

# RANDONNEE RAQUETTES A NEIGE TRAVERSEE HAUTE ARIEGE. WEEK-END AVEC NUIT EN REFUGE.

Du Col du Puymorens au village de Mérens, cette randonnée en traversée nous permet de parcourir la montagne de la Haute Vallée de l'Ariège. Paysages de haute montagne et sources d'eaux chaudes ponctuant notre itinéraire sur lequel le refuge des Besines l'étapes incontournable.

## Programme :

Premier jour : Accueil du groupe et transfert en véhicules personnels vers Mérens puis le Col du Puymorens (1920m). Nous remontons le vallon de la Caume d'Or Garcie (2534m) dominé par le Pic de la Caume d'Or (2826m) (possible pour les plus sportifs). Une traversée sous le Pic Pedros nous emmène sous le refuge des Besines (1980m) que nous atteignons après une courte mais rude montée. Dénivellation : 650m et 5h de marche (2h de plus pour le Pic de Caume d'Or).

Deuxième jour : En suivant le GR10 une bonne suée est nécessaire pour atteindre la Portaille des Besines (2333m). Le Col passé, la vallée s'élargie et c'est un bonheur de louvoyer dans les pentes escarpées de Lesquets de Pins, de petits couloirs. En suivant le ruisseau du Notre nous approchons de Mérens Les Vals non sans avoir fait halte près de sources d'eau chaude. Retour vers 15h pour récupérer les voitures. Dénivellation : 350m et 6h de marche.

## Niveau :

Randonneur débutant à moyen en forme.  
Randonnées de 5 à 6h de marche / jour avec des dénivellations de 350 à 650m maximum. Avec le port d'un sac à dos contenant les affaires pour le séjour.  
Itinéraire sans difficultés techniques particulières. Le rythme de marche est régulier, adapté à tout le monde et privilégiant l'aspect découverte.

## Encadrement :

Il sera assuré par un accompagnateur en montagne diplômé d'Etat et titulaire de la qualification raquettes à neige, connaissant bien la région concernée.

## La sécurité :

Le niveau du groupe, les conditions météo ou l'évolution du manteau neigeux peuvent amener l'accompagnateur à modifier les randonnées initialement prévues pour des raisons de sécurité.

## Equipement conseillé :

Il est indispensable d'être équipé d'un matériel performant et adapté aux différents terrains abordés lors des randonnées ainsi qu'aux conditions climatiques humide.

- Paire de raquettes à neige à plaque rigide articulée fixant bien la chaussure (type TSL rando...)
- Paire de bâtons de ski ou de randonnée.
- Sac à dos 35 à 50L.
- Chaussures de randonnée en bon état.
- Chaussettes de randonnée + 1 paire de rechange.
- Pantalon de marche confortable (et qui sèche facilement).
- Sur pantalon (Kway ou équivalent) pour le mauvais temps.
- Tee-shirts.
- Veste chaude (type polaire) ou pull en laine.
- Veste étanche (type gore-tex ou équivalent) ou gros anorak.
- 1 paire de gants + 1 paire rechange.
- 1 bonnet.
- Lunettes de soleil de bonne qualité.
- Gourde, thermos, couteau.
- Petite pharmacie perso. (double peau, stick à lèvres, crème solaire).
- Lampe de poche ou frontale.

Pour les nuits au refuge :

- Affaires de rechange
- Nécessaire de toilette.
- Duvet.

## Hébergement & restauration :

Nuit, repas et petit déjeuner en refuge de montagne.

Prévoir pique-nique ou bien possibilités de pique-nique gourmand que je prépare et organise à base de produits du terroir 10€/personne en sus.

Prévoir en plus : barres céréales, fruits secs...

### Nombres de participants :

De 5 à 12 personnes. Si plus me consulter. Inscriptions individuelles ou en groupe.

### Période :

Février, Mars à Avril selon disponibilités d'enneigement.

### Lieu de RDV :

Ax Les Thermes sur la Nationale N20, Le Grand Café à l'entrée d'Ax à droite.

### Le prix :

125€/personne.

Le prix comprend :

- L'hébergement en demi-pension (vin non compris).
- L'encadrement par un accompagnateur en montagne.
- Le prêt de matériel de sécurité (ARVA, pelle, sonde).
- La fourniture des raquettes à neige et bâtons

Le prix ne comprend pas :

- Les boissons et dépenses personnelles.
- Les transferts en véhicule (possibilité de les organiser au départ de Toulouse ou de l'Ariège jusqu'au départ de la randonnée. Me consulter).

A l'inscription : envoi d'un acompte de 30€ par personne au plus tôt pour assurer les réservations.

Pour une meilleure organisation, me préciser les dates de votre séjour le plus rapidement possible.

Stéphane AMIEL - Pedescout - 09700 Saverdun  
05 61 67 54 20 / 06 74 28 46 26  
steph\_amiel@hotmail.com

[www.ariège.com/steph-amiel](http://www.ariège.com/steph-amiel)  
N° Siret : 40984177200034 | N° Urssaf : 09054262  
N° agrément Snam : 82730075473 | N° agrément éducation nationale : 04N139  
N° habilitation tourisme : HA009050001