



RANDO • CANYON SPÉLÉO & CIE

*Planviengutz
en Vath d'Aussau*

BIENVENUS EN VALLÉE D'OSSAU



www.caminam.fr

Pour toutes les randonnées et sorties, prévoir : Sac à dos deux bretelles, chaussures de randonnées (de préférence), vêtements chauds, veste coupe-vent, gourde 1 litre minimum, casquette, pique-nique personnel, curiosité !

LES RANDOS CAMINAM



ARREGA'NUUIT : LA MONTAGNE DE NUIT

RANDO CONTE | **MARDI ET JEUDI / SOIR** | **NIVEAU MOYEN**

Partir en montagne avec un accompagnateur en montagne conteur en fin de journée et oser s'aventurer dans un nouvel environnement. Déguster des produits et des saveurs du pays en écoutant des contes autour d'un feu de bois. Nous redescendrons de nuit, lampe frontale sur la tête, les étoiles en guise de plafond.

INFOS PRATIQUES À partir de 12 ans

18H devant le chalet de l'Hermine, retour aux voitures vers 23h. Le prix comprend le repas du soir (apéro jurançon, grillades, fromage de brebis, pain) et les contes. (possibilité de mise à disposition de lampes pour la descente)

ADULTES : 36€ | **JEUNES (DE 12 À 16 ANS) : 30€** | **FAMILLES 2 ADULTES + 2 JEUNES : 120€**

TRIBU 4 PERSONNES : 135€ + 30€ PAR PERS. SUPP.



BOSC'A JOCS : LES JOUETS DE LA FORÊT

RANDO | **LUNDI ET MERCREDI / DEMI-JOURNÉE** | **NIVEAU FACILE**

Découvrir ou re-découvrir en famille des gestes simples comme fabriquer des cabanes, sifflets, bâtons de marche ou arcs. Ecouter les histoires qui accompagnent ces gestes si anciens et si modernes à la fois. Prendre le temps d'être dehors et fabriquer des choses simples, ensemble.

INFOS PRATIQUES Bénou **le lundi** - RDV à 13h15 à la mairie de Bielle (parking boulangerie Laloubère). Retour aux véhicules vers 17h. Siala **le mercredi** - RDV à 13h30 devant l'Office de Tourisme de Gourette. Retour aux véhicules vers 17h.

ADULTES : 20€ | **ENFANTS : 15€** | **FAMILLE 2 ADULTES + 2 ENFANTS : 60€**



LA CUCA : LE COUP DE TÊTE

RANDO | **JEUDI / JOURNÉE** | **NIVEAU SPORTIF**

Se laisser surprendre à marcher sur des sentiers dont vous ne soupçonniez pas l'existence. Vous venez d'un peu plus loin ou d'à côté et vous voulez savoir ce qu'il y a derrière le Pic ? Et bien... vous arrivez au point de rendez-vous et laissez vous embarquer vers une découverte à la journée !

INFOS PRATIQUES *Rendez-vous à 8h30 à Laruns (Rue du Port - Boulangerie Chatron). Retour vers 17h. Prévoir de monter avec votre véhicule + Pique-nique*
Une randonnée de 700 à 1000m de dénivelé positif.

ADULTES 30€ | **JEUNES 25€** | **FAMILLE 2 ADULTES + 2 JEUNES : 100€** | **TRIBU 4 PERSONNES : 110€**



LES RANDOS EN ÉDITION LIMITÉE

TRAVERSÉE DES CONTREBANDIERS

RANDO | **MERCREDI 21 JUILLET ET MERCREDI 18 AOÛT / JOURNÉE** | **NIVEAU SPORTIF**

Vivez le temps d'une journée sur les traces des Contrebandiers et découvrez la vie montagnarde de ce secteur... profiter de tous les atouts, de la beauté et de l'histoire de la vie montagnarde de notre territoire frontalier au cours d'une même journée qui sera Sportive, Sécurisée, Touristique, Pittoresque, Patrimoniale, Typique et Conviviale...

INFOS PRATIQUES *Dates uniques : mercredi 21 juillet et mercredi 18 août*

Rendez-vous à Fabrèges - Départ du petit train d'Artouste

Réservation auprès de l'Office de Tourisme de Laruns - 05 59 05 31 41

TARIF UNIQUE : 65€/PERSONNE



D'UN SOMMET A L'AUTRE

RANDO | **DÉGUSTATION** | **MERCREDI 14 JUILLET ET SAMEDI 28 AOÛT / SOIRÉE** | **NIVEAU FACILE**

Une balade qui vous mènera sur le chemin des sens. Un coucher de soleil pour la vue, une dégustation des vins de Jurançon accompagnés de fromage et de charcuterie du coin pour le goût. L'ouïe ne sera pas en reste avec un partage de passions par un vigneron et votre accompagnateur vous fera découvrir le lieu et fera glisser un conte, si simple et si riche !

INFOS PRATIQUES À partir de 10 ans

Dates uniques : Mercredi 14 Juillet avec Sébastien Coustarret du Domaine Coustarret
Samedi 28 Août avec Sébastien Montesquiou du Domaine Montesquiou. RDV à 18h à la Chapelle du Houndas (entrée du Plateau du Benou) - Déplacement en voiture jusqu'au Col de Marie-Blanche - Retour aux véhicules vers 22h / 22h30.
Prévoir son pique-nique. Un verre à pied offert.

ADULTES : 35€ | **JEUNES (10 À 16 ANS) : 30€** | **FAMILLE 2 ADULTES + 2 JEUNES : 130€**

TRIBU 4 PERSONNES : 130€ + 30€ PAR PERS. SUPP.



LES SORTIES D'ANNIE

Les réservations se font directement auprès d'Annie :

Téléphone : 06 80 70 00 09

Mail : annie.beaudeant@gmail.com



LES BERGÈRES DE MAGNABAIGT

RANDO | **MARDI ET VENDREDI / DEMI JOURNÉE** | **NIVEAU FACILE**

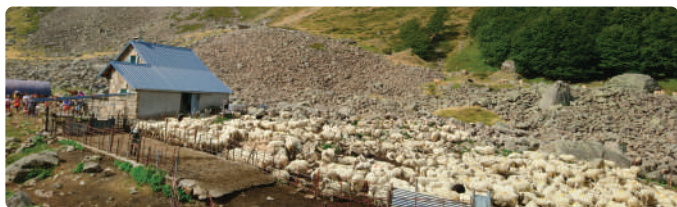
Nous assisterons à la traite des brebis, à la fabrication du fromage, au repas des cochons et à l'envoi du troupeau sur les estives. Les Bergères nous parleront de leur métier et nous feront déguster leur fromage accompagné d'un verre de Jurançon.

INFOS PRATIQUES 8h45 Parking du Lac de Bious-Artigues. (Terminus)

Retour prévu à 13h. À partir de 6 ans. Dénivellation : 300 mètres environ.

TARIF UNIQUE : 17€/PERSONNE | **FAMILLE 2 ADULTES + 2 JEUNES (-16ANS) : 60 €**

ENGAGEMENT : 150 €



INITIATION ET PERFECTIONNEMENT À LA MARCHE NORDIQUE

MARCHE NORDIQUE | **MARDI ET VENDREDI / 1H30** | **NIVEAU TRÈS FACILE**

C'est une activité de maintien en forme ludique et technique qui se pratique en plein air, par tous les temps. Elle consiste à marcher en s'aidant des bâtons. Chaque séance tonifie l'organisme et produit un effet salutaire sur le système cardiovasculaire.

INFOS PRATIQUES À partir de 7 ans. Rdv à 15 h au lac de Bious-Artigues, à la hauteur des chevaux et de la Buvette du Lac de Bious-Artigues. (Terminus)

TARIF UNIQUE : 15€/PERSONNE | **FAMILLE 2 ADULTES + 2 JEUNES (JUSQU'À 16 ANS) : 50 €**

ENGAGEMENT : 130 €

BALADE CONTÉE

BALADE PÉDESTRE | **MARDI ET VENDREDI / 1H30 (NOMBREUX ARRÊTS)** | **NIVEAU TRÈS FACILE**

Les Pyrénées sont riches de légendes... Savez-vous qu'en Vallée d'Ossau, le Pic du Midi d'Ossau est affectueusement appelé Jean-Pierre ? Une légende que je vous conterai.

INFOS PRATIQUES À partir de 5 ans. Rdv à 18 h 30 au lac de Bious-Artigues, à la hauteur des chevaux et de la Buvette du Lac de Bious-Artigues. (Terminus)

TARIF UNIQUE : 15€/PERSONNE | **FAMILLE 2 ADULTES + 2 JEUNES (JUSQU'À 16 ANS) : 50 €**

ENGAGEMENT : 130 €



PREMIERS PAS EN MONTAGNE

RANDO PÉDESTRE | **LUNDI ET MERCREDI / DEMI-JOURNÉE** | **NIVEAU TRÈS FACILE**

Comme le menu du marché, suggéré dans certains restaurants, Annie vous mènera selon son humeur et ses envies sur un site d'exception, dans le Site de Gourette/Aubisque (lundi), dans le Secteur du Parc National des Pyrénées ou le Piémont (mercredi).

INFOS PRATIQUES À partir de 6 ans.

Lundi : Rdv à 9h à Laruns (Boulangerie Chatron) ou 9h30 Office de Tourisme de Gourette, pour le matin. 14h Office de Tourisme de Gourette, l'après-midi.

Mercredi : Rdv à 8h ou 14 heures à Laruns (Boulangerie Chatron)

TARIF UNIQUE : 17€/PERSONNE | **FAMILLE 2 ADULTES + 2 JEUNES (-16ANS) : 60 €**

ENGAGEMENT : 150 €



CANYON & SPÉLÉO

Gorges et grottes : deux mondes magiques cachés aux yeux de tous et que nous vous proposons de vous faire découvrir. Tantôt les pieds dans l'eau sur le fil de la rivière, tantôt sous terre au pays des chauve-souris, osez l'aventure.

DÉCOUVERTE DU CANYONING

CANYONING | TOUS LES JOURS / DEMI-JOURNÉE OU JOURNÉE | **TOUT PUBLIC**

Entre amis ou en famille, pour découvrir ou redécouvrir le canyoning. Les descentes proposées sont ludiques : toboggans, sauts (facultatifs) de la marche et de l'initiation au rappel.

DEMI-JOURNÉE : 45€/40€* | **JOURNÉE 65€/60€***

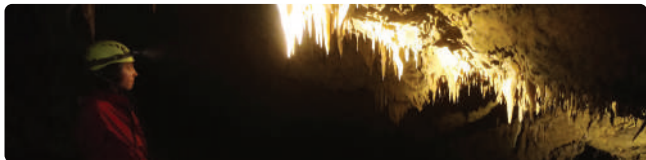


DÉCOUVERTE DE LA SPÉLÉOLOGIE

SPÉLÉOLOGIE | TOUS LES JOURS / DEMI-JOURNÉE | **TOUT PUBLIC**

Partons ensemble à la découverte du monde souterrain et de ses mystères. Sensations et dépassement assurés pour cette activité d'initiation facile dans une des magnifiques grottes de la Vallée d'Ossau.

DEMI-JOURNÉE : 45€/40€*

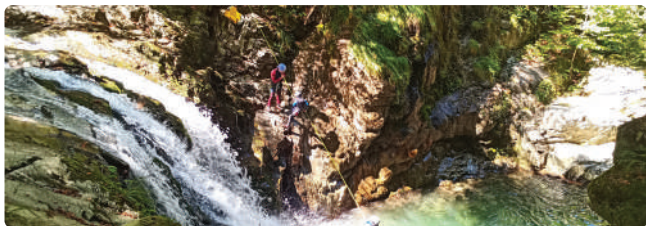


D'UNE PIERRE DEUX COUPS

CANYONING ET SPÉLÉOLOGIE | TOUS LES JOURS / JOURNÉE | **INITIATION SPORTIVE**

Deux canyons ? Ou une grotte et un canyon ? Ou deux grottes ? Formule pour ceux qui veulent profiter de leur temps au maximum. Deux activités d'initiation sportive sur la journée.

JOURNÉE 70€/65€*



GROTTE DES EAUX-CHAUDES

SPÉLÉOLOGIE TOUS LES JOURS / JOURNÉE INITIATION SPORTIVE

Objectif de la journée : explorer la Grotte des Eaux Chaudes, une cavité connue et recon- nue depuis des siècles par les naturalistes et voyageurs grâce aux grandes dimensions de ses galeries. Initiation à la progression sur cordes, rappels, courtes escalades, chaos de blocs : une bonne condition physique ou un minimum d'endurance est souhaitable.

JOURNÉE 70€/65€*



* Tarifs réduits pour les enfants de 8 à 16 ans, les groupes à partir de 5 personnes et les familles de 2 adultes + 2 enfants.

Pour les canyons ou la spéléo : Combinaisons, baudriers et matériel technique fournis. Sorties possibles tous les jours de la semaine et assurées à partir de 4 personnes. Pour la pratique du canyon il est indispensable de savoir nager. Prévenir en cas d'antécédents médicaux.

VOS ACCOMPAGNATEURS



ANNIE BEAUDÉANT

ACCOMPAGNATRICE EN MONTAGNE, MARCHE NORDIQUE ET CONTEUSE



DAVID BORDES

ACCOMPAGNATEUR EN MONTAGNE ET CONTEUR



MILLÁN IBAÑEZ

ACCOMPAGNATEUR EN MONTAGNE, CANYON, SPÉLÉO ET GARDIEN DE REFUGE



ÉMILIE MOURA

ACCOMPAGNATRICE EN MONTAGNE ET GARDIENNE DE REFUGE



PIERRE VIDAL

ACCOMPAGNATEUR EN MONTAGNE ET CONTEUR



CAMINAM

RANDO, CANYON, SPÉLÉO & CIE

CONTACTS, INFOS ET RESERVATIONS

Téléphone : 06 47 50 17 21

Mail : caminamossau@gmail.com

Site internet : www.caminam.fr

(possibilité de réservation en ligne)

Règlement : Chèques vacances, chèques ou espèces

.....
Pour les sorties avec Annie

Téléphone : 06 80 70 00 09

Adresse mail : annie.beaudeant@gmail.com

NOS PARTENAIRES



À DÉCOUVRIR ÉGALEMENT

LES BALADES TRANSHUMANCES ET REPAS FERMIER DE LA FAMILLE POMMIÉS



www.transhumance.net

LES SÉJOURS INSOLITES

www.rando-anes-ossau.com

CET HIVER, VENEZ DÉCOUVRIR LES RAQUETTES EN VALLÉE D'OSSAU

www.caminam.fr

**CET HIVER, VENEZ DÉCOUVRIR LES NUITS INSOLITES EN IGLOOS OU TIPIS DES NEIGES,
GRANDES TYROLIENNES, BAIN NORDIQUE, ENTERREMENT DE VIE DE JEUNE FILLE/GARÇON**

www.laventurenordique.fr