

TRAVERSEE DU PARC NATIONAL DES PYRENEES du 19 au 25 septembre 2010
150km 11400m+/11200m- sur la HRP

Dimanche 19/09 : 14h accueil des stagiaires à Lescun, présentation du stage.

1^{ère} étape Lescun/ ref. Arlet 9 km 1000m+/200m-

Refuge d'Arlet

Discussion autour du repas

Lundi 20/09 : 2^{ème} étape ref. Arlet/ref. Ayous 28.5 km 1870m+/1880m-

Pause casse-croûte au chalet Cadier sur la route du col du Somport

Refuge d'Ayous

Discussion autour du repas

Mardi 21/09 : 3^{ème} étape ref. Ayous/ ref. Larribet 25 km 2370m+/2270m-

Pause casse-croûte à la cabane du caillou de Soques

Refuge Larribet

Discussion autour du repas

Mercredi 22/09 : 4^{ème} étape ref. Larribet/les Oulettes 26.5 km 2200m+/2150m-

Pause casse-croûte au refuge Wallon

Refuge des Oulettes

Discussion autour du repas

Jeudi 23/09 : 5^{ème} étape les Oulettes/ les Espuguettes 27 km 1780m+/1920m-

Pause casse-croûte à Gavarnie

Refuge des Espuguettes

Discussion autour du repas

Vendredi 24/09 : 6^{ème} étape les Espuguettes/ Barroude 26.7km 2200m+/1800m-

Pause casse-croûte à Héas

Refuge de Barroude

Repas de fin de stage bilan de la semaine

Samedi 25/09: Descente sur Arragnouet

Départ navette pour Lescun, arrivée vers 12h30

Fin du stage

Tarif : 650€ sur une base de 6 personnes minimum.

Compris dans le forfait l'hébergement en demi-pension en refuges, les repas pour les déjeuners sous forme de casse-croûte avec une boisson pris dans les refuges sur le trajet de l'étape, le transfert en navette pour le retour à Lescun et l'accompagnement des sorties.

Non compris dans le forfait : les boissons dans les refuges hormis une avec le déjeuner, le repas à l'arrivée à Lescun, les barres, gels ou autres produit énergétique pour les journées de course.

Stage en autonomie, on part avec les affaires pour la semaine comme sur un raid (marathon des sables, Trans Aq, Lybianchallenge...) sac entre 5 et 6 kg, la liste du matériel sera communiquée aux participants