

” Dossier de presse 2018 “



Table des matières

BIENVENUE AU VAL D'ARAN	3
Situation et Fiche Technique	3
Comment rejoindre le Val d'Aran	4
NOUVEAUTES VAL D'ARAN 2018	6
Le Val d'Aran élargit ses propositions de randonnée pour la saison 2018	6
Un nouveau Centre d'Interprétation de la Nature et un refuge de montagne à l'ARTIGA DE LIN	6
Nouveaux sentiers de randonnée thématique au Val d'Aran	6
Accès au Pic de Montludé (2518 m)	7
Courses de randonnée et vélo de haute montagne	7
Val d'Aran Walking Festival	7
Hèstes deth Huec - Fêtes du Feu - de Les et Arties	7
RAISONS DE VENIR AU VAL D'ARAN TOUT AU LONG DE L'ANNÉE	8
LA MONTAGNE ET L'EAU OMNIPRÉSENTE POUR DES POSSIBILITÉS D'ACTIVITÉS ILLIMITÉES	8
La randonnée pédestre et le nordic walking	8
Le VTT et cyclotourisme	10
Les sports d'hiver et la station de ski de Baqueira Beret	11
Le rafting sur la Garonne et autres activités pour des vacances actives au Val d'Aran	12
Observation de la faune et la flore du Val d'Aran	13
* Park de faune Aran Park, en Bossòst.	13
La pêche, une des activités les plus anciennes qui se pratiquent au Val d'Aran	13
Le Val d'Aran : première destination de montagne certifiée « Biosphere »	13
UN PATRIMOINE ÉTONNANT POUR CE TERRITOIRE TRANSFRONTALIER	14
LA GASTRONOMIE, L'AMBIANCE CHALEUREUSE & SHOPPING	15
LE THERMALISME & LE BIEN-ÊTRE	16
LES ACTIVITÉS À FAIRE EN FAMILLE	16
DES HÉBERGEMENTS POUR TOUS LES GOÛTES	17
UNE DESTINATION DE CHOIX POUR LES VOYAGES D'ENTREPRISE ET SÉMINAIRES	17
CERTIFICATION « DESTINATION DE TOURISME SPORTIF »	18
ÉVÉNEMENTS 2018	19
PRÉPARER SON SÉJOUR AU VAL D'ARAN	21
Agences de voyage réceptives aranaises	21
Sites Web, Réseaux Sociaux, Brochures et Guides	21
ANNEXE	22
Carte du Val d'Aran	22

BIENVENUE AU VAL D'ARAN



Saviez-vous que la Garonne prend sa source en Espagne et plus particulièrement au Val d'Arnan? Saviez-vous que le Val d'Arnan dispose de 4 entrées au Parc National d'Aigüestortes et Lac Sant-Maurici, l'unique parc national de Catalogne? Saviez-vous que la meilleure station de ski des Pyrénées se trouve au Val d'Arnan et s'appelle Baqueira Beret ?

Le Val d'Arnan est un petit territoire de haute montagne d'une superficie de 633,46 km², qui se trouve au nord-ouest de la Catalogne en plein centre des Pyrénées et sur lequel 30% du territoire est situé à plus de 2.000 mètres. Depuis la Haute-Garonne, c'est la porte d'entrée vers la Catalogne et l'Espagne. A 2 heures de Toulouse et de Pau.

Unique vallée des Pyrénées espagnols tournée vers l'Atlantique, sa situation et son relief favorisent l'existence d'un climat, d'une faune, d'une flore et de paysages variés et singuliers. Le Val d'Arnan a su conserver au fil des siècles son histoire, sa langue et sa culture.

Dans cette vallée, un large panel d'activités en plein air : randonnée à pied, à vélo ou à cheval pour tous les niveaux, activités aquatiques sur la Garonne, escalade, observation de la faune et de la flore, pêche... et de nombreux sites de loisirs pour répondre à toutes les demandes, des petits comme des grands !

En hiver, sa situation privilégiée, la qualité de sa neige et de son offre touristique ont fait du Val d'Arnan l'une des destinations touristiques des Pyrénées les plus prisées, avec la meilleure station de ski des Pyrénées « Baqueira Beret », ses activités neige (avec entre autres l'Héli-Ski, les excursions en chiens de traîneaux, motoneige et raquettes...) et son offre après-ski de qualité.

Lieu emblématique des Pyrénées, l'identité culturelle forte et unique du Val d'Arnan est visible partout : des villages conservés au fil des siècles racontent l'histoire de la région, « l'aranais » comme langue identitaire, des traditions millénaires, une cuisine occitane et de nombreuses spécialités gastronomiques à découvrir. Son art de vivre et son histoire sont également contés dans les musées et les fêtes traditionnelles.

Le Val d'Arnan invite également au repos avec ses hébergements variés et de qualité : hôtels 4 et 5 étoiles, petits hôtels de charme, deux Paradors de Tourisme, chambres d'hôte, campings, refuges de haute montagne et auberges de jeunesse. Les eaux thermales qui jaillissent de différentes parties du Val d'Arnan où se trouvent les centres thermaux, sont ajoutés pour la détente dans un environnement convivial et chaleureux



Fiche technique

- Habitants:** 10.295 habitants
- Communes:** 33
- Capitale:** Vielha (980 m d'altitude)
- Superficie:** 633.6 km² (30% du territoire se trouve à plus de 2.000 m d'altitude)
- Hauteur maximale:** 3.010 m Molières
- Langues officielles:** aranais, catalan et espagnol
- Offre hébergements touristiques:** Plus de 14.000 places



Comment rejoindre le Val d'Aran

PAR LA ROUTE

4 accès:

- De l'Espagne: Tunnel de Vielha N-230.
Port de Bonaigua.
- De la France : Pont du Roi N-230.
Col de Portillon N-141.

Depuis les principales villes d'Espagne:

- Barcelone – 313 km Autoroute A-2 Balaguer; C-53 (C233) – Alfarràs; N-230 - Tunnel de Vielha.
- Girona – 387 km Axe transversal C-55. Autoroute A-2 Balaguer; C-53 (C233) – Alfarràs; N-230 - Tunnel de Vielha.
- Tarragona - 270 km N-340A. T-11. N-241. Autoroute A-27. N-240. Autoroute AP-2. N-230/C-13 en traversant la ville de Lleida en direction N-230 Alfarràs - Tunnel de Vielha.
- La Seu d'Urgell – 124 km N-260. C-13. C-28 – Port de Bonaigua (en traversant la ville de Sort)
- Madrid – 571 km Autoroute A-2. Autoroute AP-2. Autoroute A-2 Balaguer; C-53 (C233) – Alfarràs; N-230 - Tunnel de Vielha.
- Saint Sébastien – 307 km GI-40. GI-20. Autoroutes AP-8, A-63 y A-64 Montréjeau. D-825. D-33. N-125 Saint-Beat. N-230 – Pont du Roi.
- Bilbao – 404 km Autoroute A-8. Autoroutes AP-8, A-63 y A-64 Montréjeau. D-825. D-33. N-125 Saint-Beat. N-230 – Pont du Roi.

Depuis les principales villes de France:

- Toulouse – 162 km Autoroute A-620/E-80. Autoroute A-64 Montréjeau. D-825. D-33. N-125 Saint-Beat. N-230 – Pont du Roi.
- Bordeaux – 361 km Autoroute A-631, A-630, A-62, A-65 y A-64 Montréjeau. D-825. D-33. N-125 Saint-Beat. N-230 – Pont du Roi.
- Bayonne – 257 km D-52. D-1. Autoroute A-64 Montréjeau. D-825. D-33. N-125 Saint-Beat. N-230 – Pont du Roi.
- Montpellier – 398 km Autoroutes A-9, A-61, A-620 y A-64 Montréjeau. D-825. D-33. N-125 Saint-Beat. N-230 – Pont du Roi.
- Paris – 835 km Autoroutes A-6A, A-6B, A-10, A-71, A-20, A-62 y A-64 Montréjeau. D-825. D-33. N-125 Saint-Beat. N-230 – Pont du Roi.

EN AUTOBUS

- Barcelona Gare routière Barcelone Nord / Lleida Gare routière – Vielha. Compagnie de transport ALSA www.alsa.es
- Saint-Gaudens Gare SNCF – Les: EPTR – Arc en Ciel
Compagnie de transport EPTR
Les – Vielha: Ligne autobus Val d'Aran
Compagnie de transport ALSA www.alsa.es

PAR LE TRAIN

- Lleida – Pirineus: AVE (161 km)
Compagnie de transport RENFE www.renfe.es
- Montréjeau: SNCF (60 km)
Compagnie de transport SNCF www.sncf.com
- Saint-Gaudens: SNCF (68 km)
Compagnie de transport SNCF www.sncf.com



PAR LES AIRS

Aéroport les plus proches en l'Espagne:

- Barcelone: 310 km
- Zaragoza: 260 km
- Saint Sébastien: 308 km
- Alguaire – Lleida Pirineus: 145 km www.aena.es

Aéroports les plus proches en France:

- Toulouse: 165 km
- Tarbes: 115 km
- Pau: 157 km www.aeroport.fr

Héliport du Val d'Aran situé à Vielha.

- Entreprise TAFF - www.tafhelicopters.com



Lacs de Colomers



NOUVEAUTES VAL D'ARAN 2018

Le Val d'Aran élargit ses propositions de randonnée pour la saison 2018

Un nouveau Centre d'Interprétation de la Nature et un refuge de montagne à l'ARTIGA DE LIN

Au cours de l'été 2018, seront inaugurés le Centre d'Interprétation de la Nature ainsi que le nouveau refuge de montagne de l'Artiga de Lin.

Cet ambitieux projet s'ajoute aux "Uelhs deth Joeu" (les Yeux du Diable ou de Jupiter), un des lieux les plus spectaculaires de toutes les Pyrénées, à l'Artiga de Lin, et qui est visité chaque année par des milliers de personnes au Val d'Aran. Au delà de sa valeur paysagère, ce site des "Uelhs deth Joeu" a eu dans le passé, en raison de son emplacement stratégique entre la France et l'Aragon, une importance vitale pour beaucoup de personnes. Cet itinéraire fut utilisé pendant des années pour des échanges commerciaux et, à certains moments de l'Histoire, emprunté par des personnes qui fuyaient les guerres et les barbaries à la recherche d'un avenir meilleur.

Depuis 2015, l'itinéraire au départ de l'Artiga de Lin et culminant avec l'ascension de l'Aneto a été balisé et fait l'objet de publicité. Il s'agit d'un itinéraire plus long que l'ascension habituelle de l'Aneto depuis la Reclusa. Il nous conduit par le Port de Toro (2236 m) jusqu'au Pla d'Aigualluts, et de là, à travers une longue ascension, jusqu'au glacier de l'Aneto puis au sommet (3404 m). Finalement, au printemps sera aussi inauguré le nouveau refuge de montagne de l'Artiga de Lin qui permettra aux "montagnards" d'accéder plus facilement à tous les beaux sommets.

www.visitvaldaran.com

Nouveaux sentiers de randonnée thématique au Val d'Aran

Le Val d'Aran élargit ses propositions d'itinéraires thématiques par étapes pour les familles et les personnes avec peu d'expérience en montagne. Avec cet objectif, l'entreprise Camins a créé 2 nouvelles propositions d'itinéraires de randonnée, le "TOUR DE L'ANETO" et "LES SOURCES DE LA GARONNE" lesquelles s'adaptent bien à ce public. Le premier itinéraire fait connaître un des plus beaux sites du Val d'Aran et un des meilleurs belvédères du massif de l'Aneto-Maladeta. L'itinéraire, d'une durée de 3 jours avec des étapes de 5 heures maximum, permet de disposer de plus de temps libre, et propose ainsi d'autres activités complémentaires en lien avec la culture, la nature, le shopping ou le sport. D'autre part, la source de La Garonne, comme c'est le cas d'autres fleuves importants, a donné lieu à travers le temps à différentes interprétations, fruit des traditions et des connaissances de l'homme. La proposition "Les Sources de la Garonne" est un parcours à pied traversant les CAMINS VIUS, afin de faire connaître les 3 espaces considérés comme la source de ce fleuve. Il a pour origine le Val d'Aran et se jette dans l'Océan Atlantique à quelques 600 km en passant par la ville de Bordeaux.

www.camins.net

L'entreprise Exciting Events a également créé un nouveau produit touristique ARAN TOURS & TREK. Cette proposition est destinée aux randonneurs qui ont déjà l'expérience des chemins de montagne. Elle peut se réaliser tant en été qu'en hiver en skis de randonnée ou en raquettes. Selon vos disponibilités, l'itinéraire peut se faire entre 3 et 7 étapes. Pendant le parcours, les randonneurs traversent 3 parcs naturels. Parmi les itinéraires de ARAN TOURS & TREK, il existe la possibilité de tours guidés de pêche accompagnés par des professionnels fournissant le matériel spécifique.

www.arantoursandtrek.com

www.excitingevents.es



Accès au Pic de Montludé (2518 m)

Pour renforcer le positionnement du Val d'Aran comme territoire de haute montagne, on a procédé à l'aménagement de la route du Pic de Montludé (2518m), partant des villages de Les, Bossòst, Canejan, Arres et Vilamòs.

www.visitvaldaran.com

Courses de randonnée et vélo de haute montagne

Lorsque la neige disparaît du paysage du Val d'Aran, les sentiers et routes du territoire deviennent le décor idéal pour de nombreuses compétitions de montagne. Avec le **Trail Vielha-Molières 3010**, le Val d'Aran consolide sa position de destination de montagne pour l'organisation de courses de vélo ou de trail running. Ce marathon du Val d'Aran comprend 5 sommets de plus de 2000 m, parmi lesquels le Pic Molières qui avec ses 3010m est considéré comme « le toit » du Val d'Aran. Parmi les autres épreuves sportives, la Pedals de Foc Non Stop MTB Ultramarathon se démarque en organisant cette année sa 13^e édition. En 2017, ce fut le premier **Championnat d'Europe de VTT Ultramarathon**, dans lequel ont participé 800 cyclistes, en suivant l'itinéraire de la mythique Pedals de Foc. D'autres compétitions sont aussi organisées au Val d'Aran : le Trail Carlac, Ultra Trail Naut Aran, Corsa e Caminada des 15 Pòbles, Era Nocturna de Vielha ou La Vertical d'Aran.

www.visitvaldaran.com

Val d'Aran Walking Festival

Le Val d'Aran, destination idyllique pour les amateurs de randonnée, organise pendant la semaine du 1 au 8 juillet des itinéraires guidés sur l'ensemble du territoire aranais. Il s'agit d'une opportunité unique pour connaître ce paradis de la randonnée et découvrir, selon des itinéraires, les coins les plus emblématiques du Val d'Aran.

Trois excursions quotidiennes seront organisées, selon différents niveaux de difficulté afin que les participants puissent choisir celle qui les intéresse le plus. Au total 18 excursions, en lien avec la nature et le patrimoine, permettent de visiter les villages, les espaces de vallées comme l'Artiga de Lin ou Aiguamòg et les zones de montagne comme les Lacs de Colomèrs. Des visites guidées sont programmées ainsi que d'autres actions complémentaires.

www.camins.net

Hèstes deth Huec - Fêtes du Feu - de Les et Arties

Pour mieux se plonger dans les traditions ancestrales du Val d'Aran, il faut connaître les danses et les fêtes populaires enracinées dans la vie rurale de ses habitants. Comme exemples de ces traditions ancestrales, on peut citer les Fêtes de **Haro de Les et du Taro d'Arties** la nuit du 23 juin avec la mise à feu d'un tronc de sapin pour commémorer comme autrefois le solstice d'été et demander la purification des terres. Malgré les années, cette tradition nous est parvenue s'est maintenue quasiment intacte, nous rappelant ainsi la vie dans les vallées au cours des siècles derniers. Aujourd'hui, il s'agit de fêtes remplies de feu, de couleurs, de danses et de traditions. Elles ont été déclarées **Patrimoine Culturel Immatériel de l'Humanité par l'UNESCO en 2015**. A partir de 2018, le **Centre d'Interprétation des Hèstes deth Huec - Fêtes du Feu** nous permettra également de connaître et vivre toute l'année ces traditions comme elles se perpétuent aujourd'hui.

www.visitvaldaran.com



RAISONS DE VENIR AU VAL D'ARAN TOUT AU LONG DE L'ANNÉE

La montagne et l'eau omniprésente pour des possibilités d'activités illimitées

Des sommets de plus de 3.000 mètres, plus de 200 lacs, les 3 entrées au Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici, la source de la Garonne et la Rivière de Noguera Pallaresa et ses eaux thermals, font du Val d'Aran un paradis naturel unique. Parmi ces lacs, le lac de Mar ou le Tort de Riu sont considérés comme les plus grands des Pyrénées espagnols. Au printemps, les mille et une cascades, les fleuves Garonne et Noguera Pallaresa dont le débit des cours d'eaux s'amplifie, l'eau est omniprésente. Les forêts de sapins, de pins, de hêtres, de noyers, de bouleaux et bien entendu de chênes sont magnifiques, surtout au printemps lorsque les cerisiers sauvages fleurissent dans la vallée.

En raison de son caractère exceptionnel, le Val d'Aran propose un large éventail de possibilités pour tous ceux qui aiment les activités de plein air, des espaces ouverts, des sports et bien-être. D'une promenade tranquille et réparatrice à un défi extrême, le Val d'Aran a adapté son offre touristique pour répondre aux attentes de tous. Un large éventail d'activités permet de vivre des moments mémorables, qu'importe le moment de l'année et le temps qu'il y fait. Les sportifs amateurs et passionnés y trouveront des installations et des produits d'exception.

La randonnée pédestre et le nordic walking

Au fil des sentiers, le randonneur découvre une région unique, remplie d'espaces vierges, d'une beauté captivante et d'une grande valeur naturelle. Pour tous les amoureux de la nature, les possibilités sont immenses.

Le Val d'Aran se trouve au beau milieu des deux sentiers de grande randonnée transpyrénéens, le **GR11** qui passe par la partie catalane et par le sud de l'Aran et le **GR10** qui passe par la France, et le GR211 qui fait le tour du Val d'Aran. D'autres sentiers de petite randonnée (**PR,s**) et multitudes d'itinéraires viennent compléter ce réseau d'itinéraires de montagne. On y trouve ainsi **plus de 300 km d'itinéraires planifiés, aménagés et balisés avec des niveaux de difficulté variés**, adaptés à tous les âges et à tous les goûts pour des balades en famille ou entre amis.

Parmi les nombreux itinéraires proposés, quelques-uns se distinguent comme l'incontournable **balade au Sanctuaire de Montgarri**, le village abandonné à 7 km du Pla de Beret, l'itinéraire des **7 lacs de Colomers**, le circuit **dans le cœur de Toran** ou celui à **Artiga de Lin qui permet d'atteindre la source du ruisseau Uelhs deth Joeu, un des principaux affluents de la Garonne**.

Depuis le Val d'Aran, le randonneur peut accéder au Parc National d'Aigüestortes et Lac Sant-Maurici par les Vallées spectaculaires de Aiguamòg, Valarties, Conangles et Saboredó. Des sentiers balisés et équipés de refuges permettent des ascensions de tous niveaux allant jusqu'à la conquête de pics de haute montagne de plus de 3.000 m d'altitude, comme Besiberri Nord (3.014 m), le Gran Tuc de Colomers (2.933 m) ou le Montarto (2.833 m).

A l'extérieur du Parc National, l'accès au Pic de Molières (3.010 m), à la limite de l'Aragon, permet d'apercevoir le célèbre Pic d'Aneto à l'horizon.

Des circuits thématiques et itinérants de plusieurs jours sont également **proposés et organisés par des professionnels** de la vallée. Ceux-ci permettent de profiter de la nature sauvage dans toute sa splendeur et de connaître les recoins encore méconnus du territoire.



Information et réservation :

GRANDS ITINÉRAIRES

Camin Reiau

www.caminreiau.cat

Une traversée par les sentiers primitifs, lesquels servaient de moyen de communication entre les différents villages du Val d'Aran, utilisés auparavant par les romains. Distance totale : 150 Km. Dénivelé cumulé : 12.000 m

Carros de Foc

www.carrosdefoc.com

Une traversée circulaire en plusieurs étapes étant donnée la grandeur du Parc National d'Aigüestortes et Lac de Sant Maurici. Hébergement dans les refuges de montagne du Parc National. Distance totale : 55 km. Dénivelé cumulé : 9.200 m

Cuatro cumbres, cuatro lenguas

www.camins.net

Ce circuit permet d'accéder aux 4 sommets les plus emblématiques et d'avoir de fantastiques points de vue sur les zones environnantes. Chacun des 4 territoires a sa propre langue, sa propre culture et sa propre histoire. Distance totale : 50 Km. Dénivelé cumulé : 4.472 m

Encantats

www.andandosinequipaje.com

Un itinéraire pédestre vous propose de parcourir le Parc National à travers le Val d'Aran, le Pallars Sobira et l'Alta Ribagorça par les chemins historiques qui traversent les plus belles zones du Parc. Parcours circulaire de 5 étapes qui commence et s'achève à Vielha. Distance totale : 92 km. Dénivelé cumulé : 9.068m.

Camins Vius

www.caminsvius.com

Tour à pied dans le Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici avec une distance de 238 km et 11.200 m de dénivellation positif. À faire en 5, 7 et 9 étapes et aussi en sections.

ITINÉRAIRES SLOW TREK

Mirador del Aneto

www.tourdelaneto.com/miradordelaneto

Trajet sur la frontière du Val d'Aran et Luchon Vallée en 3 étapes, avec 38 km de distance et 3.177 m de dénivelé cumulé.

Pass'Aran

www.passaran.com

Une traversée transfrontalière (Couserans – Val d'Aran) de haute montagne. L'itinéraire suit le GR-10 et le GR-211 et se réalise en 5 étapes. Hébergement en refuges et gîtes. Distance totale : 64 km. Total dénivellation: 10.205 m

Setau Sagèth

www.setausageth.com

Ce parcours à travers l'histoire du Val d'Aran se fait en 5 étapes et passe par les villages, les rivières, les montagnes et le GR-211. Hébergement en hôtels, refuges et auberges. Distance totale : 103 km. Dénivelé cumulé : 9.480 m

Via Calda

www.andandosinequipaje.com

Une combinaison parfaite de la randonnée pédestre et de la découverte des sources thermales, qui offrent séjours à hôtels avec forfaits de service inclus. Route avec itinéraire linéaire de 88 km. et 4.445 m de dénivellation en 5 étapes.

Le Tour de l'Aneto

www.tourdelaneto.com - www.camins.es

Le Tour de l'Aneto, est un itinéraire de randonnée de 115 km en 6 étapes, vous fera traverser 5 vallées et franchir 6 cols de montagne du Val d'Aran, de France, d'Aragon et de Catalogne (dénivelé cumulé de 11.332 m). L'itinéraire se fait sans portage, avec hébergement en hôtels ou chambres d'hôte, et service de transport de bagage entre chaque étape.

El Gran Bucle

www.andandosinequipaje.com

Itinéraire qui reliant Setau Sagèth avec Encantats, considéré parmi les 20 meilleurs treks en Europe. Parcours de 140 km avec 12.880 m de dénivellation en 7 étapes.

Las Fuentes del Garona

www.caminsvius.com/fons-del-garona/

Tour pour rencontrer les trois lieux de naissance de la rivière de la Garonne: Beret, Lacs de Saboredó et Artiga de Lin, en 4 étapes avec une distance de 35 km et 2.485m de dénivellation.



Le VTT et cyclotourisme

De par son caractère itinérant, le vélo permet de pénétrer au cœur de la vallée avec une perspective bien différente de celle de la randonnée pédestre. Des plaines, des ascensions, des chemins tortueux ou un simple obstacle donnent souvent lieu à de bonnes histoires à raconter.

Le **Centre VTT du Val d'Aran** invite à parcourir **les 30 itinéraires VTT sur un total de 400 km, créés pour tous les niveaux de difficulté, d'une promenade modeste et évocatrice à un parcours plus escarpé**. Il existe des **parcours en boucle clairement signalisés**, qui permettent d'arriver au même point de départ. Dans le cas des autres itinéraires linéaires, des possibilités de transport public ou de taxi sont offertes pour accéder à chaque départ de circuit ou en revenir.

Le Point d'information VTT situé à Vielha est un passage obligé pour tous les vététistes et cyclotouristes. En plus des informations et des conseils sur les parcours, le Point VTT propose la location de vélos et en assure la réparation.

Le circuit **DH Val d'Aran Mountain Park** et **DH EnduRomies** dans le forêt de Baricauba et la montagne de Montromies sont destinés aux professionnels du VTT. Ces spectaculaires circuits se composent de modules, passerelles en bois et sauts. L'accès est libre, mais il est recommandé d'être accompagné de professionnels, lesquels seront de bons conseils sur le matériel et le guidage.

Par ailleurs, pendant les mois d'été, la **descente en VTT par la piste Blanhiblar (Naut Aran)**, située au Pla de Beret avec un accès par le télésiège de Blanhibar, invite à une expérience pleine d'émotions.

Aussi, en Pla de Beret il y a un **circuit VTT de compétition** gratuit et ouvert à tous les amateurs. Une distance de 5 km à une altitude moyenne de 1.855m, avec une altitude maximum de 1.880m, minimum de 1.830 m et un dénivelé positif accumulé de 170 m Ce circuit s'intègre dans un itinéraire existant de 25 km entre 1.650 m et 1.990 m avec plusieurs ascensions par des pistes forestières atteignant jusqu'à 2.500 m Ce qui est unique dans les Pyrénées et en Espagne. C'est l'espace idéale pour réaliser des événements et des entraînements en altitude.

Besoin de matériel ? Dans la vallée vous trouverez une grande variété de magasins spécialisés pour l'achat ou la location de vélos ou de matériel de première catégorie.

Concernant le cyclotourisme, il existe dans la vallée de **nombreux cols et itinéraires qui feront le bonheur des amoureux de vélos**. Parmi les nombreux cols de montagne à franchir, 7 sont balisés avec une information spécifique pour le cyclotouriste.

Des circuits à thèmes programmés par des professionnels aranais sont aussi disponibles à la réservation. Ils permettent de découvrir facilement le territoire et ne laissent pas indifférents tous ceux qui s'y aventurent.

Information et réservation :

Pedals de foc – VTT
www.pedalsdefoc.com

Un itinéraire VTT à travers le Parc National d'Aiguëstortes, en 6 étapes, adapté à tous les niveaux et accompagné d'un guide. Pour les experts, il est possible de le parcourir en seulement 3 jours. Distance : 220 km. Dénivelé positif cumulé: 5.800 m

Pedals d'Occitania – VTT
www.pedalsdoccitania.com

Ce parcours VTT traverse le pays d'Occitania, le Val d'Aran et le Comminges. C'est une parfaite union entre le Val d'Aran et la France profitant de l'offre du tourisme rural, des pistes et des chemins. Distance : 227 km. Dénivelé positif cumulé: 6.000 m



Era Roda - VTT www.eraroda.com

Le parcours ERARODA (100% Aran) est basé sur l'utilisation d'un navigateur GPS et d'une feuille de route « EraRodaCard » qui permet aux participants d'anticiper les étapes, avec les challenges et graphiques de dénivelé. De plus, pour ceux qui disposeront de temps libre en fin de journée, une autre carte indique les activités à réaliser le long de l'itinéraire. En fin de parcours, un maillot et des cadeaux sont remis à tous les participants. Distance: 210 Km. Dénivelé positif accumulé: 7.600m. Nouveautés ERARODA : EraRoda 120 km – 2/3 jours (4.600 m de dénivelé accumulé) / EraRoda 160 km – 2 jours (5.900 m de dénivelé accumulé) / EnduroBike 105 km – 2/3 jours (4.300 m de dénivelé accumulé)

Le Dèfi Occitan – Cyclotourisme www.ledefioccitan.com

Un itinéraire de haute montagne de 197 km pour parcourir l'Occitanie en vélo de route. En 2 étapes ou pour les plus vaillants en un seul jour. Distance: 197 km. Dénivelé positif cumulé: 4.500 m.

Les sports d'hiver et la station de ski de Baqueira Beret

Baqueira Beret, considérée par beaucoup comme la meilleure station de ski des Pyrénées, est devenue une **référence nationale et internationale**. La majorité des pistes sont situées sur la face nord des Pyrénées avec une quantité et qualité de neige conséquente. La station accueille chaque saison des passionnés de toutes catégories : ski alpin, snowboard, ski nordique ou télémark. Pour les débutants en ski et les enfants, les vastes prairies du Pla de Beret sont un endroit fantastique pour découvrir les joies de la neige.

Baqueira Beret met à disposition **20 écoles de ski**, avec plus de 500 professeurs offrant une grande variété de cours dans diverses disciplines en différentes langues étrangères.

Quelques chiffres :

157 Km de pistes
105 pistes: 6 vertes (5 km), 42 bleues (73 km), 40 rouges (53 km) et 17 noires (20 km)
3 itinéraires (5km)
7 Km de circuits de ski de fond
Snowpark, Stade de slalom et Ski Kronos
Zone freeride
35 remontées mécaniques: 1 télécabine (9 places), 19 télésièges (10 débrayables 3x6, 7x4 y 9 à pince fixe 6x3, 3x2), 8 téléskis (4 téléskis, 2 télésiège à deux places, 2 télécabine) et 7 tapis roulants.
Capacité de transport: 60.144 personnes/heure
Altitude maximale : 2.510 m
Altitude minimale : 1.500 m
Dénivelé : 1.010 m
Domaine skiable: 2.166 Ha
629 canons à neige
Machines pour préparation des pistes: 15
Capacité de la station: 18.209 skieurs

Services complémentaires

5 Magasins de location et de réparation des skis
Parking total 7: Avec un total de 5.040 voitures.
26 Cafés, restaurants et *Pàrrechs* aux pistes
4 Jardins d'enfants de sports d'hiver
2 Points d'assistance médicale sur les pistes
1 Centre médical privé dans le secteur de Baqueira 1.500.
Plus de 500 professeurs de ski
Zone résidentielle au pied des pistes incluant hôtels, appartements, restaurants et centres commerciaux.

Information: www.baqueira.es
Information: www.marxaberet.com



Au-delà de la station de ski, le Val d'Aran offre au visiteur un grand choix de possibilités pour profiter des plaisirs de la haute montagne en hiver :

- Les **excursions en raquettes et en ski de randonnée** qui permettent de découvrir des paysages hivernaux emblématiques,
- Pour les amoureux de la neige, souhaitant profiter d'une autre façon des joies de la neige, le **Pla de Beret est le point de départ d'excursions en attelage de chevaux, chiens de traîneaux et en moto de neige**, en couple, en groupe ou en famille. Ces activités permettent de rejoindre le village abandonné de Montgarri, où vous pourrez profiter au refuge d'un déjeuner ou d'un diner.
- **Pour les plus aventuriers, le freeride ou l'héliski.** Les vols en hélicoptère vous permettent d'atteindre les sommets les plus hauts du Val d'Aran et profiter ainsi, accompagnés de guides spécialisés, de vallées inaccessibles autrement et d'une neige vierge exceptionnelle.

Au Val d'Aran, toutes ces activités se réalisent en toute sécurité, grâce aux conseils et de l'accompagnement de guides professionnels et du site Internet du Service de prévision d'avalanches du Gouvernement du Val d'Aran.

+Info : www.lauegi.conselharan.org

Pour plus de plaisir et de sécurité sur la pratique de toutes ces activités, les conseils de guides professionnels est recommandé, ainsi qu'une bonne information préalable.

Le rafting sur la Garonne et autres activités pour des vacances actives au Val d'Aran

Les rivières et les cascades représentent également un environnement idéal pour d'autres sports d'eau passionnants, comme **le rafting, l'hydrospeed, le canoë-kayak sur la Garonne et le canyoning.**

Outre les activités aquatiques, **le tir à l'arc, l'escalade (les Via Ferrata de Les y Unha), le parc d'aventure « Naturaran » à Les**, le plus grand et plus moderne parc d'aventure des Pyrénées, **les promenades à cheval** permettent aussi de profiter d'un environnement privilégié.

Le Val d'Aran dispose de professionnels et guides spécialisés qui vous aident à vivre l'émotion du sport en toute sécurité.

- **Via Ferrata de Les**, avec une longueur de 450 mètres, divisée en deux voies: celle du bas pour les experts et le haut pour tous les publics.
- **Eth Poi d'Unha**, situé à Naut Aranet comporte 3 parties principales sur une longueur de 775 mètres et un dénivelé de 500 m. Les 3 parties diffèrent par leur niveau de difficulté: première partie de 150 m destinée aux débutants qui mesurent plus d'1,20 mètre, la seconde plus difficile propose un parcours de 250 m plus spectaculaire et aérien, et le troisième et dernier très difficile où vous évoluez sur 375 m avec une sensation de grand mur. Le point culminant de la via est situé à 1.930 m.



Observation de la faune et la flore du Val d'Aran

Avec une grande variété d'écosystèmes, le Val d'Aran est considéré comme un des territoires des Pyrénées les plus riches en faune et flore.

Les différences d'altitude qui existent dans ce petit territoire ainsi que l'influence du climat atlantique donnent lieu à une grande biodiversité d'espèces. Les plus caractéristiques étant l'ours brun, le Grand coq de bruyère, le cerf, l'isard, les marmottes... Tous ces espèces peuvent être observées, par hides (cachettes), situés dans points stratégiques du forêt.

* Park de faune Aran Park, en Bossòst.

Est un parc animalier d'une superficie de 16 hectares et se trouve au Col de Portilhon, à 6 km. de Bossòst et à 10 minutes de Luchon. Situé en pleine nature, au milieu des montagnes, il propose de découvrir les milieux naturels des Pyrénées, la faune et la flore aranaise grâce à des itinéraires de découverte, des points d'observation et des expositions. Les animaux du parc sont en semi-liberté dans leur propre écosystème : des ours, des lynx, des loutres, deux meutes de loups blancs et gris, des marmottes ainsi que les grands cerfs et tous les ongulés de montagne.

Information: www.aran-park.com

La pêche, une des activités les plus anciennes qui se pratiquent au Val d'Aran

Pour les amoureux de ce sport, le Val d'Aran est un paradis qui attire des passionnés de toute l'Europe. A la fonte des neiges, les lacs de haute montagne, les lacs-artificiels réservoirs, les rivières et les fleuves Garonne et Noguera du Val d'Aran se remplissent et attirent bon nombre de pêcheurs.

La pêche au Val d'Aran est entièrement contrôlée et règlementée afin que cette activité ne se massifie pas pour assurer la survie et la durabilité de la faune de la rivière.

Le Val d'Aran : première destination de montagne certifiée « Biosphere »

Le Val d'Aran est la première destination touristique de montagne certifiée comme destination touristique durable. Grâce à cette certification, un nouveau système intégré de planification et de gestion du tourisme a été adopté afin de mettre en valeur l'environnement en tant que l'un des grands patrimoines du territoire et du patrimoine culturel local, qui a été préservé au fil des siècles. Ainsi, le Val d'Aran, qui attire l'attention des touristes en quête de nature, souhaite offrir à ses visiteurs un territoire durable pouvant être reconnu en dehors de ses frontières comme une destination touristique exemplaire.



UN PATRIMOINE ÉTONNANT POUR CE TERRITOIRE TRANSFRONTALIER

Au fil des siècles, le Val d'Arán a su conserver son patrimoine linguistique, artistique et culturel, étant ainsi un territoire ayant sa propre entité. **Le relief de la vallée, située au versant nord des Pyrénées, a beaucoup joué sur l'histoire du Val d'Arán, laquelle a eu des liens très étroits avec l'Occitanie et la France.** On peut citer que pendant la domination romaine, le Val d'Arán a fait partie du territoire des Convenae ayant pour capitale la ville de Lugdunum (actuelle Saint Bertrand de Comminges), dans la province gallo-romaine de Novempopulania. Une voie romaine qui avait pour origine Toulouse passait par le Col de Bonaigua (anciennement Petrae Albae). Par ailleurs, au Moyen-Age, le Val d'Arán, a fait partie, pendant quelques années, du comté du Comminges et du royaume de France. Mais, en 1175, pour échapper aux liens féodaux, les aranais se mettent sous la protection directe du roi d'Aragon. Enfin, suite à un long litige avec le roi de France, la possession de la vallée passe définitivement en 1313 à Jacques II, roi d'Aragon et comte de Barcelone. Il leur concède le privilège de la Querimonia, ensemble de ses droits séculaires qui contenait déjà son organisation politique.

De ces périodes de l'histoire sont visibles beaucoup de témoignages : stèles romanes, églises romanes et gothiques, les ruines des châteaux de Les et de Castèth Leon à Es Bordes, des maisons des XVIe et XVIIe siècles.

Dans les villages, son patrimoine artistique et culturel soigné est en particulier marqué par de magnifiques représentations de toutes les époques. Toutes les disciplines artistiques y sont représentées : architecture, peinture et sculpture, en pierre et en bois, dont certaines œuvres sont dans un état exceptionnel de conservation.

Le paysage de montagne du Val d'Arán semé des témoins du passage des cultures préhistoriques, romaines et plus tard chrétiennes, fait de toute la vallée un musée d'art et d'histoire, une visite obligatoire dont chacun peut profiter au fil de **la Route de l'Art Roman**.

De nombreuses églises romanes et gothiques font partie de ce riche patrimoine : Salardú, Arties, Vielha, Bossòst, ainsi que **les admirables sculptures romanes** comme le Christ de Salardú et le Christ de Mijaran à Vielha, ou bien **les fonts baptismaux** d'Arties, Vilac ou Vilamos.

Les retables gothiques et les fresques de certaines églises qui représentent des scènes surprenantes de la Bible, de style roman, gothique et renaissance, constituent également un patrimoine artistique singulier de première catégorie.

Nature et spiritualité

Au Val d'Arán au-delà de la découverte du patrimoine, d'autres éléments qui de par leur histoire, leur symbole ou leur tradition, représentent beaucoup plus qu'il n'y paraît à première vue. C'est en particulier le cas de différents sanctuaires mariaux aranais, comme ceux de Montgarri et de Mijaran. Le premier est situé dans un magnifique paysage de montagne, traversé par la rivière Noguera Pallaresa. Tous les 2 juillet, les habitants des villages de la vallée et de Pallaresa ainsi que des visiteurs français s'y retrouvent pour rendre hommage à la vierge. La légende raconte qu'à cet endroit la vierge fut trouvée par un taureau et qu'un petit sanctuaire y a été construit en son honneur. Cette vierge, très vite fait l'objet d'une grande dévotion, et par deux fois on a même tenté de la ravir, mais depuis, on peut à nouveau la contempler. Et, le sanctuaire continue d'être visité par des milliers de personnes chaque année.

On vénère également la croix Santa Cruz, située à l'église de Sant Andreu de Salardú, de style roman (XIIe siècle). Tous les 3 mai a lieu une procession avec les croix des villages voisins, laquelle se termine par une messe solennelle. Beaucoup de légendes existent autour de cette croix, à qui ont été attribués divers miracles.

Autres lieux de dévotion encore vivaces aujourd'hui: les 7 chapelles du village de Bossòst, construites, selon la tradition, pour protéger le village de la peste. Chapelles que les visiteurs peuvent découvrir en se promenant.



Par ailleurs, **les musées du Val d'Aran** invitent à découvrir les modes de vie des siècles passés, comme le **Musée du Val d'Aran** à Vielha, l'**Ecomusée** installé dans la Maison **Joanichiquet** à Vilamos, le **Musée de la Neige** à Unha, le **Musée des Pyrénées « Pyrenmuseu »** à Salardú qu'abrite le Refugi Rosta (l'hôtel le plus ancien du Val d'Aran) et le **Musée deth Corrau** à Bagergue. Des visites guidées sont proposées.

Depuis ces dernières années, des sites industriels aranais comme la **Fabrique de Laine** à Vielha, le **Moulin de Salardú** ou les **Mines Victoria** ont été réhabilités pour devenir des lieux de visite ouverts au public.

De plus, **les villages du Val d'Aran** partagent une même unité architecturale. Construits pour résister à l'hiver et à la neige, ils sont composés de bâtiments de pierre, ardoise et bois, qui s'intègrent à la perfection dans le paysage de la vallée. Les plus anciennes maisons datant du XIVe et XVe siècle, sont de nos jours d'authentiques joyaux de l'architecture aranaise : Ço de Portolà (actuel Parador d'Arties) ou Ço de Perejoan, à Escunhau (1393) et déclarée Bien d'Intérêt Culturel. D'autres maisons de style renaissance, baroque ou néoclassique sont à découvrir.

Aujourd'hui encore, de magnifiques légendes aranaises perdurent et se manifestent dans **les traditions et les danses aranaises** les plus populaires. Le cycle annuel des saisons est à l'origine d'un grand nombre de ces **fêtes traditionnelles**, et la fin de l'hiver a toujours été un événement très attendu, célébré dans tous les Pyrénées et très enraciné aussi dans la culture gasconne en général. Au printemps et en été, chaque village célèbre sa fête. Quelques pèlerinages persistent, comme celui de Montgarri le 2 juillet. Les feux d'Haro à Les et à Arties célébrés la nuit de Saint Jean, le 23 juin, sont les plus populaires et déclarées comme Bien Inmaterial de la Humanidad pour la UNESCO. Il y a aussi les foires de bétails qui ont lieu en automne, comme celles de Vielha, Les ou Salardú.

Enfin, **une des caractéristiques majeures de la culture du Val d'Aran est sa langue : l'Aranais**. Variante de la langue gasconne du Comminges, ce dialecte occitan, parlé par les gens de la Vallée, est une langue à part entière.

Information: <http://cultura.conselharan.org>

LA GASTRONOMIE, L'AMBIANCE CHALEUREUSE & SHOPPING

Un autre pilier du patrimoine du Val d'Aran est la richesse de sa gastronomie. Traditionnels ou modernes, **plus de 170 restaurants du Val d'Aran** invitent à savourer les plaisirs de sa bonne cuisine dans une ambiance agréable et relaxante. Diversifiée et de qualité, l'offre gastronomique du Val d'Aran est composée de plats élaborés à partir des produits autochtones de la vallée: **le plat traditionnel aranais par excellence « la olla aranesa »** (le pot-au-feu aranais), mais aussi des civets de gibiers de chamois, de sanglier ou de lièvre, des terrines, des truites La nouvelle cuisine des grands chefs aranais, quant à elle, privilégie des produits comme le canard préparé de mille façons, l'utilisation du **Caviar** produit à Les, l'or noir des Pyrénées... pour des plats chics et sophistiqués, voire luxueux. La proximité avec la France a également influencé la gastronomie aranaise, avec des plats à base de crêpes, de foie ou de confits préparés dans le style aranais. Envie d'un verre et de quelques tapas à la saveur de montagne? La majorité des bars de la Vallée proposent une grande variété de tapas, cette cuisine miniature que vous savourerez dans une ambiance montagnarde, confortable et chaleureuse.

Produits aranais et le label « Produits du Val d'Aran » (signe d'identification et de garantie d'origine) : Le Caviar « Nacarii », la bière aranais « Immòrtela », les conserves de pot-au-feu aranais « Olla Aranesa », la charcuterie avec le chorizo, la langoissa sèche (saucisson sec), les pâtés, l'andito et le bolh (produits typiquement aranais), le fromage, le yahourt, le miel, les tronquets et les coquillons (spécialités sucrées) peuvent s'acheter dans la plupart des boutiques de la Vallée.

Certains sites de productions locales accueillent les visiteurs comme la **Fabrique de Caviar Nacarii** à Les, la **Fromagerie Tarrau** à Bagergue ou la **brasserie de la bière Immortela** à Casarilh.

Vous serez séduits par la **variété de l'offre commerciale de la vallée**. Que ce soit pour des produits régionaux, la location et la réparation de ski et VTT, l'équipement pour pratiquer les sports de montagne (matériel et vêtement) ou encore les vêtements pour enfants, les articles de décoration



de la maison..., tant à Bossòst qu'à Les, Vielha, Baqueira et autres villages, chacun trouvera ce dont il a besoin au quotidien.

Tout au long de l'année, les commerçants aranais vous accueillent tous les jours de la semaine, mais également le dimanche et les jours fériés lors de la saison d'hiver et l'été au mois d'août. A la frontière, les visiteurs ne sont pas indifférents à l'offre commerciale attractive des magasins de Bossòst et de Les.

Des animations sont organisées l'été pour dynamiser le commerce local.

Information: <http://caviarnacarii.com>

Information: www.quesosdelvalledearan.com

Information: www.bieraaranesa.com

LE THERMALISME & LE BIEN-ÊTRE

Grâce à son environnement de montagne exceptionnel, le Val d'Aran est réputé pour son cadre de vie propice au bien-être. En plus des services de spa offerts par les hôtels avec les programmes les plus avancés et des soins de santé; et les piscines d'eaux chaudes en Arties; Val d'Aran propose des centres thermals renommés au niveau international comme **Termas Baronia de Les et Es Banhs de Tredòs**.

Histoire et santé sont réunies dans les thermes aranais, certains étant utilisés depuis l'époque romaine. Les eaux sulfureuses captées à une profondeur supérieure à 300 m jaillissent généreusement à plus de 30°C afin d'offrir leurs propriétés minérales médicinales, bénéfiques pour divers traitements thérapeutiques: rhumatismes, arthrose, arthrite, affections de la peau, problèmes de circulation sanguine, problèmes des voies respiratoires...

Des piscines d'eau thermale on été construites dans la commune d'Arties- Garòs. Elles son situées sur le Camin Reiau, à côté des anciens thermes d'Arties. Ces eaux sulfureuses émergent à une température de 35 °C et a 33 °C dans les piscines.

Les Thermes de la Baronia de Les utilisent pour leurs soins la **marque de produits cosmétiques « Caviar Cosmetic Baronia de Les »** élaborés à partir d'extraits de caviar « Nacarii » produit dans la vallée.

Information: www.termasbaroniadeles.com

Les Banhs de Tredòs, à 1.740 m d'altitude, est l'établissement thermal le plus haut d'Europe. La situation de cet hôtel, situé au bord de la rivière d'Aiguamòg et autour du Parc National d'Aigüestortes et Lac de Sant-Maurici, en fait un site d'exception.

Information: www.banhsdetredos.com

LES ACTIVITÉS À FAIRE EN FAMILLE

Le Val d'Aran propose une offre complète pour des vacances en famille. C'est pour cela que la Fédération espagnole des Familles Nombreuses a considéré le Val d'Aran comme destination idéale pour les vacances en famille. Voici quelques suggestions d'activités:

1. « **Aran park** », au Col du Portillon, est un parc animalier où vous pourrez observer la grande diversité de la faune des Pyrénées (ours, lynx, loutres, loups, marmottes et cerfs,...)
2. « **Naturaran** », le plus grand et plus moderne parc d'aventure des Pyrénées situé dans la commune de Les, tyroliennes, ponts tibétains, mur artificiel (rocodrome), ...
3. **Beret Park** : Aussi bien en été qu'en hiver, le Pla de Beret est un espace idéal pour une multitude d'activités : ascension par le télésiège Blanhiblar, excursions VTT ou à cheval, randonnée au village abandonné de Montgarri, ... en été, ou excursions en moto neige, en chiens de traîneaux ou en traîneau tiré par des chevaux l'hiver.

Itinéraires de descente à faire en vélo ou à pied.

Parcours 1 à pied: Mirador Val d'Aran . Aller - retour: 30 minutes

Parcours 2 à pied: Mirador panoramique Pyrénées. Aller - retour: 1 heure

Parcours 3 à pied ou à velo: Mirador Roques d'en Macià: 2 heures de trajet en descente

Parcours 4 à pied: Ulehs deth Garona - Plan de Beret : 3 heures de trajet en descente.



4. Promenade à poney et à cheval, rafting, canoë kayak, observation de la faune et la flore.
 5. Randonnée pédestre et parcours de VTT accessible à tous avec la possibilité de louer des vélos pour adultes et enfants ainsi que des sièges bébé.
 6. Des installations sportives : Complexe sportif à Bossòst, Palais de glace « **Palai de Gèu** » à Vielha composé d'une patinoire avec 2 piscines climatisées, solarium, salle de sports, sauna, mur d'escalade, piste de padel. www.palaidegeu.com
 7. Divers musées et Visites de sites de fabrication: Usine du Caviar Nacarii, Fromagerie Tarrau , la bière aranaise Immortèla,...
 8. Des services d'hébergement avec chambres familiales et des mini-clubs et animations spéciales pour enfants. Des restaurants avec menu pour enfants
 9. Cinéma à Vielha www.circusa.com
 10. De crèche à Baqueira en hiver
- Information:** www.parquesinfantilesbaqueira.es
www.parqueinfantil1800baqueira.com

DES HÉBERGEMENTS POUR TOUS LES GOÛTES

Hôtels, gîtes ruraux, pensions, auberges, chambres d'hôte, campings, refuges de haute montagne, appartements, maisons et chalets sont proposés pour satisfaire toutes les demandes.

- **14.000 PLACES D'HEBERGEMENT TOURISTIQUE** réparties entre 64 hôtels (1 *****GL, 3 ***** , 14 *****, 19 ***, 17 ** et 9 *) et 6 appart'hôtels, 25 pensions, 1 auberges, 7 refuges (5 de haute montagne et 2 de moyenne montagne), 8 campings (7**, 1*), et 13 gîtes. Il existe aussi l'option de louer un appartement ou chalet.
- Environ 4.000 places hôtelières au pied des pistes de la station de Baqueira Beret.
- Au Val d'Arán, 2 Paradors de Tourisme, lesquels font partie du réseau de Paradors de Tourisme, hôtels haut de gamme répartis dans toute l'Espagne et situés dans des édifices emblématiques ou des emplacements exceptionnels, sélectionnés pour leur intérêt historique, artistique ou culturel.
- **22.000 PLACES en résidence secondaire**, entre les villages du Val d'Arán ou au pied de pistes. Un grand nombre peut être loué le weekend, en semaine ou pour des séjours de plus longue durée.

UNE DESTINATION DE CHOIX POUR LES VOYAGES D'ENTREPRISE ET SÉMINAIRES

Le cadre naturel exceptionnel, les établissements hôteliers adaptés et le vaste panel d'activités sportives, culturelles et de détente font du Val d'Arán la destination idéale pour toutes les entreprises qui organisent : conventions, séminaires, *incentive* (voyage de stimulation et motivation) et *team building* (cohésion d'équipe).

Un grand nombre d'hôtels de la vallée (1 hôtels de 5*GL, 3 hôtels de 5*, 8 hôtels de 4*) possèdent des salles de réunion adaptées à différents événements et sont équipés des technologies les plus avancées. A celles-ci s'ajoutent d'autres salles municipales, dont le Palais des Sports de Vielha pouvant accueillir jusqu'à 1000 personnes.

L'environnement naturel, les offres de bien-être et la gastronomie apportent les ingrédients supplémentaires pour transformer le travail en un plaisir inoubliable. Les activités sportives d'aventure et des sports d'élite, comme le rafting, le ski ou l'Héli-Ski complètent l'expérience. Les participants repartiront avec l'envie d'y revenir en famille ou entre amis !



CERTIFICATION « DESTINATION DE TOURISME SPORTIF »

En 2004 le Val d'Aran a reçu la certification de **Destination Touristique Sportive** pour les modalités de **Randonnée de haute montagne, Alpine Running et Football**.

L'emplacement stratégique et la variété des paysages ainsi que toutes les installations sportives réparties dans la région font du Val d'Aran une destination idéale pour les passionnés de sport et de nature. Le Val d'Aran se trouve au centre des deux sentiers de grande randonnée transpyrénéens, le **GR11** qui passe par la partie catalane et par le sud de l'Aran et le **GR10** qui passe par la France. D'autres sentiers de petite randonnée (**PR,s**) et de nombreux micro-itinéraires traversant les villages viennent compléter ce réseau d'itinéraires de montagne. Pour les alpinistes, le Val d'Aran propose de beaux sommets des Pyrénées, certains à plus de 3.000 mètres d'altitude.

Parmi les installations sportives, on peut citer : la **Zone Sportive** et le **Terrain de Football Municipal à Bossòst**, la **Salle Polyvalente** et l'**École de Techniciens du Sport** du Val d'Aran à **Salardú**, le **Terrain de Football**, les **Thermes de la Baronia** de Les, et à **Vielha** la **Salle Polyvalente**, le **Terrain de Football** et le **Palai de Gèu**, avec une piscine semi olympique et une patinoire. Des équipes sportives espagnoles de haut niveau dans des disciplines comme le football, basket ou football en salle viennent réaliser des stages de préparation au Val d'Aran.

Avec la **marque "Destination de Tourisme Sportif"**, l'Agence Catalane du Tourisme certifie que les municipalités de Catalogne disposent des infrastructures et des services de haute qualité pour la pratique du sport. La clientèle ciblée comprend les sportifs de compétition, les touristes qui profitent de leurs vacances pour faire du sport de façon intensive, ceux qui le pratiquent en dilettante ou encore les visiteurs qui se rendent à des grands événements sportifs.



ÉVÉNEMENTS 2018

4 FEVRIER

39° MARXA BERET

Épreuve de ski de fond considérée comme une des plus importantes d'Europe.

MARS

MOIS DU CAVIAR

Pendant un mois, plusieurs restaurants proposent différents menus avec de l'esturgeon et du caviar comme produits phare.

16 et 17 JUIN

TRAIL CARLAC

Les itinéraires du Trail Carlac sont variés, avec des distances et des niveaux différents. Les 5 itinéraires traversent les 4 villages de Quate Lòcs (Les, Bausen, Canejan et Bossòst).

23 JUIN

HÈSTES DETH HUEC - FÊTES DU FEU - DE LES ET ARTIES

Les Fêtes de Haro de Les et du Taro d'Arties la nuit du 23 juin avec la mise à feu d'un tronc de sapin commémore comme autrefois le solstice d'été et demande la purification des terres. Aujourd'hui, il s'agit de fêtes remplies de feu, de couleurs, de danses et de traditions. Elles ont été déclarées Patrimoine Culturel Immatériel de l'Humanité par l'UNESCO en 2015.

30 JUIN et 1 JUILLET

13° PEDALS DE FOC NON STOP – CHAMPIONNAT D'EUROPE DE VTT ULTRAMARATHON

Raid de VTT de 213 kilomètres et 6.200 mètres de dénivelé positif avec un départ et une arrivée à Vielha. Le parcours suit l'itinéraire mythique de Pedals de Foc...

Du 2 au 8 JUILLET

VAL D'ARAN WALKING FESTIVAL

Pendant une semaine, des sorties en montagne sont organisées, ainsi que d'autres activités en lien avec la randonnée.

14 JUILLET

TRAIL VIELHA - MOLIÈRES 3010

Il s'agit d'une course de haute montagne qui comprend l'ascension à 5 sommets de plus de 2.000 mètres, parmi lesquels le Molières de 3010, considéré comme le "toit" du Val d'Aran et de la course.

21 JUILLET

ERA RÒDA NON STOP ULTRAMARATON

Avec 140 km et un dénivelé positif de 5.200 m, cette épreuve se positionne comme l'une des plus difficiles des Pyrénées. Elle parcourt l'ensemble du Val d'Aran.



JUILLET

CAMPILARO

Route cyclotouriste de 370 km et 8.300 m de dénivelé positif dont le parcours traverse les territoires de Saint Lary Soulan, Luchon et le Val d'Aran.

AOUT

ROMÀNIC MUSICAU ENA VAL D'ARAN

Pendant le mois d'août, des concerts de musique classique sont organisés dans le cadre incomparable des églises du Val d'Aran.

4 AOUT

ERA NOCTURNA DE VIELHA (RUNEDIA)

Epreuve nocturne dans les rues de Vielha, avec 2 distances de 5 et 10 Km.

AOUT

ULTRA TRAIL VAL D'ARAN (RUNEDIA)

Trail de montagne qui comprend 3 distances : 20, 50 et 104 Km avec une arrivée à Salardú - Naut Aran.

Du 16 au 19 AOUT

HÈT A MAN HÈT ACIU

Foire organisée dans les rues de Vielha où se donnent rendez-vous les artisans du Val d'Aran.

Du 23 au 26 AOUT

SALARDÚ COUNTRY ROCK FESTIVAL

Festival dédié au Country Rock au cours duquel tous les amoureux de Country Rock se donnent rendez-vous. Au programme : concerts, danses, expositions, master class, ateliers, représentations d'équitation, etc.

26 AOUT

ARANBIKE

Course de VTT organisée à Unha, avec des circuits de 50 km, 20 km et 10 km.

26 AOUT

CORSA E CAMINADA DES 15 PÒBLES

Semi-marathon de montagne qui passe par 15 villages du Val d'Aran. Différentes distances sont proposées pour tous les publics.

OCTOBRE-NOVEMBRE

ERA MONGETADA

Foire qui souhaite faire connaître le haricot blanc comme produit local du Val d'Aran.



RÉPARER SON SÉJOUR AU VAL D'ARAN

Agences de voyage réceptives aranaises

- **ALPS ARANESI** www.alpsaran.org
- **CAMINS** www.camins.es
- **CARROS DE FOC** www.carrosdefoc.com
- **EXCITING EVENTS** www.excitingevents.es
- **KABI TRAVELS BY EDURNE PASABAN** www.kabi-travels.com
- **NATURA TRAVELS** www.pedalesdelmundo.com
- **VIAJES BAQUEIRA BERET** www.baqueira.es
- **WILDWATCHING SPAIN** www.wildwatchingspain.com

Sites Web, Réseaux Sociaux, Brochures et Guides

SITES WEB

Dans notre web www.visitvaldaran.com vous trouverez toute la information des randonnée pédestre, VTT et cyclotourisme; patrimoine artistique, culturel et industriel; gastronomie, bien-être, activités de tourisme actif, activités de neige,... en plus de tous les établissements du Val d'Aran.

RÉSEAUX SOCIAUX

- Facebook.** <https://www.facebook.com/valldaran>
Twitter. https://twitter.com/val_daran
Youtube. <https://m.youtube.com/user/ValdeAran>
Pinterest. Val d'Aran <http://pon.it/c-AtUhj>
Instagram. https://instagram.com/val_daran
LinkedIn. <http://www.linkedin.com/organization/9492838/admin/overview>

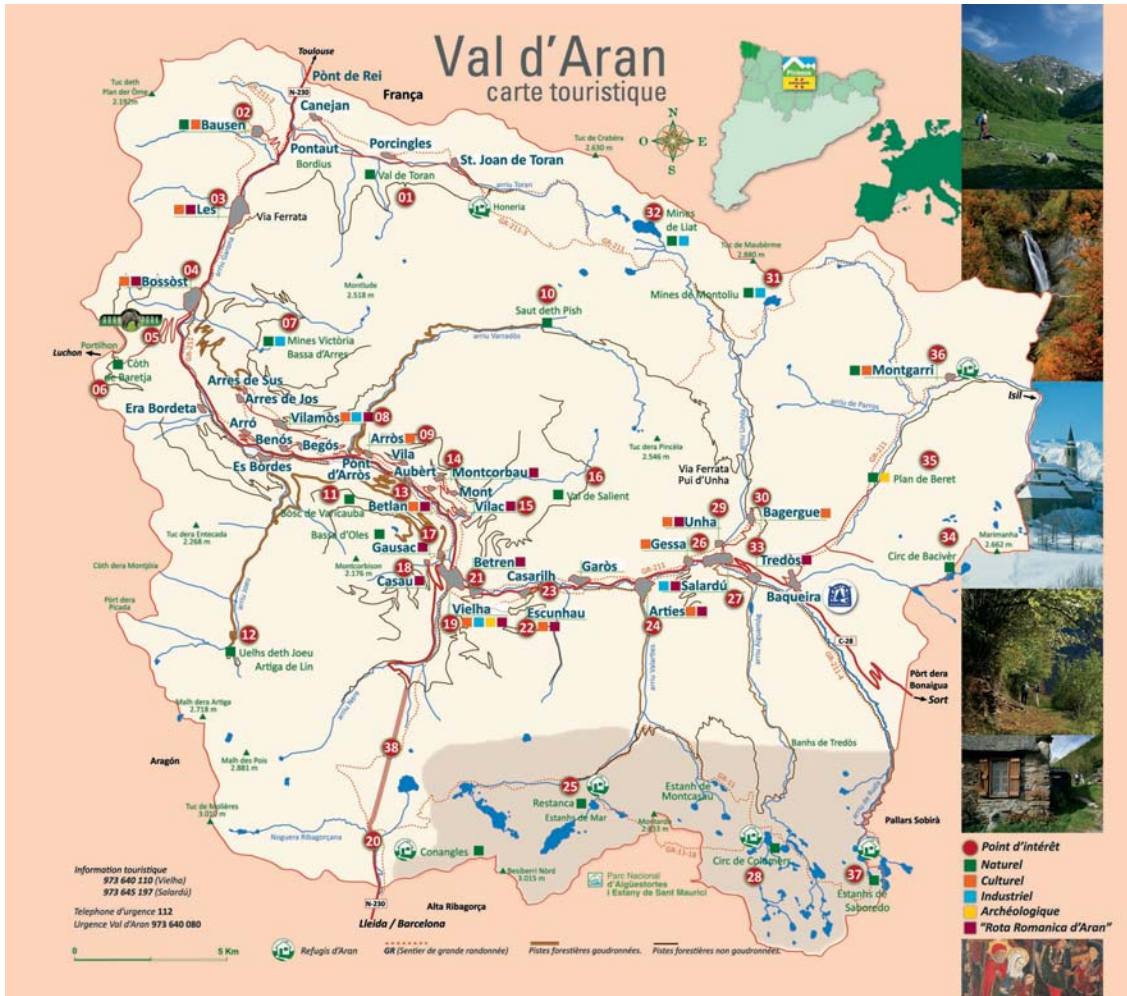
LES BROCHURES ET LES GUIDES

« Foment Torisme Val d'Aran » édite chaque année une vingtaine de brochures et guides téléchargeables à l'adresse www.visitvaldaran.com.



ANNEXE

Annexe 2 – Carte du Val d'Arán



Toutes les entreprises indiquées dans ce dossier de presse sont membres de Foment Torisme Val d'Arán.




VAL D'ARAN
Era essència des Pireneus

 **Conselh Generau
d'Aran**

foment
TORISME VAL D'ARAN

Passeg dera Libertat, 16 / E- 25530 Vielha
Tél. : +34 973 640 688 / info@visitvaldaran.com

