGE

Formalités :

- Carte d'identité en cours de validité.
- Carte européenne d'assurance maladie conseillée : c'est une carte attestant de vos droits à l'assurance maladie (les soins en cas de nécessité sont pris en charge) partout en Europe. Individuelle et nominative, elle est gratuite et valable un an. Vous pouvez l'obtenir sur simple demande à votre Caisse d'assurance maladie (par téléphone ou au guichet) ; vous n'avez pas de documents à fournir. Vous recevrez votre carte sous 15 jours. Si le délai est court, vous pouvez obtenir une attestation.
- Assurance rapatriement fortement conseillée pour les séjours en France et obligatoire pour les séjours à l'étranger.

Nourriture :

Pas question de faire un régime pendant votre séjour mais c'est plutôt l'occasion de goûter à la cuisine locale. Nous attachons une grande importance à la qualité de la nourriture : équilibre diététique, apport énergétique et spécialité du pays sont les ingrédients de chaque repas.

Les pique-niques sont préparés par les cuisiniers des gîtes ou hôtels. Pour éviter la production de déchets inutiles, nous vous demandons d'apporter une boîte plastique que les cuisiniers rempliront de délices chaque matin.

Portage des bagages :

Vous ne portez que les affaires de la journée et le pique-nique. Les bagages sont transportés par véhicule (ou par le véhicule d'assistance). 1 bagage/personne et limité à 15kg/bagage.

Encadrement :

Quatre formules au choix :

VTT en liberté avec portage des bagages en taxi : A partir de 2 personnes.

Equipés du matériel d'orientation que nous vous remettons : topo-guide numérique et traces GPX, vous partez seuls à la découverte de circuits conçus par notre équipe. Vous vous laissez guider par les indications préparées avec soin, pour un maximum de précision.

VTT en liberté avec véhicule d'assistance (à partir de 6 personnes) :

Le véhicule d'assistance vous rejoint à différentes reprises au cours de l'étape du jour, et transporte votre pique-nique, de l'eau, vos vêtements supplémentaires ainsi qu'une caisse à outils complète en cas de problème mécanique. Vous profitez ainsi de votre journée avec un sac léger. Le conducteur du véhicule vous apporte également des conseils pour chaque étape, vous aide à gérer votre effort, et peut la plupart du temps répondre à vos questions concernant la région visitée.

VTT avec moniteur diplômé d'état avec portage de bagages par taxi (à partir de 6 personnes) :

Accompagnés par un professionnel brevet d'état VTT, vous roulez sans vous soucier de l'itinéraire à suivre. Notre moniteur, spécialiste de la région, vous guide et vous donne, si vous le souhaitez, les bons conseils pour faire de vous des vététistes hors pair. Grâce à sa connaissance de l'itinéraire, il s'adapte à votre groupe pour gérer les horaires et l'effort tout au long de la journée. Libérés de la gestion du groupe, votre unique souci est de vous faire plaisir sur votre VTT.

VTT avec moniteur diplômé d'état et véhicule d'assistance (à partir de 8 personnes).

Participants :

Départ à partir de 2 personnes pour la formule liberté avec portage des bagages par taxi.

Départ à partir de 6 personnes pour la formule liberté avec véhicule d'assistance.

Départ à partir de 6 personnes pour la formule avec moniteur VTT avec portage des bagages par taxi.

Départ à partir de 8 personnes pour la formule avec moniteur VTT et véhicule d'assistance.

Départ et rendez vous :

Départ d'Ax-les-Thermes (09110).

Comment y aller :

En voiture : depuis Toulouse, RN 20 jusqu'à Ax les Thermes.

En train : Gare SNCF d'Ax les Thermes.

En avion : Aéroport de Toulouse puis navette jusqu'à la gare SNCF d'Ax les Thermes.

Hébergement :

Formule chambre double en pension complète : vous dormez dans des chambres confortables de 2 personnes en hôtels, chambres d'hôtes et parfois en gîtes. Les draps et serviettes sont fournis. Une salle de bain vous est réservée. (Option chambre individuelle - Voir tarifs sur notre site).

Niveau :

Physique : 2/3

De 3 à 6h30 heures de VTT par jour avec des dénivelés positifs de 415 à 1495m maximum.

Technique : 2/3

Vous maîtrisez le freinage en descente et la trajectoire du vélo. Vous roulez sur des chemins ou sentiers parfois roulants, parfois techniques (plus raides, avec petits obstacles).

TARIFS

Formule liberté avec portage des bagages par taxis

Inscription à 2 personnes	840€
Inscription à 3 personnes	765€
Inscription à 4 personnes	675€
Inscription à 6 personnes	630€

Formule avec véhicule d'assistance et portage de bagages

Inscription à 6 personnes	830€
Inscription à 8 personnes	780€

Formule avec moniteur diplômé d'état et portage des bagages par taxis

Inscription à 6 personnes	860€
Inscription à 8 personnes	780€

Formule avec moniteur diplômé d'état et véhicule d'assistance

Inscription à 8 personnes	940€
---------------------------	------

Le prix comprend :

- La réservation des hébergements, La demi-pension + pique-nique à partir du dîner du J1 au soir et jusqu'au petit-déjeuner du J6,
- Les cartes et porte-carte, le topo-guide, le GPS avec tracés enregistrés, un porte GPS pour la formule liberté,
- Le transport de bagages,
- Le transfert retour à Ax-les-Thermes,
- Pour la formule avec véhicule d'assistance : 1 véhicule 9 places suit le groupe sur tout le séjour.
- Pour la formule avec guide : plus de souci d'orientation, le guide diplômé d'état s'occupe de tout pendant tout le séjour.

Le prix ne comprend pas :

- L'hébergement la veille du départ,
- Les boissons et les dépenses personnelles,
- Le pique-nique du jour 1 et du jour 6,
- Les vtt et le matériel personnel de vtt (casques, gants),
- La visite des monuments,
- Le transport pour se rendre au point de rendez-vous et les assurances.

INFORMATIONS GENERALES

Comment s'inscrire? :

LaRébenne privilégie le contact avec ses voyageurs. Nous aimons vous parler de nos voyages et souhaitons garder cette relation avec vous. Échange, partage et plaisir restent notre ambition pour les voyages LaRébenne. N'hésitez pas à nous contacter directement pour parler randonnée ou vélo.

contact@larebenne.com

+33 (0)5 61 65 20 93

+33 (0)6 81 53 77 75

Inscription, acompte et validation

Une fois votre choix de séjour fait, pour vous inscrire, c'est simple, facile et rapide !

* Soit directement sur notre site sur la page de votre circuit, cliquez sur inscription.

* Soit nous créons avec vous un séjour sur-mesure, nous vous enverrons alors un lien personnalisé vers votre bulletin d'inscription.

L'inscription est effective lorsque nous recevons votre bulletin d'inscription avec votre acceptation des conditions générales de vente, accompagné de l'acompte de 30 % du montant du séjour. Ensuite, un accusé de réception de votre inscription vous sera envoyé.

Règlement sécurisé à 100%

Vous pouvez régler par carte bancaire (plus rapide), chèque bancaire, chèque-vacances, virement.



Paiement du solde

Le solde doit être versé un mois avant la date de départ. Vous retrouvez sur votre espace My LaRébenne votre facture, ainsi qu'un lien de paiement vers le solde de votre séjour.

Invitation au départ

À réception du règlement du solde, votre carnet de voyage sera disponible dans votre espace client sur My LaRébenne où vous retrouverez l'ensemble des éléments utiles à votre voyage ainsi que votre facture.

Les assurances :

Conformément à la réglementation chaque participant à un voyage LaRébenne doit être titulaire d'une responsabilité civile individuelle ainsi que d'une garantie individuelle multirisque dans le but de se protéger des incidents ou accidents pouvant survenir avant ou pendant la randonnée ou le voyage à vélo.

L'assistance couvre essentiellement les frais de recherche-secours, le rapatriement et les frais médicaux. Elle intervient dès lors qu'un constat médical permet de décider du rapatriement. Un rapatriement appelé "retour prématuré" peut aussi être mis en place pour des raisons extérieures à celle de l'assuré lui-même, par exemple le décès d'un membre de la famille (voir les cas dans le fascicule d'assurance). Au préalable, dans les régions éloignées des infrastructures médicales et difficiles d'accès, vous devez accepter l'organisation des premiers secours par des moyens locaux (4X4, porteurs, chevaux, etc.).

Ce contrat indemnise aussi la perte, le vol ou le retard de livraison de bagages, ainsi que l'interruption de séjour.

L'assurance protège du risque financier d'annulation. Il est très important d'avoir une assurance de ce type en cas d'annulation suite à un problème de santé ou pour une raison professionnelle.

Nous vous proposons de souscrire l'un des cinq contrats que nous avons sélectionnés, sachant que nous servons uniquement d'intermédiaire entre vous et l'assureur. Toute assurance complémentaire est facturée par personne et doit être obligatoirement souscrite le jour de l'inscription au voyage :

- Je souscris le contrat "Multirisque" (4.5%), prime minimale de 15 euros :
Assistance-rapatriement + interruption circuit + bagages + annulation.
Voir le contrat complet en [cliquant ici](#).
- Je souscris le contrat "Multirisque carte bancaire" (3,8%), prime minimale de 15 euros :
Assistance + interruption séjour + bagages + annulation en complément de votre CB (uniquement pour un paiement avec une carte Mastercard de type Gold, Platinum, world Elite, ou Visa de type Premier ou Infinite. Cartes bancaires délivrées par une banque française uniquement).
Voir le contrat complet en [cliquant ici](#).
- Je souscris le contrat "Annulation" (2.5%), prime minimale de 10 euros :
Annulation uniquement.
Voir le contrat complet en [cliquant ici](#).
- Je souscris le contrat "Assistance rapatriement" (1.6%), prime minimale de 10 euros :
Assistance rapatriement + interruption de circuit + bagages.
Voir le contrat complet en [cliquant ici](#).

En ce qui concerne la garantie « responsabilité civile à l'étranger », seuls les résidents français sont couverts.

Informations :

LaRébenne - 10 rue de la Comédie - 09000 Foix - France
Tel : + 33 (0)5 61 65 20 93 - contact@larebenne.com - www.larebenne.com
Immatriculation tourisme : IM 038100057