

La Boucle du Haut pays Cathare (Niveau 4)

3 jours de VTT XC

3 jours - 2 nuits dont 3 jours de VTT

Niveau : 4/5



De Comus, vous partez du Plateau de Sault sur un circuit de pur XC avec de belles descentes en single track ludiques et techniques. Une formule tout compris sans soucis sur des itinéraires choisis aussi pour la beauté des paysages sur la chaîne des Pyrénées.

Vous pourrez visiter le célèbre château de Montségur ou vous baigner dans les sources chaudes de Mérens.

Les points forts

- Un itinéraire très varié : montagne, gorges, coteaux, plateaux
- Idéal à VTT : passages techniques et roulants, de belles descentes : du bon XC !
- Des paysages magnifiques sur la chaîne des Pyrénées

PROGRAMME

Jour 1: Plein sud à travers les Pyrénées par les 2 cols : 42 km - Dénivelé : + 2060 m - 2070 m

Départ roulant pour réchauffer les mollets sur le plateau de Sault. Un bref passage au château de Montaillou puis, par des montées roulantes, c'est le col du Balagués et le col de Jou aux panoramas grandioses sur la chaîne des Pyrénées.

Après l'effort, une belle récompense sur des singles track 5 étoiles. Un bain bien mérité dans les sources chaudes naturelles puis nous découvrons l'église romane de vals. Nuit à Mérens-les-Vals.

Jour 2 : Forêts et plateaux de Haute Ariège : 46 km - Dénivelé : + 2050 m - 2020 m

Par la forêt et les sentiers, nous descendons vers Ax les Thermes. Montée au col de Balagué et descente sur mono-traces vers le col de Marmare. Puis c'est la montée au plateau des 7 Cases pour une descente sur le village de Prades et Comus. (Passage commun sur 2km avec le circuit de la veille).

Nuit à Comus.

Jour 3 : Gorges et châteaux : 52 km - Dénivelé : + 1630 m - 2404 m

Une étape de XC avec une succession de descentes en single track !! Ce circuit vous emmène au pied du château de Roquefixade. Franchissement de petits cols pour atteindre les hauteurs du Pech de Foix et vue panoramique sur tout le pays. Puis c'est la descente finale : un single technique plongeant vers Montgailhard ainsi que vers la citée comtale de Foix et son château.

RDV à la gare à 16h puis transfert à Comus.

Fin du séjour.

CONDITIONS DE VOYAGE

Portage des bagages :

Voyagez léger, on s'occupe du reste !

Déposez votre bagage avant de partir à vélo le matin ; il vous attendra à votre prochaine étape (un bagage par personne).

Petit détail important : chaque bagage doit être étiqueté.

Formalités :

- Carte d'identité en cours de validité.
- Carte Vitale et carte de mutuelle.
- Assurance rapatriement recommandée.

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.

Hébergement :

2 nuits en pension complète avec pique-nique du lendemain fourni.

Formule hébergement à choisir entre :

- Formule gîte d'étape : sélectionnés notamment pour la qualité de leur accueil, vous retrouvez dans les gîtes une ambiance conviviale. Le plus souvent, vous partagez des dortoirs de 4/6 places. Les draps et les serviettes ne sont pas fournis.
- Formule chambre double (selon disponibilités) : vous dormez dans des chambres confortables de 2 personnes en hôtels, chambres d'hôtes et parfois en gîtes. Les draps et serviettes sont fournis.

Niveau :

Niveau physique : 3/3

Vous êtes endurant et avez une bonne condition physique. Vous pratiquez régulièrement le VTT tout au long de l'année. De 42 à 52 km par jour avec des dénivelés positifs maximum de 2100 m.

Niveau 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 des obstacles).

Départ et rendez vous :

Départ de Comus (11 - [carte](#))

Comment y aller :

En voiture : depuis Toulouse, RN 20 jusqu'à Ax les Thermes, puis col du Chioula, Prades et Comus.

En train : Gare SNCF d'Ax les Thermes.

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

Options :

- Arrivée la veille du départ et nuit à Comus,
- circuit possible sur 8 jours 7 nuits dont 7 jours de VTT,
- possibilité de faire le circuit en chambre double,
- supplément chambre individuelle.

Encadrement :

Deux formules au choix :

VTT en liberté avec portage de bagages par taxi (à partir de 2 personnes) :

Equipés du matériel d'orientation que nous vous remettons : cartes avec itinéraire surligné, GPS avec tracé incorporé et topo-guide détaillé, vous partez seuls à la découverte de circuits conçus par notre équipe. Le topo et le GPS fixés sur le guidon, vous vous laissez guider par les indications préparées avec soin, pour un maximum de précision.

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 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.

Participants :

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

VTT avec moniteur diplômé d'état avec portage des bagages en taxi : départ à partir de 6 personnes.

TARIFS

Formule liberté - gîte d'étape

Inscription à 2 personnes	495€
Inscription à 3 personnes	390€
Inscription à 4 personnes	380€
Inscription à 6 personnes	320€

Formule liberté - chambre double

Inscription à 2 personnes	540€
Inscription à 3 personnes	510€
Inscription à 4 personnes	430€
Inscription à 6 personnes	370€

Formule avec moniteur diplômé d'état - gîte d'étape

Inscription à 6 personnes	470€
Inscription à 8 personnes	410€

Formule avec moniteur diplômé d'état - chambre double

Inscription à 6 personnes	490€
Inscription à 8 personnes	450€

Le prix ne comprend pas :

- Les assurances,
- les VTT et le matériel personnel de vtt (casques, gants),
- les boissons,
- le pique-nique du J1,
- les dépenses personnelles,
- l'hébergement la veille du départ,
- la visite des monuments.

Le prix comprend :

- La réservation des hébergements,
- le topo guide numérique détaillé, les traces gps au format gpx
- la demi-pension + pique-nique à partir du dîner du J1 au soir et jusqu'au pique-nique du J3,
- les transports de bagages,
- le transfert retour de Foix à Comus.
- la prestation d'un moniteur VTT pendant le séjour pour la formule guidée.

INFORMATIONS GENERALES

Comment s'inscrire ? :

LaRébenné 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 LaRébenné. N'hésitez pas à nous contacter directement pour parler randonnée ou vélo.

contact@larebenné.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.



Paiement du solde

Le solde doit être versé un mois avant la date de départ. Vous retrouvez sur votre espace My LaRébenné 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 LaRébenné 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 LaRébenné 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 :

LaRébenné - 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