

GR10, Grande traversée des Pyrénées – Chapitre 6

Les Pyrénées Cathares : Aulus-les-Bains à Mérens Les Vals / en gîtes d'étape et refuges

6 jours 5 nuits avec 6 jours de marche

Niveau : 3/5



Au plus profond des Pyrénées ariégeoises, avec pour cadre le massif emblématique des Trois Seigneurs et en contrebas la profonde vallée de Vicdessos, vous suivez le GR10 dans une contrée sauvage et méconnue. Partez à la rencontre des habitants d'autrefois : bergers, mineurs, montreurs d'ours et porteurs de glace ; autant de métiers qui ont contribué à la notoriété de la région. Découvrez le pic du Rulhes qui se dresse fièrement dans le paysage, puis empruntez le chemin des Bonhommes pour revivre l'exil des derniers Cathares fuyant les foudres de l'Inquisition (en option) Appréciez, au terme de votre périple montagnard, les [Bains du Couloubret](#) (option) à Ax-les-Thermes.

Les points forts

- Un terroir aux traditions bien ancrées
- Le cirque granitique de Bassiès et ses lacs glaciaires

- Une partie des pyrénées préservée et sauvage

PROGRAMME

Jour 1 : D'Aulus-les-Bains au Refuge de Bassiès : 12 km – 5h30 – Dénivelé : + 1190 m – 300 m

Vous effectuez un parcours aux pentes raides depuis les ruines d'un ancien village minier. Vous empruntez une voie d'accès historique entre Gascogne et Languedoc pour parvenir au col de Bassiès (1933m) Arrivée au refuge de Bassiès. (Pas de bagages ce soir-là)

Refuge

Jour 2 : Du Refuge de Bassiès à Goulier : 13 km – 4h45 – Dénivelé : + 390 m – 950 m

Aujourd'hui deux itinéraires possibles :

Niveau 2 (N2) 13km 4h45- Dénivelé : +390m -950m

Vous traversez un cirque granitique puis une succession de lacs glaciaires. Vous rejoignez la vallée de Vicdessos pour atteindre le village de Goulier.

Niveau 4 (N4) 28km 8h45- Dénivelé : +1320m -1886m, Le grand tour du Vicdessos par le GR10 et les beaux villages de Marc, Mounicou et Artiès vous arrivez à Goulier au travers de la forêt d'Olbie. Nuit en gîte d'étape.

Gîte d'étape

Jour 3 : De Goulier à Siguer : 12 km – 4h30 – Dénivelé : + 500 m – 830 m

Après avoir gravi une succession de cols avec des vues sur les massifs de Bassiès, Montcalm et l'Endron ; vous traversez le village de Lercoul et arrivez au joli village de Siguer. Nuit en chambre d'hôtes.

Chambre d'hôte

Jour 4 : De Siguer au pont de Coudènes et le plateau de Beille : 15 km – 6h30 – Dénivelé : + 1560 m – 1270 m

En partant plein est, vous traversez le village accroché de Gestières et arrivez au sommet du Pla de Montcamp à 1905m pour découvrir un panorama à 360. Puis c'est la descente dans la vallée d'Aston pour rencontrer votre taxi qui vous conduira au plateau de Beille pour une nuit magique au village nordique à 1800m d'altitude.

Nuit en tipi ou yourte, petit déjeuner et dîner préparer mais service en autonomie.

Bivouac

Jour 5 : Du plateau de Beille au Refuge du Rulhe : 14 km – 5h – Dénivelé : + 750 m – 350 m

Départ du plateau de Beille, station de ski de fond et surtout arrivée d'étape mythique du Tour de France. Beau panorama sur les massifs transfrontaliers dont le pic de la Rulhe. Vous accédez à la crête des Isards pour atteindre ensuite le refuge du Rulhe (Pas de bagages ce soir-là).

Refuge

Jour 6 : Du Refuge du Rulhe à Mérens les Vals : 13 km – 4h30 – Dénivelé : + 450 m – 1300 m

Profitez encore d'une randonnée en altitude jusqu'à la crête de la Lhasse, puis laissez vous guider en descente au son des ruissellements pour parvenir dans la vallée de l'Ariège au village de Mérens-les-Vals. Possibilité de visiter son église romane du 12ème siècle et détour vers des sources chaudes cachées dans la forêt.

Fin du séjour.

Possibilité de poursuivre votre séjour par une étape supplémentaire de Mérens les vals à Ax Les Thermes. (En option)

Jour 7 : Une journée en option : De Mérens-les-Vals à Ax les Thermes : 21 km - 6h30 - Dénivelé : +

600 m - 1080 m

Une journée en option.

Randonnée de Mérens-Les-Vals à Ax-les-Thermes sur le chemin des Bonshommes (GRI07) avec le passage au col de Joux. Nuit à Mérens-les-Vals et transfert des bagages inclus.

Possibilité de profiter des bains du Couloubret à Ax Les Thermes (en option).

CONDITIONS DE VOYAGE

Encadrement :

En liberté :

Vous partez seuls, en couple, en famille ou entre amis. Nous nous occupons de l'hébergement, des repas, du transfert des bagages et groupe.

Vous avez une bonne expérience de la randonnée et vous savez vous orienter avec une carte et une boussole.

D'une étape à l'autre, vous suivez les cartes et le topo guide que nous avons préparé avec soins.

Partir en liberté, c'est randonner léger, au rythme de chacun et profiter pleinement des plaisirs de la nature sans se préoccuper de la logistique du séjour. C'est aussi être libre d'interpréter et d'imaginer ce que raconte la région traversée.

Participants :

Départ libre à partir de 2 personnes – partez en liberté, en couple, en famille ou entre amis !

Options :

- Hébergement la veille du départ ou à la fin du séjour
- Dossier de voyage en 2 versions : numérique (appli de navigation) et papier (cartes, porte-carte, topo-guide et informations imprimées)
- Séjour sans transport de bagage
- Retour en minibus privé
- Location de GPS avec traces enregistrées

Nous consulter

Formalités :

- Carte d'identité en cours de validité.
- Assurance rapatriement conseillée.

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 ne sont pas inclus.

Hébergement :

1 nuits en gîte d'étape, 2 nuits en refuge de montagne, 1 nuit en chambre d'hôtes. Sur le plateau de Beille une nuit en yourte ou tipi à 1800m d'altitude avec petit déjeuner et repas préparés mais pas servi, en autonomie. En demi-pension chaque soir.

Gîtes d'étapes et refuges : sélectionnés notamment pour la qualité de leur accueil, vous retrouvez dans les gîtes d'étapes et refuges une ambiance conviviale. Le plus souvent, vous partagez des dortoirs de 4/8 places. Les draps et serviettes ne sont pas fournis.

Hôtels et chambres d'hôtes : vous dormez dans des chambres confortables de 2 personnes en hôtels, chambres d'hôtes et parfois en gîtes. Les draps et serviettes sont fournis.

Demi-pension : dîner, nuit et petit déjeuner inclus.

Niveau :

De 4 à 6 h30 de marche par jour. Difficultés techniques : 1560m de dénivelé positif maximum. Vous avez une bonne condition physique et vous êtes préparés à la randonnée sur plusieurs jours. Savoir s'orienter avec une carte, une boussole et un topo-guide. Avoir une bonne expérience de la montagne.

Départ et rendez vous :

Départ libre pour la formule liberté et les groupes constitués.

Comment y aller :

En voiture : Autoroute A 64 : sortie Foix St Giron, puis RN117 direction St Giron puis Aulus.

En train : Gare SNCF de St Giron (bus)

En avion : Aéroport de Toulouse

Retour : il est préférable de vous prendre en train et/ou bus au point de départ. Si vous souhaitez arriver en voiture, il sera plus confortable de déposer votre voiture à l'arrivée. Gare SNCF de Mérens Les Vals.

Portage des bagages :

Le portage est limité aux affaires de la journée et au pique-nique (non fourni). Les bagages sont transportés par véhicule sauf pour les jours 1 & 5 (nuits en refuge). Merci de prévoir 1 bagage par personne, de maximum 15kg/bagage.

TARIFS

Formule liberté avec portage des bagages par taxis

Inscription à 2 personnes	695€
Inscription à 3 personnes	640€
Inscription à 4 personnes	610€
Inscription à 6 personnes	580€

Le prix comprend :

- L'hébergement en demi-pension pour les randonnées,
- Le transport des bagages,
- Le transfert de groupe prévu au programme
- Le dossier topoguide numérique,
- Ou le dossier papier avec les cartes IGN avec le tracé surligné, le porte-carte et le topo-guide détaillé,
- Les traces GPS au format GPX (sur demande)

Le prix ne comprend pas :

- Les boissons,
- Les assurances,
- Les dépenses personnelles,
- Les pique-niques,
- L'hébergement la veille du départ,
- La visite des monuments,
- Les entrées dans les centres thermoludiques.

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

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.



Paielement 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 quatre contrats que nous avons sélectionné, 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