

# NATURA

Randonnées et Aventures



*Le bal des oiseaux*

## *Le bal des oiseaux*

*Au cœur du printemps, les oiseaux s'activent fébrilement à édifier leurs petits « chez-soi » et à élever leurs progénitures. Depuis la Vallée d'Argelès jusqu'aux plateaux d'altitude de Gavarnie, nous vous donnerons quelques clés pour les identifier par l'observation et la reconnaissance de leur chant. En les observant dans leurs milieux, nous découvrirons leurs modes de vie et leurs étonnantes adaptations.*

Jour 1 : Randonnée en fond de vallée d'Argelès. Observation, écoute et recherche d'indices de présence des oiseaux du bord du gave, des forêts de basse altitude, des landes et des bocages.

Jour 2 : Montée au dessus de Gavarnie dans la hêtraie, puis les alpages, face à la grande falaise d'Ossoue ; aux aguets des petits passereaux de montagne mais aussi des grands rapaces.

**Remarque :** Itinéraires susceptibles de modifications en fonction des conditions du milieu et du niveau des participants.

# *Caractéristiques du séjour*

**Type de randonnée :** en étoile sans portage

**Niveau de la randonnée :** facile

**Difficultés particulières :** aucune

**Altitude globale de la randonnée :** 400 à 1900 m

**Dénivelé positif moyen :** 200 m

**Dénivelé maximum :** 450 m

**Durée moyenne des journées :** 3h00

**Nature de l'hébergement :** 1 nuit en gîte d'étape

**Nombre de participants :** 5 à 12 personnes

## *Infos pratiques*

### Dates :

08 et 09 mai

**Prix :** 183 € tout compris

### Sont inclus dans le prix :

- l'encadrement des randonnées par un accompagnateur montagne, diplômé d'Etat;
- les pensions complètes : hébergement, nourriture (petit déjeuner, pique-nique, dîner et vivres de courses);
- le prêt du matériel d'observation (longue-vue, jumelle, loupe);
- les transports locaux à partir des lieux de rendez-vous.

### Sont exclus du prix :

- le trajet jusqu'au lieu de rendez-vous;
- les boissons et dépenses personnelles;
- les assurances assistance-rapatriement-annulation-bagage-interruption (facultatives).

**Rendez-vous :** le samedi à 9h30 en gare de Lourdes

**Dispersion :** Le dimanche vers 18h00 en gare de Lourdes

**Moyens d'accès :** **en voiture :** Nationale 21 jusqu'à Lourdes

**en train :** gare de Lourdes

**en avion :** aéroport de Tarbes-Ossun-Lourdes

**Office de Tourisme de Lourdes :** 05.62.42.77.40

## *Infrastructure*

En cas d'urgence avant le départ, contactez directement *Natura au 05.62.97.99.65.*

Possibilité de se faire appeler pendant le séjour, **en cas d'urgence**, par l'intermédiaire de Natura qui transmettra vos coordonnées.

# *Pour mieux connaître la région*

## **Bibliographie :**

## **Cartographie :**

Cartes Randonnées pyrénéennes au 1/50 000ème, n 3 : Béarn et n 4 : Bigorre

## *Equipement*

**Les chaussures** : Choisissez des chaussures de randonnée confortables avec bonne tenue de cheville (couvrant les malléoles) et pourvues d'une semelle de qualité, crantée et relativement rigide (type vibram). Prévoir aussi pour le soir des nu-pieds ou des tennis en toile légers.

**Le sac à dos** : Le portage étant réduit aux affaires personnelles de la journée et au pique-nique de midi, un sac à dos d'une capacité de 30 à 40 litres (mini 20 l) est le plus adapté. Prenez un sac solide, avec des bretelles matelassées et réglables, un dos à armature souple, une ceinture et un tissu résistant (type cordura).

**L'habillement** : Durant la randonnée veillez à **emporter**.

- |                                      |                                    |
|--------------------------------------|------------------------------------|
| - chapeau;                           | - chaussettes;                     |
| - short;                             | - pull ou fourrure polaire;        |
| - tee-shirts;                        | - veste coupe-vent;                |
| - maillot de bain;                   | - poncho ou cape imperméable;      |
| - pantalon ample (toile ou jogging); | - gants et bonnets (au cas où...). |

Veillez à limiter le reste de vos affaires (vêtement de rechange et de nuit). Elles doivent tenir dans un seul sac de voyage et ne pas dépasser une dizaine de kilos.

**Le couchage** : Le gîte est pourvu de couvertures, un sac de couchage n'est donc pas indispensable (un sac à viande, drap cousu, de même forme est suffisant et plus léger).

## **Le petit matériel :**

- |   |   |
|---|---|
| - une gourde d'au moins 1 litre;                    | - une petite pharmacie personnelle comprenant : |
| - un couteau de poche et une petite cuillère;       | elastoplast large, double peau (type compeed),  |
| - une lampe de poche ou frontale;                   | médicaments personnels et boules quies! ;       |
| - lunettes de soleil, crème solaire, crème labiale; | - jumelles, appareil photo ou camescope selon   |
| - un nécessaire de toilette réduit au maximum;      | vos désirs...                                   |
| - papier toilette;                                  |   |

**Le budget** : Prévoir un budget en euros pour vos boissons et achats personnels.

**Les formalités** : Carte d'identité ou passeport en cours de validité pour les ressortissants de la CEE

Et enfin, une **spécialité régionale** ou collation et de la **bonne humeur** à partager avec le groupe seront toujours les bienvenus !!!

---

**NATURA** 7, chemin de Pouey-Castet 65400 AYROS-ARBOUIX Tél/fax : 05.62.97.99.65

E-mail : [asso@e-natura.com](mailto:asso@e-natura.com) Site internet : <http://e-natura.com>

N°SIRET : 417 910 007 000 18

Association bénéficiaire de l'agrément tourisme APRIAM - AG.073.98.0001

210, rue François Guise – 73000 CHAMBERY