

# Echappée automnale en Ariège

du samedi 15 octobre 2022 au dimanche 16 octobre 2022

Organisateurs : [Solène Roux, Renaud Thillaye](#)

Niveau : **Soutenu ▲▲**

Avec accord : **Oui**

Itinérant avec portage

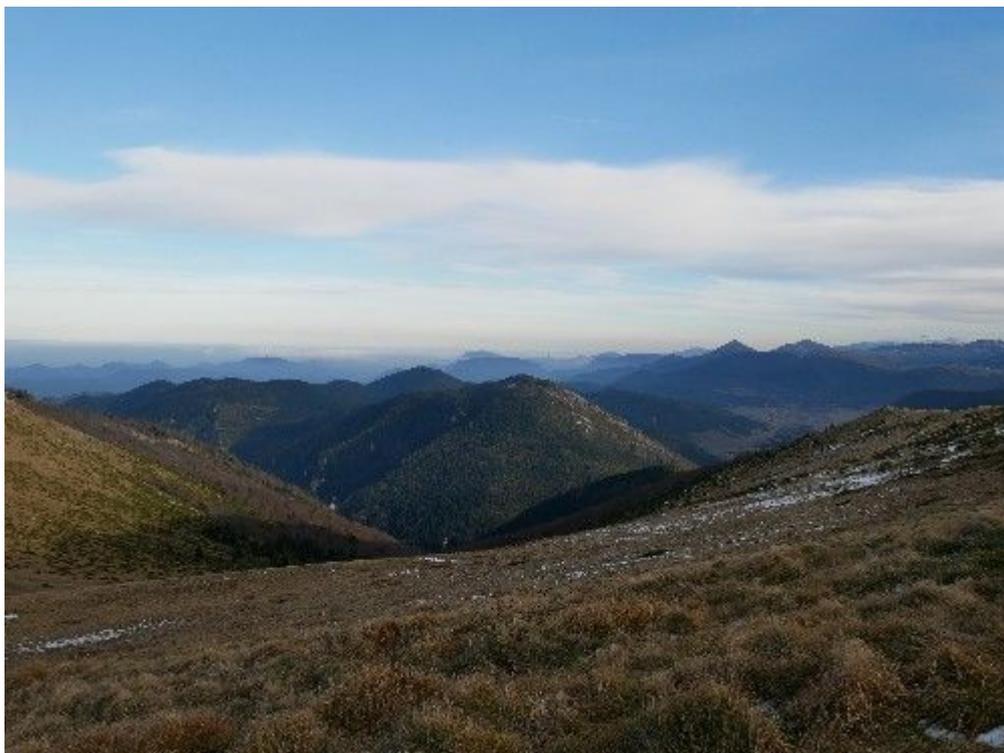
Effectif maximum : **8**

bivouac

Escapade de deux jours dans les Pyrénées ariégeoises par le train de nuit pour profiter des couleurs automnales. Nous parcourons la Montagne de Tabé par les crêtes en bivouaquant à l'Etang d'Appy.

## Niveau et esprit

Sortie sportive et conviviale en Ariège, qui s'adresse aux randonneuses et randonneurs entraînés, appréciant le bivouac ou souhaitant le découvrir.



## Participation aux frais

**35 €**

**Incluant** : le transport en taxi entre la gare de Foix et le point de départ et d'arrivée de la randonnée ainsi que les frais d'organisation (carte).

**N'incluant pas** : les repas et en-cas, le transport depuis/vers Paris.

## Transport

**Aller** : Départ vendredi 14 octobre à 21h14 de PARIS AUSTERLITZ. **RDV à l'entrée du quai à 20h55.**  
Arrivée à 07h26 à FOIX.

**Retour** : Départ dimanche 16 octobre à 21h09 de FOIX. Arrivée à 06h54 à PARIS AUSTERLITZ.

## Hébergement et repas

Hébergement sous tente.

Prévoir l'ensemble des repas et en-cas du week-end, sans possibilité de ravitaillement jusqu'à l'arrivée.

Eau à proximité du lieu de bivouac mais prévoir un système de purification.

## Programme

**J1 : Croquié > lac d'Appy. 15 km +1600m -800m en 8h** de marche effective.

Nous commencerons cette randonnée en forêt pour profiter des belles couleurs d'automne. Après avoir gravi 800m de dénivelé nous rejoindrons le GRP Tour du massif de Tabe pour une 2e partie sur les crêtes. Nous resterons sur cet itinéraire en balcon pour le reste de la journée (entre 1800 et 2000m), profitant ainsi d'une vue dégagée sur les Pyrénées. En fin de journée nous descendrons sur l'étang d'Appy (1740m) pour installer notre bivouac.

**J2 : lac d'Appy > Montségur. 15 km +900m -1600m en 6-7h** de marche effective.

Nous commencerons ce 2e jour par la montée au pic de St Barthélémy (2348m), point culminant de ce parcours. La suite de cette journée s'effectuera en partie sur les crêtes, en partie en forêt. Nous profiterons d'une belle vue sur les montagnes alentour et la citadelle médiévale de Montségur.

*Ce programme indicatif n'est pas contractuel. L'organisateur se réserve le droit de le modifier à tout moment, notamment en fonction des conditions du terrain, d'obstacles imprévus, des transports, du groupe, de la météo et pour toute raison de sécurité. Les participants doivent avoir le niveau physique et technique demandé ainsi que l'entraînement correspondant.*

## Équipement

### Papiers

- Carte CAF, carte d'identité ou passeport valide.

### Marche et portage

- Chaussures de moyenne montagne avec une bonne accroche
- Bâtons vivement recommandés
- Sac à dos de 30 à 40 litres
- Poche à eau ou gourde de 2 litres

### Alimentation

- Pique-niques et en-cas pour deux jours
- Couteau suisse ou équivalent
- Repas du samedi soir
- Possibilité de passer à la boulangerie samedi matin avant de prendre le taxi
- Eau pour la première journée

- Couteau suisse ou équivalent
- Popote, réchaud, couverts, gobelet selon préférences personnelles

### Vêtements

- Vêtements de randonnée de montagne dont pantalon et pull/polaire
- Coupe-vent imperméable et respirant
- Chapeau ou casquette
- Housse de pluie du sac à dos
- Guêtres "stop tout" recommandées
- Bonnet, gants, tour du cou ou écharpe

### Sécurité

- Pharmacie, **pastilles pour purifier l'eau**
- Couverture de survie.
- Chapeau, crème et lunettes de soleil
- Lampe frontale

## Nuitées

- Tente légère de randonnée

- Duvet 0°C et tapis de sol
- Bouchons d'oreille

## Modalités sanitaires

Chacun devra être en mesure de s'aligner sur les règles sanitaires en vigueur au moment de la sortie.

## Inscription

Sauf mention contraire sur la page de la sortie, la demande d'inscription est possible dès maintenant en ligne ou auprès du secrétariat. Elle ne sera effective qu'après réception de vos règlements ou paiements en ligne. Vous devez impérativement effectuer tous les paiements demandés à l'inscription y compris les paiements différés.

Les places seront attribuées à partir du **vendredi 23 septembre 2022** selon les [règles de priorité](#) du club.

Vous pouvez vous faire remplacer ou annuler votre inscription à tout moment avant le début de la sortie, moyennant les frais spécifiés dans les [conditions d'annulation et de remboursement](#). À plus de 30 jours du départ, vous pouvez en outre souscrire une assurance annulation pour couvrir ces frais, à l'exclusion d'une franchise et du montant de cette assurance.