

## Week-ends canyoning en Sierra de Guara avec véhicules personnels

Unique en Europe, totalement inconnu il y a encore vingt ans, ce massif calcaire, composé de plateaux parsemés de villages abandonnés, est entaillé par de profonds canyons qui seront le fil d'Ariane, à la découverte d'une nature exubérante et d'un pays des plus authentique. Le canyoning offre aux uns mille plaisirs ludiques et une approche différente de la montagne (marche, progression dans les chaos, traversée de biefs à la nage, sauts dans des vasques aux eaux cristallines, glissades sur des toboggans, initiation au rappel), aux autres un festival de sensations fortes au rythme des cascades et des grands rappels surplombants, à l'écoute du chant de l'eau et de l'écho dans les plus beaux "spots" de la Sierra de Guara

**2 formules proposées :** - **W-E Découverte** pour tous publics

- **W-E Sportifs** pour les personnes ayant déjà pratiqué le canyoning..

**destination :** Espagne. Sierra de Guara, province de Huesca dans le Haut-Aragon.

**niveau :** facile pour les W-E Découverte, soutenu pour les W-E Sportifs.

**difficultés particulières :** marche alternée sur sentiers et hors sentiers (dans les rios), sauts, nage, techniques du rappel.

**altitude globale du séjour :** entre 700 et 1200 m.

**dénivelé moyen :** 100 à 500 m par jour.

**nature du terrain :** calcaire (canyons).

**portage :** sac à la journée, pique-nique et matériel collectif.

**transport :** véhicules personnels (transport du guide par les participants).

**encadrement :** guide espagnol ou accompagnateur montagne français qualifié canyon. 1 guide pour 6 à 10 participants maximum en Découverte, 4 à 8 pour les WE Sportifs.

**canyons proposés :**

- **Découverte :** Peonera, Peonera supérieure, Barazil, Vero, Mascun inférieur, Balcès, Formiga...

- **Sportifs :** Otin, Mascun, Formiga/Gorgochon, Fondo, Portiacha, Gorgas Negras...

**Votre guide restera seul juge pour adapter le programme de votre séjour en fonction du niveau des eaux, des conditions météorologiques et des capacités physiques des participants...**

### CONDITIONS DE PARTICIPATION

Savoir nager une cinquantaine de mètres en milieu naturel.

Etre en bonne condition physique.

- **Découverte :** 5 à 6 heures de marche/nage par jour. Randonnée facile, mais un minimum de goût de l'effort est souhaité.

- **Sportifs :** Avoir déjà pratiqué le canyoning. De 5 à 11 heures de marche et de nage par jour.

Maîtrise du rappel indispensable.

### UNE JOURNEE TYPE EN SIERRA DE GUARA

**Une fois chacun équipé**, vous partez à pied ou en véhicule avec votre guide pour vous rendre au départ du canyon. Vous emportez le matériel technique, le repas de midi et les vivres de course.

**Après une marche d'approche variable**, chacun s'équipe de son vêtement néoprène et commence alors l'aventure...

**Premier chaos**, sauts dans les cascades, nage dans les défilés et, pourquoi pas quelques rappels sous l'œil vigilant de votre guide.

**Après cette journée** ponctuée de nombreuses haltes et baignades, vous regagnez votre hébergement et disposez alors d'un temps de repos pour vous balader dans le village ou échanger les moments d'émotion autour d'une assiette de tapas.

### ◆ Formule Découverte

#### **2J/1N : 1 jour d'activité**

- J 1** - Accueil au bureau de la Compañia à Rodellar. Découverte libre du site . Installation sur votre lieu d'hébergement et dîner.
- J 2** - Remise du matériel de canyoning et briefing par votre guide.  
Départ pour le canyon vers 10h. Retour à votre hébergement en fin d'après midi et dispersion.

#### **3J/2N : 2 jours d'activité**

- J 1** - Accueil au bureau de la Compañia à Rodellar. Découverte libre du site. Installation sur votre lieu d'hébergement et dîner.
- J 2** - Remise du matériel de canyoning et briefing par votre guide.  
Départ pour le canyon vers 10h. Retour à votre hébergement en fin d'après-midi.
- J 3** -Départ pour le canyon vers 10h. Retour à votre hébergement en fin d'après midi et dispersion.

#### **4J/3N :**

- J1** - Accueil au bureau de la Compañia Rodellar. Découverte libre du site. Installation sur votre lieu d'hébergement et dîner.
- J2** - Remise du matériel de canyoning et briefing par votre guide.  
Départ pour le canyon vers 10h. Retour à votre lieu d'hébergement en fin d'après-midi.
- J3** - Départ pour le canyon vers 10h. Retour à votre hébergement en fin d'après midi.
- J4** - Départ pour le canyon vers 10h. Retour à votre hébergement en fin d'après midi et dispersion.

#### **5J/4N :**

- J 1** - Accueil au bureau de la Compañia à Rodellar. Découverte libre du site. Installation sur votre lieu d'hébergement et dîner.
- J 2** - Remise du matériel de canyoning et briefing par votre guide.  
Départ pour le canyon vers 10h. Retour à votre hébergement en fin d'après-midi.
- J 3** - Départ pour le canyon vers 10h. Retour à votre hébergement en fin d'après midi.
- J 4** - Départ pour le canyon vers 10h. Retour à votre hébergement en fin d'après midi.
- J 5** - Départ pour le canyon vers 10h. Retour à votre hébergement en fin d'après midi et dispersion.

### ◆ Formule Sportifs

#### **3J/2N : 2 jours d'activité**

- J 1** - Accueil à Rodellar Installation sur votre lieu d'hébergement, remise du matériel. Découverte libre du site et dîner.
- J 2** - Départ pour le canyon entre 7 et 9h selon le canyon choisi. Retour à votre hébergement en fin d'après-midi.
- J 3** - Départ pour le canyon entre 7 et 9h. Retour à votre hébergement en fin d'après midi et dispersion.

#### **4J/3N: 3 jours d'activité**

- J 1** - Accueil à Rodellar . Installation sur votre lieu d'hébergement, remise du matériel. Découverte libre du site et dîner.
- J2** - Départ pour le canyon entre 7 et 9h selon le canyon choisi. Retour à votre hébergement en fin d'après-midi.
- J3** - Départ pour le canyon entre 7 et 9h. Retour à votre hébergement en fin d'après-midi.
- J4** - Départ pour le canyon entre 7 et 9h. Retour à votre hébergement en fin d'après midi et dispersion.

#### **5J/4N : 4 jours d'activité**

- J 1** - Accueil à Rodellar . Installation sur votre lieu d'hébergement, remise du matériel. Découverte libre du site et dîner.
- J 2** - Départ pour le canyon entre 7 et 9h selon le canyon choisi. Retour à votre hébergement en fin d'après-midi.
- J 2** - Départ pour le canyon entre 7 et 9h. Retour à votre hébergement en fin d'après-midi.
- J 3** - Départ pour le canyon entre 7 et 9h. Retour à votre hébergement en fin d'après-midi.
- J 4** - Départ pour le canyon entre 7 et 9h. Retour à votre hébergement en fin d'après midi et dispersion.

<b>CLIMAT</b>
---------------

<b>températures</b>	<b>jours</b>	<b>nuits</b>
printemps	25°C	15°C
été	32°C	20°C
automne	25°C	17°C

<b>HEBERGEMENT – REPAS</b>
----------------------------

Depuis notre installation en Sierra de Guara accueillis par les habitants isolés, il y a encore quelques années. Nous avons liés des relations de respect mutuel et souvent d'amitié.

A chaque type de séjour correspond son hébergement, notre choix s'est porté sur la chaleur de l'accueil, la qualité de l'hébergement et de la restauration dans les différents petits villages typiques de la région .

A Las Almunias de Rodellar vous serez logé en refuge, auberge chambre d'hotes ou <appartement hotel>.

A Bierge : Auberge avec chambres d'hôtes et petits dortoirs de 4 à 6 personnes. Hotel\*\*\*uniquement pour séjour à la carte. Alquezar :Uniquement sur demande :refuges, auberges et hôtel\*\* et hôtel\*\*\*. Adahuesca : petite auberge très chaleureuse, chambres de 2 personnes, petits dortoirs pour les enfants. Rodellar :uniquement chambres d'hôtes( nous consulter).

Menus froids mais élaborés à midi, vivres de courses pour la journée. Petit déjeuner et repas sur le lieu d'hébergement.

<b>EQUIPEMENT</b>
-------------------

### HABILLEMENT

- chapeau
- chaussures de type Pataugas pour marcher et aller dans l'eau
- tennis ou chaussure de rechange pour le soir
- maillot de bain
- gants de vaisselle pour prévenir les ampoules et crevasses provoquées par la roche abrasive
- tee-shirt
- pantalons légers
- pull-over ou fourrure polaire
- coupe vent
- short

Il est conseillé aux personnes frileuses de se munir d'un tee-shirt en lycra à enfiler sous la combinaison. Pour votre confort, vous pouvez prévoir des chaussons néoprènes de plongée -sans renfort de semelle- de façon à pouvoir les mettre dans les chaussures.

### PETIT MATERIEL

Lunettes de soleil, cordon pour les lunettes de vue, crème solaire, gourde (1 litre), couteau de poche, lampe de poche ou frontale, pharmacie personnelle, Elastoplast large (5cm x 2,5m) en prévention des ampoules, Compeed, nécessaire de toilette léger, serviette de toilette, appareil photo étanche (les appareils photos jetables étanches conviennent parfaitement), stick à lèvres, aspirine, produit anti- moustique.

Pas de pharmacie à Rodellar.

### COUCHAGE

Sac de couchage léger.

Le site étant un endroit très calme, de nombreuses personnes nous font la demande de dormir à la belle étoile. Si cette perspective vous agrée, prévoir un petit matelas gonflable de type Karimat.

CONDITIONNEMENT DES BAGAGES

Sac de voyage pour la durée du séjour. Pas de valises SVP. Un sac à dos spécial pour le canyoning vous sera fourni par nos soins pour les affaires de la journée.

MATERIEL FOURNI PAR L'AGENCE

Pharmacie collective, matériel technique très adapté (cordes, combinaisons iso-thermiques intégrales, casques, baudriers, bidons étanches et sacs à dos canyon).

<b>INFORMATIONS PRATIQUES</b>
-------------------------------

DATES ET TARIF

Nous consulter

FORMALITES

- ◆ Carte d'identité ou passeport en cours de validité pour les ressortissants de la CEE.
- ◆ Carte Européenne délivrée par la Sécurité sociale sous 10 jours (en cas de problème de santé).
- ◆ Autorisation de sortie de territoire pour les mineurs.

ASSURANCE

Assurance Activité fournie.

Assurance Annulation : en option.

OFFICE DU TOURISME ESPAGNOL

43, rue Decamps 75116 Paris

☎ 01 45 03 82 50

DEVISES

L'Euro.

TELEPHONE

Possibilité d'appeler pendant le séjour du téléphone public

Pas de possibilité de se faire appeler pendant le séjour, sauf en cas d'urgence

MOYEN D'ACCES

- Par l'Ouest :** - Pamplona/Huesca/Angues/Abiego/Bierge/Rodellar.  
ou Pau/Col du Portalet/Huesca/Angues/Abiego/Bierge/Rodellar.  
ou Oloron Ste Marie/Tunnel du Somport/Jaca/Huesca/Angues/Abiego /Bierge/Rodellar.
- Par l'Est :** - Lannemezan/St Lary/Tunnel de Bielsa/Ainsa/Barbastro/Peraltilla/Bierge/Rodellar.  
ou Toulouse/Andorre/Lerida/Barbastro/ Peraltilla/Bierge/Rodellar.  
ou Barcelonne/Lerida/Barbastro/ Peraltilla/Bierge/Rodellar.

<b>POUR MIEUX CONNAITRE LA REGION</b>
---------------------------------------

BIBLIOGRAPHIE & CARTOGRAPHIE

- ◆ Carte Michelin n° 444 au 1/400 000°
- ◆ Mapa Excursionista 2/2 – Parque de la Sierra y los Cañones de Guara zona oriental AU 1/40.000è
- ◆ Guide Visa Espagne
- ◆ Espagne – Guide Bleu – Ed Hachette
- ◆ Descentes de canyons dans le Haut-Aragon – tome I – Edisud – Patrick Gimat
- ◆ Sierras de piedra y agua – Parque de la Sierra y Cañones de Guara, sierras exteriores – Enrique Salamero – Edition Camping Mascún 2002