

« LACS DU NÉOUVIELLE » (RANDONNÉE-CAMPING)

Pont du Samedi 11 au Mardi 14 juillet 2009 - Itinérant niveau So ▲▲

Organisateur : Pascal BAUD, tél. 01 30 45 29 01 - 06 80 35 51 42 - pascal-baud@wanadoo.fr



Un itinéraire d'altitude dans un des plus beaux paysages des Pyrénées. C'est au cœur de la Bigorre que se situe le Massif du Néouvielle parsemé de nombreux lacs et de sommets dépassant les 3000 m. La randonnée-camping permet de s'affranchir de la contrainte des lieux de refuges ou hôtels avec des étapes mieux découpées.



Lac d'Aumar

Niveau requis : soutenu et ▲▲ (voir définitions sur le site du Caf Idf) ; pour randonneurs-campeurs habitués au portage de leurs effets personnels sur des étapes de 5 à 7 heures effectives de marche par jour sur et hors sentiers montagnards avec passages de névés possibles (altitude 1290 à 2507 m) et accoutumés aux contraintes du bivouac (manque de confort, marche plus longue pour trouver un terrain adapté, intempéries, poids du sac, froid nocturne lié



Pic du Néouvielle

à l'altitude...). Toutefois, en cas de mauvais temps, nous rechercherions la possibilité de nous abriter dans des cabanes (mais elles sont rares). La totalité du trajet est d'environ 50 km, 2600 m de dénivellée montante et autant en descente.

Description du parcours : à titre indicatif, modifiable selon le niveau du groupe, les aléas d'itinéraires et la météorologie. La découpe précise des étapes ainsi que le sens du parcours ne sont pas figés.

- 1^{ère} étape Samedi 11 juillet. 11,5 km D+ 900 m
Arrivée en gare de Lourdes et cars Sncf jusqu'à Barèges où nous prenons le petit-déjeuner dans un bar, début de la randonnée, pont de la Gaubie, remontée du ruisseau de Aygues-Cluses, lac de Coueyla-Gran, recherche d'un lieu sauvage pour l'installation du camp.
- 2^{ème} étape Dimanche 12 juillet. 11 km D+ 850 m D- 780 m
Montée au col de Barèges (2469 m), lac de Gourguet, laquets et lac de Port-Bielh, hourquette de Caderolles (2495 m), lac de la Hourquette, col de Bastanet (2507 m), lacs de Bastan. Installation du camp.
- 3^{ème} étape Lundi 13 juillet. 15 km D+ 850 m D- 790 m
Une journée au cœur du massif : lac de l'Oule, col d'Estoudou (2260 m), lac d'Aumar, hourquette d'Aubert (2498 m), lac de l'Espagnol. Installation du camp.
- 4^{ème} étape Mardi 14 juillet. 12,5 km D- 1030 m
Lac dets Coubous, pont de la Gaubie, Barèges où nous ferons bien une pause dans un bar-glacier (ou selon l'heure, pourquoi pas déjeuner dans une brasserie pour ceux qui le souhaitent) avant de reprendre les cars Sncf pour Lourdes puis le TGV pour Paris.

Inscription : il est recommandé de vous inscrire auprès du secrétariat du CAF Ile-de-France **dès la diffusion de cette fiche** en retournant un bulletin d'inscription et un paiement de 13 € pour les frais administratifs. Ouverture officielle des inscriptions le jeudi 2 avril selon modalités en vigueur. 8 participants environ y compris l'organisateur.

Toutes les dépenses sur place (pauses bistrots, refuge éventuel en cas de mauvais temps, transports, etc) sont à votre charge. Prévenir le secrétariat dès que possible en cas de désistement (pensez aux candidats en liste d'attente).

Pour se rendre sur place : chaque participant est libre de son transport. En train depuis Paris prévoir billet SNCF aller/retour Paris/Barèges (via Lourdes et Pierrefitte-Nestalas) selon détail ci-dessous.

Rendez-vous facultatif vendredi 10 juillet à 22h40 sous le tableau des départs de la salle intérieure à Austerlitz, puis à Lourdes samedi 11 juillet à 07h46.

Rendez-vous officiel à Barèges samedi 11 juillet à 09h15. Dispersion du groupe à Barèges mardi 14 juillet à 15h40.

Horaires SNCF préconisés :

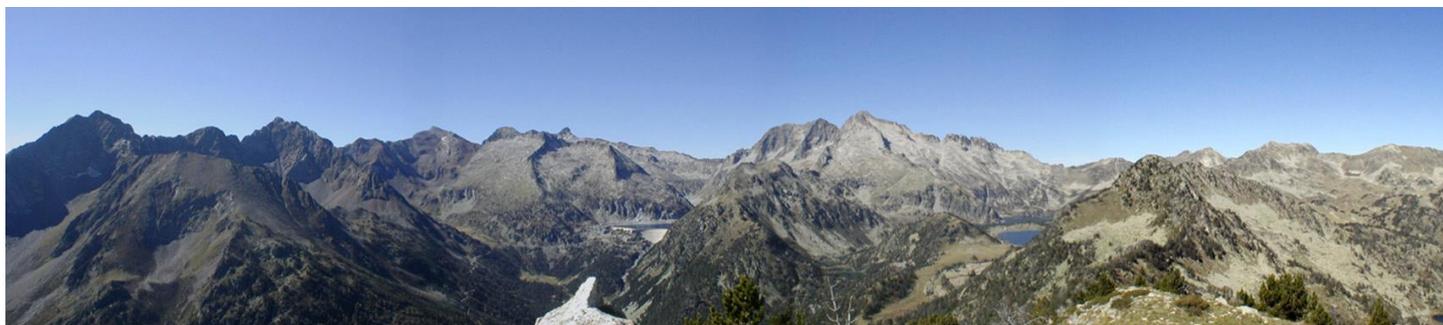
<u>Trajet aller</u> :	Vendredi 10 juillet	
	Paris-Austerlitz	départ 23h10 , train couchettes n° 4055
	Lourdes	arrivée 07h46 (le 11 juillet) / départ 08h10, Car Sncf n° 55665
	Pierrefitte-Nestalas	arrivée 08h40 / départ 08h45, Car Sncf n° 55667
	Barèges	arrivée 09h15
<u>Trajet retour</u> :	Mardi 14 juillet	
	Barèges	départ 15h40 , Car Sncf n° 55680
	Pierrefitte-Nestalas	arrivée 16h10 / départ 16h15, Car Sncf n° 55682
	Lourdes	arrivée 16h50 / départ 17h10, TGV n° 8583
	Paris-Montparnasse	arrivée 23h20

Équipement (liste non exhaustive) : sac à dos de 60 litres environ, bonnes chaussures étanches de marche en montagne, vêtements contre la pluie et le froid, bâtons de marche, guêtres, tente légère, sac de couchage performant, matelas mousse ou autogonflant, réchaud, matériel de cuisine, gourde(s) pour 3 litres, produit purificateur d'eau, lampe (frontale), pharmacie personnelle, protections contre les ampoules et les coups de soleil, votre carte d'adhésion au Caf, de la monnaie pour les petites dépenses (bar, restaurant, ...).

Cartes facultatives : IGN TOP25 n° 1748 OT et 1748 ET ou celle de Rando Éditions au 1:50 000^{ème} « Pyrénées n° 4 - Bigorre ».

Nourriture : prévoyez tous vos repas dès le départ, prenez des aliments lyophilisés et énergétiques si vous voulez limiter le poids. Ne pas compter sur des ravitaillements sur le parcours.

Nota : chaque participant devra être autonome en matériel et nourriture.



N'hésitez pas à me contacter pour tout renseignement complémentaire.

ALLER disponible pour le Vendredi 10/07

Gares de départ et d'arrivée	Horaires	Train(s)	Durée 10h35
PARIS AUSTERLITZ LOURDES	23h10 07h46	 4055	
LOURDES PIERREFITTE NESTALAS	08h10 08h40	Autocar 55665	
PIERREFITTE NESTALAS BAREGES	08h45 09h15	Autocar 55667	

RETOUR disponible pour le Mardi 14/07

Gares de départ et d'arrivée	Horaires	Train(s)	Durée 07h40
BAREGES PIERREFITTE NESTALAS	15h40 16h10	Autocar 55680	
PIERREFITTE NESTALAS LOURDES	16h15 16h50	Autocar 55682	
LOURDES PARIS MONTPARNASSE 1 ET 2	17h10 23h20	 8583	