

# Sommets prestigieux du Luchonnais au Pays Basque

**Lieu :** du Luchonnais au Pays Basque en passant par la vallée des Gaves, vallée d'Ossau, vallée de Teña, vallée d'Aspe, Canfranc...

**Durée :** 1 jour ou plus, suivant vos désirs



## **Suggestions d'Est en Ouest :**

Le Campbiel 3157m, Pale de Crabounouse, le Taillon, les Frondella, l'Ariel, l'Infierno, la Peña Telera, la Peña Collarada...et bien d'autres, autant de sommets prestigieux difficiles à réaliser à la journée à cause de la distance et du dénivelé à "enquiller"! L'objectif est de permettre à des bons marcheurs de franchir un "cap" sur des itinéraires plus longs

en gérant leur effort à la montée comme à la descente et réussir leur "Everest".

## **Tarif accompagnateur à la journée :**

- 160€ la journée sur une base de 4 à 6 personnes (au-delà, me consulter) suivant le ou les sommets choisis.

## **Le prix comprend :**

L'encadrement par un Accompagnateur en Montagne, le prêt des bâtons de marche, possibilité de covoiturage.

Le prix ne comprend pas : pique-nique, l'éventuel hébergement en refuge

**Niveau :** bon marcheur

## **Description de la sortie**

Les itinéraires seront définis au fur et à mesure de la saison suivant les conditions météorologiques.

Informations techniques : certains itinéraires peuvent se dérouler en partie hors sentier et nécessitent une pratique régulière d'activités physiques d'endurance, de préférence en montagne.



## La vue sur la Peña Collarada lors de la randonnée à la Pala de Ip



### Informations pratiques :

A partir de 16 ans.

Entre 1000 et 2000m de dénivelés.

### Quelques idées de sommets :

- Gours blancs 3193m (Hautes Garonnes - Hautes Pyrénées)
- Pic Perdiguère 3222m et pic Royo 3123m en boucle (Luchonnais)
- Campbieil 3173m (Hautes Pyrénées)
- Mont Perdu 3355m
- Le Casque 3006m et la Tour 3009m par la brèche de Roland (Gavarnie)
- Pic des Frondellas 3069m (Aragon) en boucle
- Balaitous par la grande diagonale 3144m (Hautes Pyrénées),
- Ariel 2824m (Pyrénées Atlantiques),
- Inferno 3076m/3082m/3073m, (Aragon)
- peña Telera 2764m et Parda 2657m (Aragon)
- peña Collarada 2886m (Aragon)
- punta de la Negras 2459m,
- Pala de Ip 2783m et Moleta 2578 (Aragon)
- ...

La liste n'est pas exhaustive et ne dépend que de vos envies.

### Equipement :

Bonnes chaussures de randonnée montantes, semi-rigide (obligatoire)

Sac à dos 35l au moins avec le pique nique, la boisson

Vêtements adaptés à la randonnée en haute montagne (coupe-vent, polaire...)

Lunettes de soleil, crème solaire, casquette...

