



« PÔLE MONTAGNE ET HANDICAP »

Activité co-organisée par :

UMEN - UNIVERS MONTAGNE ESPRIT NATURE

CHM – CASTANET HANDI MONTAGNE

Adresse unique de correspondance :

UMEN - Maison des Sports – 190 Rue Isatis – BP 81908 – 31319 LABEGE Cedex



SÉJOUR RANDONNÉES avec JOËLLETES

LUCHONNAIS - BALCON DE L'ANETO

Vallée de Luchon, d'Oueil, du Larboust...

du samedi 31 juillet au vendredi 6 août 2010

Un séjour à partager entre personnes handicapées physiques, déficientes sensorielles et valides.

FICHE TECHNIQUE



Randonnées en étoile sans portage (sac journée) / couchage en refuge non gardé / bivouac et camping / 7 jours et 6 nuits

A mi-chemin de l'Atlantique et de la Méditerranée, un triangle de vallées (Larboust, Oueil et Luchon) nous accueillera pour ce séjour estival.

Nous allons côtoyer les plus hauts sommets pyrénéens. Entre ambiance de moyenne et haute montagne, nous

bénéficierons d'une vue exceptionnelle sur tous les fameux sommets des « 3000 » du luchonnais : le massif de la Maladetta avec le célèbre **Pic d'Aneto, toit des Pyrénées qui culmine à 3404 mètres.**

Ce séjour panoramique nous permettra de profiter de quelques unes des plus belles vues des Pyrénées tout en étant plongé dans un milieu naturel qui a su conserver son côté sauvage intact.



LES POINTS CLÉS

- * **Les dates** : du 31 juillet au 6 août 2010 – 7 jours et 6 nuits.
- * **Le lieu** : Luchonnais – Vallée de Luchon, vallée d'Oueil, vallée du Larboust...
- * **RDV** : le samedi 31 juillet 2010.
- * **A Toulouse** : à 8h30 devant la sortie du métro de Gramont (terminus ligne A ; au parking handicapés situé devant le fast-food « KFC »).
 - **RDV individualisé possible sur demande uniquement (notamment pour les personnes en situation de handicap).**
 - **RDV directement au départ de la balade (Port de Balès) à 11 h.**
- * **Dispersion** : vendredi 6 août 2010 en fin de matinée ou début d'après-midi - sortie de métro de Gramont, terminus ligne A (nous demander des infos pour vos billets de train retour).
- * **Participants** : jusqu'à 19 participants soit jusqu'à : 3 à 4 places en Joëlette, 2 à 3 places pour personnes handicapées marchantes, et 12 à 14 places pour les accompagnants.

* Niveau :

Randonnées en étoile et sans portage (Vous ne porterez que vos affaires de randonnée pour la journée). Les personnes à besoin physique spécifique ne portent pas de sac (sur les Joëlettes).

Durée de marche : de 5 à 7 heures de marche par jour + les arrêts + les pauses.

Difficulté : Difficile (D) pour tous les participants.

* La participation financière :

Elle comprend les repas, l'hébergement en pension complète, la participation à l'activité, une assurance activité, les déplacements collectifs depuis le lieu de RDV et l'encadrement.

Elle ne comprend pas l'adhésion obligatoire à UMEN pour les non adhérents, l'assurance annulation, la licence à la FFH pour les personnes handicapées, les boissons, les vivres de course et les éventuelles dépenses personnelles.

* L'adhésion à l'association UMEN (ou à l'une de ses antennes) est obligatoire.

* **Inscription** : votre inscription est confirmée dès que votre dossier nous est retourné complet (solde activité intégral correspondant à votre pratique, bulletin d'adhésion rempli avec le solde adhésion, fiche médico-sociale avec les papiers demandés).

Envoyez votre dossier à :

UMEN - Maison des Sports – 190 rue Isatis – BP 81908 – 31319 LABEGE Cedex

Veillez libeller votre chèque à l'ordre d'« UMEN ».

Votre règlement sera encaissé dans la période de 15 jours précédant le départ de l'activité.

* Assurances :

Assurance activités : lors de nos activités, nous vous couvrons automatiquement par notre contrat MAIF RAQVAM Collectivités n°2767233 M. Les garanties couvertes sont la garantie "responsabilité civile - défense", la garantie "dommages aux biens", la garantie "indemnisation des dommages corporels", la garantie "recours - protection juridique" et la garantie "d'assistance".

Assurance annulation voyages : nous vous proposons une assurance annulation voyage avec ELVIA du groupe Mondial Assistance : assurance « Solution Hébergement ». Si vous souhaitez souscrire cette assurance annulation voyage, vous devez le décider lors de votre inscription auprès d'UMEN (le jour même de votre réservation). UMEN peut effectuer les formalités de souscription pour vous. Cette assurance comprend l'annulation, le retard d'avion ou de train, une assistance au voyageur, le dommage aux bagages, la prise en charges de frais médicaux et d'hospitalisation d'urgence à l'étranger, la responsabilité civile, et l'interruption de séjour cf. conditions générales de l'assurance). Forfait : 4% du coût du séjour avec une prime minimum de 17 €.

* **Désistement de votre part** : hors assurance annulation voyages, le remboursement des participations associatives n'est pas envisagé. En cas de désistement, faites-vous remplacer. Car, en plus de la question financière, c'est toute l'équipe Joëlette et la participation des personnes handicapées qui peuvent être remises en question.

* **Encadrement** : Accompagnateur en Montagne UMEN ou un autre accompagnateur.

* **Les hébergements** : prévu en refuge non gardé ou sous tente en bivouac et en camping.

Le refuge non gardé de Saubette (suivant disponibilité) : c'est un refuge forestier de 30 places avec en RDC un espace randonneur (cheminée, tables, bancs) et un espace couchage (2 lits). Les couchages sont situés à l'étage sur une mezzanine accessible par une échelle de meunier (pas accessible aux personnes en fauteuil). Le refuge est équipé d'un WC dans une cabane située à l'extérieur. Les repas peuvent être pris en terrasse.

(ou dans le refuge non gardé du Mont Né et son aire de bivouac (1840 m.) : le refuge est divisé en deux parties, un espace randonneur non gardé (10 à 14 places) et un espace réservé au groupement pastoral. Les couchages, situés à l'étage avec une échelle de meunier, ne sont pas accessibles aux personnes en fauteuil. Pour eux, le couchage s'effectue alors dans la partie située en RDC ou sous tente. Les soirées au refuge nous offrent de superbes couchers et levers de soleil sur la haute chaîne des Pyrénées centrales et l'Aneto.)

Le camping Beauregard : le camping est adapté pour l'accueil des personnes handicapées. 2 cabines de douches et 1 WC adaptés. Situé à la sortie de Luchon, vous bénéficierez de par sa situation des bonheurs de la montagne et des charmes de la ville thermale de Luchon.

* **Les repas** : ils seront confectionnés par le groupe sous la direction du responsable de l'activité.

* **Déplacements** : véhicule 9 places et covoiturage.

LE PROGRAMME prévisionnel

Les itinéraires pourront être modifiés pour des raisons de sécurité, en fonction de la météo et du niveau des participants.

Jour 1 : « du port de Balès au sommet de la Serre Traversière » / transfert jusqu'au port de Balès (1755 m.) / présentation de la Joëlette et randonnée de mise en jambe sur le GR « Tour Oueil-Larboust » / dénivelées +/- 400 m / 13 km / **nuît au refuge forestier non gardé de Saubette.**

Jour 2 : « Mont Né (2147 m.) » / montée au Mont Né par la crête de la Pale puis descente sur le col de Pierrefitte (1855 m.) / incursion jusqu'au lac de Bareille (baignade possible) et retour au refuge / dénivelées +/- 400 m / 8 km / **nuît au refuge forestier non gardé de Saubette.**

Jour 3 : « Du sommet d'Antenac à Saccourvielle » / transfert au port de Balès / randonnée en crête et en descente vers Saccourvielle / cette traversée est l'occasion de découvrir le patrimoine et la vallée d'Oueil. Elle nous offre une organisation spatiale typique des vallées de la haute montagne humaine pyrénéenne, et est aussi un belvédère sur les 3000 du Luchonnais et la Haute Pique / dénivelées +300 m et -900 m / 12 km / **nuît au camping Beauregard.**

Jour 4 : « Tuc du plan de la Serre (1977 m.) » / transfert à l'Hospice de France par Luchon / montée au Plateau de Campsaure (1736 m.) par le chemin Louise / puis ascension du Tuc du Plan de la Serre / dénivelées +/- 350 m / 8 km / **nuît au camping Beauregard.**

Jour 5 : « le circuit des ruines mégalithiques - le Carnac Pyrénéen » / A partir de Benque-Dessus, randonnée Aller/Retour jusqu'au Mail de Soupène - Panorama sur la vallée du Larboust et les 3000 des Pyrénées / dénivelées +/- 400 m / 8 km / **nuît au camping Beauregard.**

Jour 6 : « Entécade (2266 m.) » / transfert navette sur le Plateau de Campsaure (1736 m.) par le chemin Louise / ascension de l'Entécade / dénivelées +700 m / 13 km / **nuît au camping Beauregard.**

Jour 7 : rangement puis transfert à Toulouse métro Balma / Gramont pour une dispersion en fin de matinée ou début d'après-midi.

LES AFFAIRES COLLECTIVES et PERSONNELLES

Attention, cette liste est indicative !

* **Matériel collectif fourni**

Pharmacie de premiers secours, toilettes de camping, couverture de survie, matos de cuisine complet, bien sûr les Joëlettes, et prêt de duvets et chaussures possible sur demande.

* **Matériel personnel à prévoir par les participants : 10 kg max par personne (sauf personnes en Joëlette).**

1/ Alimentation : gros mangeurs prévoir vos vivres de course (barres de céréales...) pour les randonnées.

2/ Randonnées : Sac à dos pour porter vos affaires (journée) / une gourde d'1,5 litre / chaussures de randonnée ayant déjà servi / chaussettes / short et pantalon de marche / tee-shirts / sous-vêtements techniques ou qui tiennent chaud / fourrure polaire ou pull / veste de pluie et coupe-vent (le beau temps n'est pas garanti !) / Crème solaire, stick lèvres et lunettes de soleil par tout temps et toute saison !

3/ Couchage au camping / bivouac :

- Votre duvet : pour votre confort c'est obligatoire sur une semaine.
- Matelas gonflable : fourni aux personnes en Joëlette.
- Votre tente : ceux qui viennent de loin ne sont pas obligés de s'encombrer. UMEN propose 4 tentes de 3 à 6 places dont 3 sont mobilisées pour les personnes en Joëlette et une grande tente cuisine.
- Affaires personnelles pour votre toilette, et pour le soir, une lampe frontale (pour les voyants bien sûr).

4/ Convivialité et divers : faites découvrir vos **petites spécialités et petits apéros...** n'oubliez pas la convivialité collective / papier toilette / bouquin...

5/ Affaires complémentaires

- De l'argent de poche pour vos frais (boissons, soirées, souvenirs...).
- VOS PAPIERS (carte d'identité, carte vitale, **carte européenne d'assurance maladie**, carte groupe sanguin et facteur rhésus, indications médicales...).

6/ Passagers Joëlette : UMEN prend en charge uniquement les fauteuils manuels pliables.

ACCÈS et CARTOGRAPHIE des RANDOS

Routage Internet : www.viamichelin.com

Cartographie IGN : www.ign.fr

• Bagnères-de-Luchon – Lac d'Oô / 1848 OT / TOP 25.

• Luchon – Aure Louron / carte de randonnées n°5 / échelle 1 : 50.000 / carte Rando Editions.

INFORMATIONS PRATIQUES

Secours internationaux : 112

Secours en montagne : PGHM Luchon : 05 61 79 28 36 / CRS Luchon : 05 61 79 83 79

Police municipale - chef de poste Mr RELLA : 05 61 94 68 68

Météo Haute Garonne : 08 92 68 02 31

Groupement Pastoral Campsaure et Couradille :

Jean-François GIMENO – Président – Dom : 05 61 79 78 07 - 06 89 23 26 06

Mairie de Bourg d'Oueil : 05 61 79 60 42

SIVOM de Bourg d'Oueil : 05 61 79 75 47

OT de Luchon : 05 61 79 21 21

Mairie de Luchon : 05 61 94 68 68

Le camping Beauregard - Mr et Mme SANSON - 37 avenue de Vénasque – 31110 Bagnères-de-Luchon. Tel. : 05 61 79 30 74 / Fax. : 05 61 79 04 35

Portable (urgence) : 06 07 27 44 07 / Mail : camp.beauregard@wanadoo.fr

POUR CONTACTER UMEN et vous INSCRIRE



UNIVERS MONTAGNE ESPRIT NATURE

UMEN - Maison des Sports – 190 Rue Isatis – BP 81908 – 31319 LABEGE Cedex

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

Portable activités : 06 05 07 88 72 / Siège : 05 62 89 40 96 / Coordinateur : 06 74 99 26 19

Association à but non lucratif de loi 1901 affiliée à la FFH et à la FFS - agréée Jeunesse et Sports : AS et JEP - Code APE : 9312 Z - N°siret : 438 000 259 00020 - Siège : 40 passage des Marronniers – 31240 SAINT JEAN

Pour contacter les responsables sur l'activité : 06 05 07 88 72

(Ce portable n'est pas actif en dehors des jours d'activités sur le terrain.)

Accompagnateur en Montagne UMEN

ou autre encadrant