

---

## 3 jours dans le Luchonnais – Randonnée alpine

 **Dates** : du 7 au 9 septembre 2025

 **Secteur** : Luchon

 **Hébergement** : 2 nuits au refuge du Portillon (*attention : pas de paiement par carte bancaire*)

 **Encadrant** : Stéphane Arribarat

 **Niveau** : Physique 4 / Technique 3

 **Dénivelé estimé** : 3500 m

 **Distance totale** : ~50 km

---

## Programme prévisionnel (sous réserve de météo)

### ◆ Jour 1 : Granges d'Astau → Refuge du Portillon → Pic Arlaud ou Gourdon (optionnel)

- Montée au refuge du Portillon via le lac d'Oô et le col d'Espingo
- Dépose des affaires au refuge
- Option : boucle vers le pic Arlaud ou Gourdon selon les conditions

### ◆ Jour 2 : Boucle du Perdiguère par la crête de Literole

- Traversée alpine avec passages techniques
- Retour au refuge du Portillon

### ◆ Jour 3 : Pic des Spijeoles par le sentier des mineurs → Retour aux Granges d'Astau

- Montée par le sentier des mineurs (aérien mais accessible par beau temps)
  - Descente par la voie normale via Espingo
- 

## Infos complémentaires

- Le refuge sera réservé dès que le groupe sera constitué.
- Le programme pourra être adapté selon les conditions météo.
- Pour toute question ou précision, n'hésitez pas à me contacter.

---