



Quatre jours d'aventure, dont trois en itinérance avec portage ânier, pour faire le tour du Pic du Midi d'Ossau, qui domine les montagnes et pâturages du Haut Béarn à l'ouest des Pyrénées du haut de ses 2 884m.

A travers ces 3 jours en itinérance, dans le Parc National des Pyrénées et découvrirons les lacs d'Ayous et de Pombie, ainsi que de nombreux paysages à la beauté insoupçonnée. Peut-être aurons-nous la chance de croiser des marmottes, des isards ou divers rapaces et de dormir au-dessus des nuages.

Jusqu'à 18 participants

- 3 à 4 places en Joëlette,
- 1 à 2 places pour des marcheurs handicapés,
- 12 à 14 places pour les personnes valides.

ENCADREMENT

Romain FIGORITO

Accompagnateur en Montagne DE

RANDONNÉE PARTAGÉE

Bivouac en Ossau

Du jeudi 27 au dimanche 30 août 2020

Un séjour à partager entre personnes en situation de handicap physique ou sensoriel et personnes valides

FICHE TECHNIQUE



LES POINTS CLÉS

► **Durée du séjour** : 4 jours – 2 nuits

► **Prix du séjour** *

	Randonneur en Joëlette	Marcheur handicapé	Accompagnant simple	Randonneur Pilote
►	412 €	350 €	185 €	124 €

* Tarif réduit (-25%) : étudiants, bénéficiaires RSA, ASS et minimum vieillesse

► **Nombre minimum** de participants : 10

► **Niveau** : D - 400 à 700m de dénivelé + en moyenne et 5 à 7 heures de marche par jour, auxquelles il convient d'ajouter les arrêts et les pauses repas.

► **Portage** : Portage du matériel collectif et campement par ânes de bât. 3 jours avec portage des affaires individuelles pour les nuits en cabane. Les sacs des personnes en situation de handicap sont fixés à l'arrière des Joëlettes.

► **Hébergement** : Camping à la Ferme et Bivouac

PROGRAMME PREVISIONNEL

L'organisation se réserve le droit de modifier l'objectif ou l'itinéraire pour des raisons de sécurité.

- **Jour 1** : Après un transfert matinal depuis Toulouse, nous irons directement nous mettre en jambe lors d'une randonnée journée dans sur le plateau de Castet. Cette journée sera l'occasion de rencontrer l'association « Petit Pas » qui élève des ânes qui nous fera découvrir la conduite des ânes de bât. Nous dormirons au camping à la ferme à Castet et nous préparons les bagages pour le bivouac durant la soirée.
4 h de marche - 10 km - dénivelé +450 m - niveau AD
- **Jour 2** : Ascension vers le refuge d'Ayous.
Depuis le parking du Lac de Biou Artigues et la préparation du matériel et des ânes de bât nous entamerons cette itinérance par les estives béarnaises en direction du refuge d'Ayous et sa vue imprenable sur la pic du Midi d'Ossau. Bivouac à proximité du refuge.
4 h de marche - 6 km - dénivelé +600 m - niveau AD+
- **Jour 3** : Traversée sud, du Refuge d'Ayous au refuge de Pombie.
Après avoir démonté le camp et chargé les ânes en début de matinée, nous reprendrons notre itinérance parmi les lacs et les estives d'altitude en direction du refuge de Pombie. Cette journée nous fera contourner le Pic du Midi d'Ossau par le sud en traversant l'estive d'Ibech et Lous Quebottes. Bivouac à proximité du refuge de Pombie.
6-7 h de marche - 12 km - dénivelé +750m - niveau D+
- **Jour 4** : Traversée est depuis le Refuge de Pombie jusqu'au lac d'Ayous par le col de Suzon.
Pour ce dernier jour d'itinérance nous contournerons le pic du Midi d'Ossau par son flanc est, avec au programme, l'ascension du col de Suzon et la descente vers le lac d'Ayous pour retrouver le parking de départ de notre itinérance. Après avoir déchargé et dispatché le matériel, nous reprendrons la route en direction de Toulouse, avec une arrivée prévue dans la soirée.
6-7 h de marche - 10 km - dénivelé +450 m/- 1000m - niveau D+

RENDEZ-VOUS :

Les informations sur l'organisation détaillées seront transmises par mail quelques jours avant le départ.

D'une façon générale :

Départ	Pontualité nécessaire et appréciée.	
6h15	Parking de la Maison des Sports , 190 rue Isatis – 31670 Labège. Vous pouvez y laisser votre voiture.	
6h30	Parking PMR de la station de métro Ramonville , terminus ligne B	
Pour les personnes en situation de handicap :	Il est recommandé de faire appel à un prestataire de transport adapté (MOBIBUS ou taxi) ou solliciter un autre participant qui pourrait venir vous chercher. Sur demande , et exceptionnellement, nous pouvons organiser un RDV individualisé. Nous vous recommandons de commander votre transport pour le RDV Labège	
Retour : horaires indicatifs		
20h30	Parking PMR de la station de métro Ramonville (terminus ligne B)	
21h00	Parking Maison des Sports, 190 rue Isatis – 31670 Labège	
Pour les personnes en situation de handicap :	Il est recommandé de fixer rdv à votre « transporteur » pour le RDV Labège.	

TRANSPORT DU GROUPE :

Départ et retour à Toulouse, avec 2 véhicules 9 places UMEN et covoiturage si nécessaire.

REPAS

Ils seront confectionnés par le groupe sous la houlette du responsable de l'activité.

Prévoyez votre pique-nique du 1^{er} jour.

ASSURANCES

Responsabilité Civile incluse, se reporter aux Conditions Générales sur le site internet.

INSCRIPTIONS

Voir la rubrique « Comment s'inscrire sur le site internet »

MATERIEL COLLECTIF FOURNI

Pharmacie de premiers secours, matériel de cuisine complet, tentes collectives et tente mess pour le camping, Joëlettes.

EQUIPEMENT PERSONNEL DES PARTICIPANTS

Une liste spécifique pour ce séjour sera jointe à la Fiche Technique et envoyée par mail aux participants. Votre sac doit être constitué avec soin pour la sécurité et la limitation du portage par les ânes.

Équipement personnel minimum exigé - prêt pour le départ activité

Pour tous :

- Bouteille d'eau 1,5 - 2L
- Veste imperméable avec capuche
- Poncho
- Casquette - Lunettes de soleil Cat. 3 - crème solaire Indice 50
- Gants chauds polaire - Bonnet
- Canif- gobelet - couverts
- Barres de céréales - fruits secs
- Mouchoir - papier toilette

Marcheurs :

- Paire de chaussures de randonnée montantes et étanches
- Chaussettes de randonnée
- Sac de randonnée de 25 à 35L avec armature
- Pull Polaire
- Pantalon de randonnée
- Gants en polaire

Non-Marcheurs :

- Chaussures fermées, étanches et amples
- Chaussettes épaisses
- Sac journée (besace conseillée) 15-20L
- Sac poubelle épais de 100L (protection des pieds)
- Pull Polaire + veste chaude (voir équipement conseillé)
- Pantalon ample et confortable type jogging (pas de jeans)
- Chèche ou châle ou tissu clair (couverture intégrale au soleil)
- Gants polaires (faciles à enfiler ou chaussettes en laine) - Tour de cou
- Pistolet-urinal (pour les Hommes)

Couchage

- Lampe frontale
- Duvet de montagne 3 saisons (+5°C à 0°C) <1.5Kg *
- Drap de sac
- Matelas de sol de rando : à prévoir pour le camping
- Matelas gonflable fourni par UMEN aux personnes en Joëlette

**prêt possible, sur demande, contre 5€ pour frais de nettoyage*

Tente de montagne personnelle*, si vous souhaitez l'emporter, signalez-le (avec modèle et caractéristiques) afin d'adapter au mieux les capacités de couchage.

* utilisation possible en fonction des contraintes d'accompagnement des PMR, de la tarification et des places camping, du portage en bivouac)

Nous ne prenons pas de fauteuil électrique pendant les séjours.

Convivialité :

Faites découvrir au groupe vos spécialités culinaires,

Les boissons apéritives et alcools ne sont pas compris dans le prix du séjour. Elles sont acceptées, avec modération.

Partagez vos idées de jeux pour des soirées animées.

Pour contacter le responsable pendant l'activité : 06 05 07 88 72

UNIVERS MONTAGNE ESPRIT NATURE

UMEN - Maison des Sports – 190 Rue Isatis – 31670 LABÈGE

05 62 24 18 18 - contact@umen.fr - www.umen.fr