

DU 16 JUILLET AU 3 AOÛT 2008

DEL 16 DE JULIO AL 3 DE AGOSTO 2008

SUR LES CHEMINS DE **MIDI-PYRÉNÉES / ARAGON**

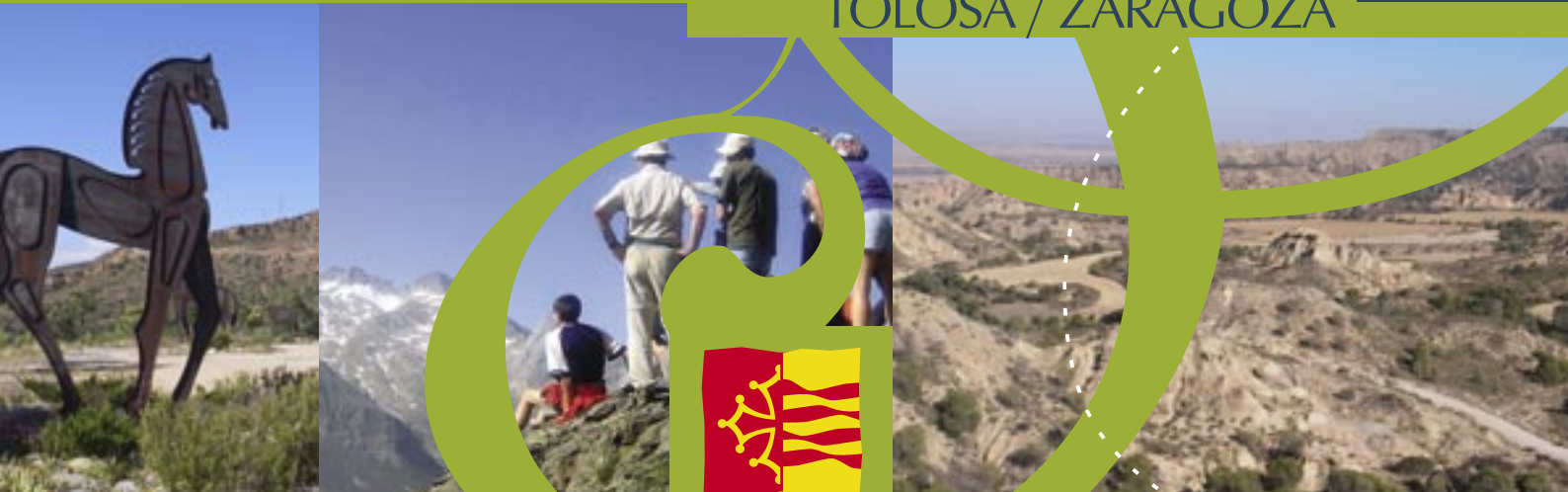
POR LOS CAMINOS DE **MIDI-PIRINEOS / ARAGÓN**



TOULOUSE / SARAGOSSE



TOLOSA / ZARAGOZA



TOULOUSE / SARAGOSSE

La randonnée événement de l'été 2008

Cette randonnée itinérante se déroulera pendant 3 semaines, 17 jours de randonnée sur le principe de 6 jours de randonnée suivis d'un jour de repos. Ce sera une balade exceptionnelle et unique. C'est une idée de vacances à faire entre amis et en famille.

... à la journée... à la carte

L'idée originale de cette randonnée : chacun peut venir cheminer un ou plusieurs jours s'il le veut. Pour les plus aventureux, une, deux et même les trois semaines.

... à Pied... en VTT

Chaque jour, c'est la découverte d'un nouveau territoire. Les parcours de chaque étape pedestre ont été déterminés pour être accessibles à tous les randonneurs adolescents et adultes qui pratiquent très régulièrement la marche, la randonnée et la balade en VTT.

→ **352 km d'itinéraires de Randonnée Pédestre**
739 km de parcours et chemins VTT en 17 étapes



PYRÉNÉES

Randonnée itinérante à pied ou en VTT

Caminata itinerante a pie o en BTT

Des bords de la Garonne aux rives de l'Ebre...

De las orillas del Garona a las riberas del Ebro



Une aventure transfrontalière ...

L'occasion unique de découvrir de superbes paysages de Midi-Pyrénées et d'Aragon.



Venir cheminer en Haute-Garonne sur le GR® 86, entre Toulouse et Bagnères de Luchon, en traversant le Pays Toulousain, le Volvestre et le Comminges. Poursuivre sur le GR® 10 dans les Hautes-Pyrénées sur "la route de l'Aramip" qu'aurait empruntée Robinson Crusoe pour passer la frontière au Col d'Ourdissetou.

En Aragon, découvrir les itinéraires GR® et PR® qui traversent les Comarcas du Sobrarbe, de la Ribagorza, du Somontano, des Monegros et du Campo de Zaragoza pour arriver à Zaragoza en suivant les berges de l'Ebre.



Rendez-vous à Saragosse



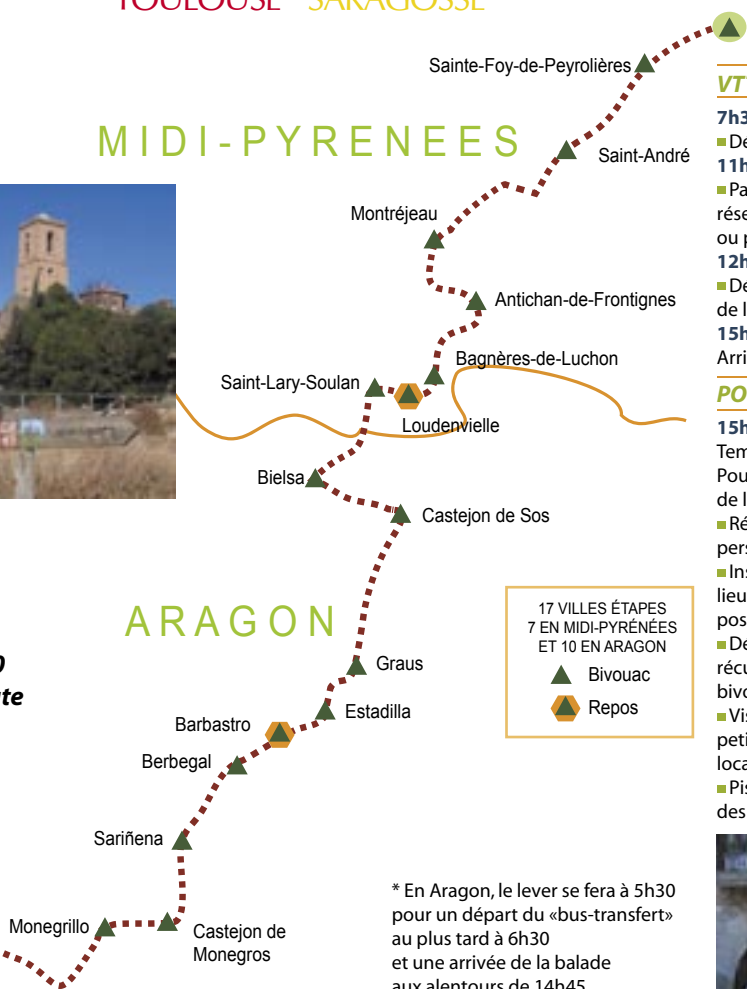
Du 15 juin au 15 septembre se tiendra au cœur de la ville de Saragosse, sur le bord de l'Ebre, l'Exposition Internationale dont le thème est l'EAU. La randonnée TOULOUSE-SARAGOSSE apportera de l'eau de la GARONNE qui sera versée dans celle de l'EBRE. Ce geste symbolique fera le trait d'union entre deux grands fleuves du sud de l'Europe, rapprochant les deux capitales de la région Midi-Pyrénées et celle de l'Aragon.

TOULOUSE SARAGOSSE

TOULOUSE

MIDI-PYRENEES

ARAGON



Programme type d'une journée

Chaque matin, un document de présentation de l'étape du jour sera remis aux participants.

6h00*

- Lever - petit-déjeuner pour tous les participants déjà présents la veille - pliage des tentes
- préparation pour la randonnée du jour - chargement des bagages.
- Accueil des nouveaux participants - petit-déjeuner - chargement des bagages.

* En Aragon, le lever se fera à 5h30 pour un départ du «bus-transfert» au plus tard à 6h30 et une arrivée de la balade aux alentours de 14h45.

PÉDESTRES

7h00

- Départ du «bus-transfert» qui amènera les participants au lieu du départ.
- 7h40**
- Départ de la balade accompagnée par les animateurs brevetés des associations du CDRP 31 qui ont repéré l'itinéraire - distance 21 km en moyenne.
- 11h - 11h30**
- Pause casse-croûte réservé le matin et livré ou pique-nique tiré du sac.
- 12h15**
- Départ pour la seconde partie du parcours plus courte que la première.
- 15h30**
- Arrivée à la ville étape du soir.

VTT

7h30

- Départ du bivouac.
- 11h30**
- Pause midi : casse-croûte réservé le matin et livré ou pique-nique tiré du sac.
- 12h30**
- Départ pour le parcours de l'après-midi.
- 15h30**
- Arrivée à la ville étape du soir.

POUR TOUS

15h00 à 19h :

- Temps libre ou/et sieste
- Pour ceux qui utilisent les services de l'organisation :
- Récupération de leurs affaires personnelles transportées.
- Installation de leur tente sur le lieu du bivouac - douches selon les possibilités locales - repas et soirée.
- Départ de la navette pour récupérer le véhicule laissé au bivouac du matin.
- Visite éventuelle de la ville étape, petits achats dans les commerces locaux.
- Piscine possible dans la plupart des villes étapes.



19h00 Réception officielle :

- la ville étape accueille les participants.
- 20h00 à 22h30**
- Repas des randonneurs (réservés auprès de l'organisation le matin et servis par le traiteur de la randonnée ou confectionnés par les participants).
- 22h30**
- Soirée veillée au bivouac autour d'un feu de camp (dans les villes où il est possible d'en faire) et certains soirs, animation réalisée et mise en place par la ville étape.





Le calendrier étape par étape

Veille du départ «Soirée au bivouac»

Mardi 15 juillet 2008 Fin d'après-midi, réception officielle au bivouac qui sera implanté dans la roseraie de la Grande Plaine (à côté de la Cité de l'Espace) Soirée animation-repas en présence des participants, des partenaires et des médias invités. (Projet d'une visite de la Cité de l'Espace).

➔ 1^{ère} semaine «Sur les traces du GR®86 et du GR®10»

Du mercredi 16 juillet au lundi 21 juillet 2008 : 5 étapes en Haute-Garonne ; 1 étape et 1 journée de repos dans les Hautes-Pyrénées

Les distances ont été établies par GPS ou par logiciels : Géorando Carto exploreur Memory-map.

ÉTAPE	JOURS	POINTS DE DÉPART ET DISTANCES				
		DEPART PÉDESTRE	km	DEPART VTT	km	ARRIVEES
1	Mercredi 16	Fontenilles - Saint Flour	22,5	Toulouse	55,5	Sainte-Foy-de-Peyrolières
2	Jeudi 17	Casties-Labrande	22,5	Sainte-Foy-de-Peyrolières	56,5	Saint-André
3	Vendredi 18	Maison forestière de Cardeilhac	22	Saint-André	65	Montréjeau
4	Samedi 19	Thermes de Barbazan	22,5	Montréjeau	41	Antichan-de-Frontignes
5	Dimanche 20	Burgalays	18	Antichan-de-Frontignes	43	Bagnères-de-Luchon
6	Lundi 21	Oô	13,5	Bagnères-de-Luchon	23	Loudenvielle - Balnéa
7	Mardi 22	JOURNÉE DE REPOS Loudenvielle - Balnéa				

➔ 2^{ème} semaine «La route de l'Aramip sur les traces de Robinson Crusoe»

Du mercredi 23 juillet au lundi 28 juillet 2008 : 1 étape dans les Hautes-Pyrénées ; 1 étape passage des Hautes Pyrénées en Sobrarbe ; 1 étape dans le Sobrarbe ; 2 étapes dans la Ribagorza ; 2 étapes et 1 journée de repos dans le Somontano.

ÉTAPE	JOURS	POINTS DE DÉPART ET DISTANCES				
		DEPART PÉDESTRE	km	DEPART VTT	km	ARRIVEES
8	Mercredi 23	Loudenvielle - Balnéa	14	Loudenvielle - Balnéa	17	Saint-Lary-Soulan
9	Jeudi 24	Parking Fredançon Pt d'Ourdissetou	25,5	Saint-Lary-Soulan	38,5	Bielsa
10	Vendredi 25	San Juan de Plan	26	Bielsa	48	Castejon de Sos
11	Samedi 26	Troncedo	26,5	Castejon de Sos	79,5	Graus (Fiesta de la Longaniza)
12	Dimanche 27	Olvena	20	Graus	34	Estadilla
13	Lundi 28	Enate	20	Estadilla	25	Barbastro
14	Mardi 29	JOURNÉE DE REPOS Barbastro				

➔ La 3^{ème} semaine «Les sentiers découvertes du Somontano et de la Sierra de los Monegros»

Du mercredi 30 juillet au lundi 4 août 2008 : 1 étape dans le Somontano ; 3 étapes dans Los Monegros ; 1 étape dans le campo de Zaragoza.

Arrivée à Saragosse avec les participants de la FAM (Federacion Aragonesa de Montanismo)

La distance des itinéraires ainsi que les horaires estimés pourraient être adaptés en fonction des conditions météo particulières et des participants

ÉTAPE	JOURS	POINTS DE DÉPART ET DISTANCES				
		DEPART PÉDESTRE	km	DEPART VTT	km	ARRIVEES
15	Mercredi 30	Ponzano	20	Barbastro	37	Berbegal
16	Jeudi 31	Campo de San-Juan	22	Berbegal	34	Sariñena
17	Vendredi 1 ^{er}	Albalatillo	21	Sariñena	40	Castejon de Monegros
18	Samedi 2	Corral de Miramon	20	Castejon de Monegros	42	Monegrillo
19	Dimanche 3	Utebo	16	Monegrillo	60	Saragosse
20	Lundi 4 août	VISITE OFFICIELLE au Pavillon FRANCE JOURNÉE LIBRE découverte de Saragosse et (ou) visite de l'Exposition Internationale				
21	Mardi 5 août	RETOUR Saragosse - Toulouse, le retour en bus (sur réservation)				

Le principe de cette randonnée itinérante

Chaque randonneur vient marcher ou pédaler autant de jours ou de semaines qu'il le souhaite.

Une journée comprend le petit-déjeuner, la randonnée, l'emplacement d'une tente, l'utilisation des installations mises à notre disposition et la présence à la soirée veillée au bivouac.

Il est possible que le participant arrive la veille au soir pour être déjà sur place pour le départ du lendemain: Il disposera d'un emplacement pour planter sa tente et passer la nuit au bivouac. Il pourra participer à la veillée d'animation.

S'il souhaite partager le repas du soir de son arrivée, il devra le réserver un jour avant.

CHAQUE MATIN,

■ Pour les pédestres :

Un bus amènera les participants du bivouac au point de départ de l'itinéraire. Ils se déplaceront en groupes accompagnés. Chaque étape pédestre représente une distance moyenne de 20 Km par jour, elle a été reconnue par les accompagnateurs qui mèneront la balade, des arrêts sont prévus. En France une halte pour la pause repas midi, en Aragon le départ se fera très tôt, vers 6h30, la restauration se déroulera à l'arrivée au bivouac.

■ Pour les VTT :

Les participants partiront du lieu du bivouac pour rejoindre celui de la ville étape du jour, la première partie de l'itinéraire se fera sur routes et chemins faciles, la seconde partie correspondra au même itinéraire que celui des pédestres.

Les VTT se déplaceront en groupe, chaque participant est autonome et solidaire de tous les autres. Chaque participant doit savoir réparer son VTT. Le port du casque est obligatoire, un téléphone mobile est recommandé.

L'arrivée au bivouac,

Tous les participants rejoindront la ville bivouac du soir où ils pourront accéder à un emplacement pour planter leur tente ou mettre un véhicule ; sur quelques étapes, en Aragon, les douches seront froides et quelques fois un lieu couvert pour l'hébergement pourra être proposé. (Salle des fêtes, gymnase, réfectoire d'école...)

TOULOUSE / SARAGOSSE

TOLOSA / ZARAGOZA



Les participants

Un bon état de santé est nécessaire, la durée des balades est en fonction des terrains et des dénivelés, la moyenne journalière sera de 7 à 8h00 avec les pauses.

Pour les participants à pied, il est recommandé d'être équipé d'excellente paire de chaussures de randonnée et de vêtements légers d'été (une liste-type est à disposition au Comité).

Pour les participants en VTT, la pratique régulière est indispensable, un casque, un excellent vélo bien équipé, du petit matériel d'entretien et de réparation sont recommandés. Il est bien sûr indispensable d'être équipé de vêtements d'été adaptés.

Papiers : ne pas oublier une pièce d'identité et la carte de la sécurité sociale européenne - une tente et du matériel personnel de camping et un instrument de musique pour les veillées.

Les conditions d'inscription des participants

L'inscription par jour et par personne est de 5 euros pour les randonneurs pédestres et VTT non - licenciés à la FFR. (pour les VTT une licence - assurance d'une fédération cycliste est obligatoire). L'inscription par jour et par personne est de 3 euros pour les randonneurs pédestres licenciés de la Fédération Française de Randonnée Pédestre.

Une logistique importante permettra à chaque participant de profiter des Services Confort Complémentaires : il s'agit de faire transporter ses bagages, d'aller récupérer son véhicule laissé au bivouac du matin ainsi que de réserver le casse-croûte de midi et le repas chaud du soir. Places disponibles dans le bus de retour Zaragoza / Toulouse limitées.



TOULOUSE SARAGOSSE

RENSEIGNEMENTS

CDRP31 : 5 port St-Sauveur 31000 Toulouse
Tel 05 34 31 58 31

Toutes les infos sur le site

<http://toulouse.saragossa.free.fr>

Contacts mail

France : cdrp31@free.fr

Espagne : toulouse-zaragoza@fam.es



Il est recommandé de se pré-inscrire, le nombre de participants par jour est limité.

TOULOUSE / SARAGOSSE

TOLOSA / ZARAGOZA



Les Services Confort Complémentaires pour randonner tranquille

→ Le portage des bagages et des affaires personnelles (tente - sac à dos)

Les affaires du randonneur pédestre et VTT seront transportées depuis le bivouac du matin jusqu'à celui de l'étape du soir. Participation : 5 euros / personne / jour.

→ Un minibus navette pour récupérer son véhicule laissé sur le lieu de départ du matin

Les randonneurs devront réserver, le matin*, une place dans le minibus qui les conduira au parking du départ de l'étape pour récupérer leur véhicule avec ou sans caravane ou leur camping car. Participation 5 euros / personne / jour.

→ Le casse-croûte de midi. Chaque participant pourra le réserver le matin* au départ de l'étape.

Il sera soit remis au départ ou livré à midi. Cette restauration est préparée par le traiteur de la randonnée qui sera présent chaque jour. Participation : 7 euros.

→ Le repas chaud du soir au bivouac. Chaque participant pourra le réserver le matin* avant le départ de l'étape.

Cette restauration est préparée par le traiteur de la randonnée, c'est le moment de détente de convivialité à partager avec les participants, les organisateurs, les invités et les habitants de la ville étape. Participation : 12 euros.

→ Le retour bus vers Toulouse le mardi 5 août (places limitées). Participation 35 Euros

* au plus tard. Il est recommandé de réserver la veille et lors de l'inscription.



Les partenaires associés



QU'ES ACOM Communication - design 05 62 00 84 99

Ne pas jeter sur la voie publique

Bulletin d'inscription TOULOUSE SARAGOSSE

Je m'inscris à la randonnée à pied en VTT

Nom Prénom

Né(e) le Profession

Adresse

Code postal Ville

Tel / Mobile Mail

Merci de cocher les dates de présence en Juillet : 16 17 18 19 20 21 22 repos

23 24 25 26 27 28 29 repos 30 31 / et en Août : 1 2 3

Participation 5€ par jour / Pour les adhérents FFR 3€ par jour

N° Licence FFR :

JE PARTICIPE POUR	NB. JOURS	TARIF U.	TOTAL
<input type="checkbox"/> 1 JOUR		3€ ou 5€	
Date			
<input type="checkbox"/> OU PLUSIEURS JOURS		3€ ou X 5€	
Dates			
JE SOUHAITE UTILISER	NB. JOURS	TARIF U.	TOTAL
<input type="checkbox"/> La navette transfert		X 5€	
<input type="checkbox"/> Le portage d'un bagage		X 5€	
<input type="checkbox"/> Le casse-croûte (midi)		X 7€	
<input type="checkbox"/> Le repas du randonneur		X 12€	
<input type="checkbox"/> Le retour en bus / 5 août		X 35€	
<input type="checkbox"/> L'emplacement d'une tente		GRATUIT	
MONTANT TOTAL DE MA PARTICIPATION			



Réglement à l'ordre du CDRP31
5 port St-Sauveur 31000 Toulouse

