FICHE TECHNIQUE - RR33

Les Géants des Pyrénées - Acte 2
Les plus beaux cols des Pyrénées

6 jours - 5 nuits dont 6 jours de vélo itinérant, Une boucle au départ de Foix

Niveau : 3/5



Les Géants des Pyrénées vous propose un défi ! une boucle de 6 jours de vélo itinérante à travers les plus beaux cols des Pyrénées ariègeoises agrémentée de quelques escapades dans l'Aude et en Haute Garonne. Les stars sont bien là ; en apéritif le col de la Lauze et Montségur, suivi par le méridional col de Pailhères, le petit Stelvio ariègeois aux 25 lacets serrés. Suivent ensuite l'incontournable plateau de Beille et tous les Géants du Couserans : le Port de Lers, le col d'Agnes, le col de Latrape, le col de la Core et le col d'Aspin. Mais ce n'est pas fini pour autant ; retour vers l'Est par une petite route pour les amis parsemée de cols doux mais bien présents. Après l'étape gourmande de St Girons, la journée commence par une explosion de panoramas au col du Saraillé avec notamment le mont Valier. Et puis, nous sommes littéralement au pied du mur … de Péguère, dernier Géant du voyage. Nous traversons ensuite toute la belle vallée de la Barguillère pour finir en douceur à Foix. La boucle est bouclée.

Les points forts

- Une itinérance en boucle exceptionnelle entre l'Ariège, l'Aude et la Haute Garonne
- Une exclusivité LaRébenne, spécialiste des Pyrénées
- Les plus belles ascensions du Tour de France
- Formule avec véhicule d'assistance et en pension complète (pique-niques)

PROGRAMME

Jour 1 : De Foix à Belcaire : 74 km - Dénivelé : + 1800 m

Dès la sortie de Foix, nous arrivons sur une très belle route en balcon où les vues magnifiques sur les châteaux de Roquefixade et de Montségur s'enchainent. Fini les photos, nous plongeons dans une grande forêt sur le flanc nord du mont Fourcat pour atteindre le col de la Lauze.
Arrivés au Pays d'Olmes pour savourer l'ascension du col de Montségur d'où nous admirons le célèbre château perché sur son pog, site classé à l'UNESCO.
Après avoir traversé le village de Montségur, nous rentrons dans la célèbre forêt royale du plateau de Sault pour gravir le col de la Croix des Morts, fin de la première étape.
- Col de la Lauze (948m)
- Col de Montségur (1059m)
- Col de la Croix des Morts (898m)

Nuit en hôtel* au cœur du village.
Hôtel

Jour 2 : De Belcaire à Ax-les-Thermes : 69 km - Dénivelé : + 1880 m

Nous continuons sur le vaste plateau de Sault d'où les hauts sommets de la chaine des Pyrénées émergent.
Nous rentrons maintenant dans une contrée bien sauvage entre la haute vallée de l'Aude et l'Ariège pour aller cherche la meilleure ascension du spectaculaire col de Pailhères à plus de 2000m d'altitude, le Stelvio ariègeois aux 25 lacets serrés.
Ici bien sûr c'est waouh ! plein les yeux et les sens, on se sent vivants et heureux.
Nous glissons maintenant vers la vallée de l'Ariège pour arriver à Ax Les Thermes. Possibilité de profiter des bains thermaux ludiques du Couloubret.
En option : Ascension en boucle du col du Chioula ou le plateau de Bonascre,
4 fois théâtre de l'arrivée du Tour de France.
- Col des Sept Frères (1253m)
- Col de la Serre (946m)
- Col des Aychides (1007m)
- Col de Pailhères (2001m)
- Col du Chioula (1431m) option
- Plateau de Bonascre (1380m) option

Nuit à Ax-les-Thermes en hôtel ** ou ***
Hôtel

Jour 3 : De Ax-les-Thermes à Tarascon via le plateau de Beille : 85 km - Dénivelé : + 2245 m

N2 : 43 km – Dénivelé : + 700 m sans la montée à Beille.
N3 : 85 km – Dénivelé : + 2245 m avec la montée à Beille.
Pendant plus de 50km, nous sommes sur la magnifique route des Corniches située en balcon au-dessus de la vallée de l'Ariège. Ce ne sera qu'une kyrielle de villages de montagne surveillés par de belles chapelles romanes.
Changement de rythme au km 30, nous descendons de notre rêverie pour arriver au pied de la superbe ascension du plateau de Beille longue de 15km, arriver à 1800m d'altitude, panorama à 360° sur les cimes. Retour sur la route des Corniches pour finir en beauté l'étape à Tarascon.
- La montée au Plateau de Beille (1800m)
- Le Pas du Souloumbrié (911m)

Nuit à Tarascon en hôtel ** ou ***
Hôtel

Jour 4 : De Tarascon à Saint-Lary d'Ariège : 108 km - Dénivelé : + 2510 m

N3 : 108km – Dénivelé : + 2510m sans le col de Latrape
N4 : 112km – Dénivelé : + 2850m avec le col de Latrape
Aujourd'hui c'est un véritable festival de Géants. Tout d'abord, se présente le Port de Lers entre Occitanie et Gascogne, suivi de très près par le col d'Agnes qui nous ouvre les portes du Couserans, région sauvage des Pyrénées Ariègeoises. Après avoir traversé le village thermal d'Aulus les Bains, nous discutons avec le col de Latrape qui rejoint la belle vallée du Salat que nous suivons jusqu'à Seix. Mais ce n'est pas fini, voici le col de la Core à 1400m suivi de la vallée de Betmale et de la Bellongue. Arrivée à Saint Lary en Ariège.

- Port de l'Hers (1517m)
- Col d'Agnes (1570m)
- Col de Latrape (1111m) niveau 4
- Col de la Core (1395m)

Nuit à Saint Lary en auberge **
Hôtel

Jour 5 : De Saint Lary à Saint Girons : 102 km - Dénivelé : + 2345 m

La journée commence par une ascension courte mais tendue, le col du Portet d'Aspet, lui aussi souvent fréquenté par le Tour de France tout comme le col de Menté qui suivra. Nous basculons ensuite dans la haute vallée de la Garonne pour retourner vers l'Est en changeant d'ambiance car nous sommes, maintenant dans le piémont Pyrénéens, entre collines et villages.
Passage au col des Ares. Puis c'est maintenant une petite route pour les amis ; c'est frais, bucolique, tranquille, parsemé de petits cols qui nous entrainent vers Saint Girons.

Étape gouteuse où vous pourrez savourer les spécialités culinaires du pays.
(Évitez les arrivées à St Girons le dimanche et lundi soir afin de profiter du restaurant prévu : l'auberge d'Antan)

- Col de Portet d'Aspet (1069m)
- Col de Menté (1349m)
- Col des Ares (797m)
- Col de Buret (599m)
- Col de Louzet (681m)
- Col de Larrieu (704m)

Nuit à Saint Girons en hôtel***
Hôtel

Jour 6 : De Saint Girons à Foix : 72 km - Dénivelé : + 1500 m

La journée débute tranquillement par la vallée du Salat afin d'atteindre par une magnifique petite route le col de Saraillé. Ici c'est une explosion de panoramas dominé par le mont Vallier. Passé Massat, nous arrivons presque au col de Port (A/R possible) pour nous trouver littéralement au pied du mur … de Péguère, dernier Géant du voyage. Nous traversons ensuite toute la belle vallée de la Barguillère pour finir en douceur à Foix. La boucle est bouclée.

- Col de Saraillé (942m)
- Col des Caugnous et presque le Col de Port A/R en option (947m)
- Le mur et col de Péguère (1375m)

Fin du séjour à Foix

CONDITIONS DE VOYAGE

Encadrement :

ENCADREMENT :
Vélo en liberté avec véhicule d'assistance avec chauffeur :
Le véhicule d'assistance + remorque vélo (ou galerie) vous rejoint à différentes reprises au cours de l'étape du jour, souvent au sommet des cols 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 ou pas de sac. 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.

Option : Vélo en liberté avec portage des bagages (uniquement pour les groupes constitués) :
Équipés du matériel d'orientation que nous vous remettons : cartes avec itinéraire surligné et traces GPS, vous partez seuls à la découverte de circuits conçus par notre équipe.

Nourriture :

Tous les dîners et petits-déjeuners sont pris sur les lieux d'hébergement.
Pour le repas de midi, nous vous offrons 3 possibilités selon vos préférences :

- Un pique-nique à savourer à l'emplacement indiqué chaque matin par votre chauffeur logistique. Il contient une salade froide assaisonnée à base de féculent, donc des sucres lents pour l'effort, et des légumes frais), charcuterie et/ou fromage et fruit. A noter : pour ceux qui le souhaitent, possibilité d'opter pour un panier repas remis par le chauffeur logistique le matin (prévoir un sac à dos).

- Pour ceux qui ne souhaitent pas s'arrêter au pique nique : des vivres de course (barres énergétiques, fruits secs) remises le matin.

- Ne pas prendre les repas de midi avec notre organisation, de manière à être libre de vous arrêter manger où vous voulez (restaurant, snack, nourriture achetée en route (boulangeries, épiceries…). Dans ce cas, réduction de 6 euros par jour.

Nous apportons un soin particulier à la qualité, à la fraîcheur et à la variété de votre alimentation en ayant toujours à l'esprit qu'elle doit être adaptée à votre activité physique.
Merci de nous préciser votre choix pour les repas de midi sur votre bulletin d'inscription. En l'absence d'information de votre part, nous considérons que vous optez pour la formule "pique nique".
Des barres de céréales basiques sont proposées le matin avant chaque départ. Il vous appartient d'apporter des barres énergétiques plus spécifiques ainsi que des boissons énergétiques.

Options :

Si vous souhaitez être seul dans votre chambre : + 290€/per

Sur mesure : Programme sur mesure à partir des étapes que vous choisissez vous-même
- Accueil aéroport et transferts (Toulouse, Bordeaux, Carcassonne), nous consulter.
Nuit d'hébergement supplémentaire avant ou après le séjour:
À Foix :
Hôtel ***, chambre individuelle, petit-déjeuner inclus : 90€/pers
Hôtel ***, chambre double/twin, petit-déjeuner inclus : 60€/pers

Location de vélo haut de gamme sur mesure:

Trois gammes sont proposées :

Vélo de route standard
Cadre et fourche carbone, freins à disques, groupe Shimano 105 ou équivalent, 12 vitesses, pédalier 50/34 et cassette 11/34, 8,9kg environ, roues alu, modèle Wilier Garda ou équivalent : 280 €

Vélo de route premium
Cadre et fourche carbone, freins à disque, groupe Ultegra di2 ou équivalent, 12 vitesses, pédalier 50/34 et cassette 11/34, 7,6kg environ, roues carbone, modèle Wilier Filante SL ou équivalent : 380 €

Vélo de route à assistance électrique
Cadre alu et fourche composite, batterie 500 Wh, roues alu, groupe Shimano XT Di2, 11 vitesses, mono-plateau 47 dents et cassette 11/50, environ 20kg, modèle Giant Revolt E+ Pro ou équivalent : 460 €
Caractéristiques communes aux trois gammes :

- Kit de réparation inclus : rustines, multi-outil, 1 chambre à air, démonte pneu.
- Porte bidon
- Casque et bidons non inclus

Les pédales
Sans précision de votre part, les vélos sont fournis sans les pédales. Ainsi, vous pouvez venir avec vos propres pédales, cales et chaussures. Néanmoins, 3 types de pédales peuvent être installées sans supplément :

- Look Keo, le modèle de référence pour la route chez Look
- Shimano SPD SL, le modèle de référence pour la route chez Shimano
- Shimano SPD MTB, le modèle de référence pour le VTT chez Shimano, mais qui peut être utilisé pour la route.

Si vous souhaitez que nous installions des pédales sur le vélo, il est primordial que vous nous en fassiez la demande clairement (en précisant le modèle souhaité) lors de votre inscription ou bien au plus tard 2 semaines avant votre départ, de préférence par mail.

Autres
Le chauffeur du véhicule assistance vous remettra votre vélo le jour du départ. Vous effectuez ensemble un premier état des lieux du vélo, et un second en fin de circuit.
Les "consommables" du vélo de location (pneus, chambres à air, patins ou plaquettes de frein, câbles) sont inclus dans le montant de la location. Seules les pièces et composants cassés lors d'une chute et/ou d'une utilisation abusive du matériel seront facturés. En cas de perte ou de vol du vélo, un montant forfaitaire vous sera facturé (2200 € pour la gamme Standard, 3590 € pour la gamme Premium et les vélos à assistance électrique, 5700 € pour la gamme Ultimate).
N'oubliez pas de nous communiquer votre choix (gamme et pédales) et votre taille lors de votre inscription.
- Transport des caisses vélo et sacoches à fond rigide, uniquement pour la formule avec véhicule d'assistance avec chauffeur et dans la limite des places disponibles : +40€/caisse
- Programme accompagnateur (non cycliste)

Niveau :

Niveau physique : De 3/5 à 5/5
Vous avez une très bonne condition physique, pratiquez au moins 1 fois par semaine le vélo de route sur de longues distances.
Quand c'est possible, plusieurs niveaux vous sont proposés avec un même point de départ et d'arrivée pour tous. Et bien sûr sans transfert !

Formalités :

- Une carte d'identité en cours de validité
- La carte européenne d'assurance maladie est conseillée : elle atteste de vos droits à l'assurance maladie et permet la prise en charge des soins en cas de nécessité partout en Europe. Individuelle et nominative, elle est gratuite et valable un an. Vous pouvez l'obtenir sur simple demande auprès de votre caisse d'assurance

maladie (par téléphone ou au guichet), sans avoir à fournir de documents. Vous la recevrez sous 15 jours. Si le délai est court, vous pouvez obtenir une attestation.

- Une assurance rapatriement est fortement conseillée pour les séjours en France et obligatoire pour les séjours à l'étranger.

Portage des bagages :

Vous ne portez rien avec la formule avec véhicule d'assistance ; les bagages, vivres, pique-niques et rechanges sont à disposition dans le camion d'assistance.

Merci de prévoir 1 bagage/personne, maxi 15kg/bagage.

Départ et rendez vous :

Si possible évitez les départs le mercredi et jeudi afin de pouvoir profiter du restaurant à Saint Girons qui ferme le dimanche et lundi soir.
RDV le premier jour à 8h30 à Foix
Pour les arrivées en train : RDV directement à Foix.
Pour les arrivées en avion : aéroport de Toulouse.
RDV libre pour les groupes constitués et privatifs. Séparation à Foix aux environs de 17h30.
- Accueil et stationnement gratuit à Foix : parking de la Vigne, parking de la Gare et parking situé 10bis, avenue du général Leclerc 09000 Foix.

Hébergement :

6 jours dont 5 nuits en pension complète (avec pique-nique du midi) en formule chambre double en hôtel *, ** & *** Vous dormez dans des chambres confortables de 2 personnes en hôtels.
Les draps et serviettes sont fournis. (Option chambre simple - Voir tarifs)

TARIFS

Le prix ne comprend pas :

- L'hébergement la veille du départ et à la fin du séjour,
- Les boissons,
- Les dépenses personnelles,
- Le matériel personnel de vélo (casques, gants),
- Les vélos,
- Le transport des caisses vélo et des sacoches à fond rigide (option uniquement pour la formule avec véhicule d'assistance avec chauffeur : +40€ / caisse),
- Le transport pour se rendre au point de rendez-vous,
- Les assurances.

Le prix comprend :

- Les hébergements
- Le topoguide numérique avec traces GPS quotidiennes,
- La demi-pension à partir du dîner du jour 1 au soir et jusqu'au petit déjeuner du jour 6,
- Le transport de 1 bagage par personne,
- Les 6 pique niques,
- 1 véhicule 5 ou 8 places + chauffeur + remorque vélo ou galerie vélo pendant tout le séjour.

Document valide jusqu'au 21 novembre 2026 CEST inclus

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. ANCV.jpg

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 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