

www.pyrenees-cyclo.com

LES PYRÉNÉES MYTHIQUES À VÉLO

ALTAMONTA

Choisissez vos parcours et laissez-vous guider
www.pyrenees-cyclo.com

Application mobile gratuite
Rando Vallées de Gavarnie

RANDO
VALLÉES DE GAVARNIE

DISPONIBLE SUR
Google Play

DISPONIBLE SUR
App Store

JOIN US ON STRAVA
PYRENEES CYCLING CLUB

Tourist Offices
LOURDES
05 62 42 77 40
www.infotourisme-lourdes.com
Vallées de Gavarnie
05 62 94 00 25
www.valeesdegavarnie.com
Luz Saint-Sauveur
05 62 92 30 30
www.luz.org
Cauterets
05 62 92 50 50
www.cauterets.com
Saint-Pé de Bigorre
05 62 41 88 10
www.saintpedebigorre-tourisme.com

Pyrenees Cycling Club
ELEVATE YOUR RIDE

Les Pyrénées mythiques à vélo

Vous trouverez ici même, dans les Vallées des Gaves, l'essence de toutes les Pyrénées. Ce pays abrite quelques trésors mythiques de tout le massif, du majestueux cirque de Gavarnie au Pic du Midi en passant par Lourdes et le Pont d'Espagne. Mais que dire de son attractivité cycliste ! Les plus beaux cols ici se côtoient à portée de main, les routes vous conduisent aux portes des espaces naturels protégés tels que le Parc National des Pyrénées. Vous pourrez rouler sur les routes encore brûlantes du passage du Tour de France. Bref, ici, vous vivrez des moments forts !

Cycling in the legendary Pyrenees

Here in the Gaves Valleys, you will find the very essence of the Pyrenees. This area is home to many of the mountain range's mythical treasures; from the majestic Cirque de Gavarnie to the Pic du Midi, passing through Lourdes and the Pont d'Espagne. But what can we say about its attractiveness to a cyclist? Some of the most beautiful mountain passes (cols) co-exist here. The roads lead you to the doorway into natural protected areas such as the Pyrenean National Park. You will be able to cycle along roads freshly cycled by the Tour de France. In short, you are sure to experience some incredible moments here !

ALTAMONTA - Accueil qualité
Quality of Hosting

Nous accordons une importance toute particulière à l'accueil réservé aux cyclistes, c'est pour cela que le label ALTAMONTA permet d'identifier les hébergements et les services dédiés aux cyclistes.
A quality network of various service providers are committed to making cyclists feel at home. Many different services and places to stay carry the ALTAMONTA label offering tailored services.

Retrouvez tout le réseau qualité ALTAMONTA, services, hébergements et itinéraires sur :
Visit the website dedicated (services, routes and accommodations) www.pyrenees-cyclo.com

Voie Verte des Gaves
The Greenway of the Gaves

Lourdes - Pierrefitte-Nestalas (17 km)

Piste cyclable vers les vallées reliant Lourdes à Pierrefitte-Nestalas.
Bike path suitable for all bikes from Lourdes to Pierrefitte-Nestalas.

35 km A/R
35 km round trip

Lourdes or Pierrefitte-Nestalas

Idéal pour les familles ou pour accéder aux cols.
Perfect for a family ride or for joining the big passes.

Labellisée Tourisme et Handicap (déficiences visuelles, motrices, auditives et mentales).
Suitable for disabled persons (for visual, motor, auditory or mental deficiencies)

3 bornes de service réparation (gratuit) à Lourdes, Argelès-Gazost & Pierrefitte-Nestalas.
3 bike repair stations (free) : Lourdes, Argelès-Gazost and Pierrefitte-Nestalas.



**Altamonta - Accueil qualité
Quality of Hosting**

Nous accordons une importance toute particulière à l'accueil réservé aux cyclistes, c'est pour cela que le label ALTAMONTA permet d'identifier les hébergements et les services dédiés aux cyclistes.
A quality network of various service providers are committed to making cyclists feel at home. Many different services and places to stay carry the ALTAMONTA label offering tailored services.

Retrouvez tout le réseau qualité ALTAMONTA, services, hébergements et itinéraires sur :
Visit the website dedicated (services, routes and accommodations) www.pyrenees-cyclo.com

**Un géant,
le Tourmalet**

Un rêve, un mythe, un exploit... voilà ce qu'est l'ascension du Tourmalet. Ce col fait en effet partie des grandes ascensions telles que le Mont-Ventoux ou encore le Galibier.

L'histoire du Tourmalet

La première course cycliste passant par le col du Tourmalet dont il est fait mention a lieu le 18 août 1902. Elle est baptisée "concours de bicyclette de tourisme" et est organisée par le Touring club de France. Le départ et l'arrivée de la course sont situés à Tarbes. Le Tourmalet y est gravi deux fois sur une distance de 215 km. Jean Fischer passe deux fois en tête au col. Ce n'est qu'en 1910 que le Tourmalet est gravi pour la première fois par le Tour de France. Octave Lapize passe en tête le 21 juillet 1910, au cours de la grande étape Bayonne-Luchon, longue de 325 km. A cette occasion, il lança aux organisateurs cette célèbre phrase : "Vous êtes des assassins !". Depuis, le col a été maintes fois gravi par le Tour de France et même, reste celui qui a été le plus souvent franchi par cette course, tous massifs montagneux confondus. Il a été notamment arrivée d'étape en 2010, dans la fameuse bataille Sclck vs Contador.

COL DU TOURMALET

Luz-St-Sauveur 2115m 1404m moy 7,4% - max 10,2% 19 km Hors Catégorie

St-Marie-de-Campan 2115m 1268m moy 7,4% - max 10% 17,2 km Hors Catégorie

**Parcours
Coup de**

Tentes & Troumouse
Col des Tentes and Troumouse

Ce parcours est un des joyaux de notre massif : Gavarnie. Pédaler dans ce décor exalte, stimule, vous imprègne d'une vaste sérénité, même dans l'effort et sous le souffle haletant.

This itinerary is one of the jewel of our valley : Gavarnie. Ride here in this awesome scenery stimulates, impregnates you with a vast serenity, even in the effort and under the panting breath.

Extrait du Road Book Velo

96 km Luz-Saint-Sauveur 2056 m Avril à Novembre

Col des Tentes 2208 m Col de Troumouse 2092 m



**One of the Giants,
the Tourmalet**

A dream, a myth, a feat... this is what ascending the Tourmalet truly is. This Col is indeed part of the great ascents such as the Mont-Ventoux or even the Galibier.

**Location et réparation
Bike rental and bike repair**

ROC ET TRAIL
46, Avenue Alexandre Marqui
65100 LOURDES
www.roc-trail.com
Tel : 05 62 37 66 31
Location - vente - réparation

BIKE AND PY
16, esplanade du Paradis
65100 LOURDES
www.bikeandpy.com Tel : 05 62 41 44 26
Location route, électrique, VTT, Enduro, DH
Réparation - café vélo - assistance - séjours

CYCLES ARBES
10, avenue François Abadie
65100 LOURDES
www.cycles-arbes.fr Tel : 05 62 94 05 51
Location et vélociste

CYCL'IN PYRENEES
1, avenue Charles de Gaulle
65400 ARGELES-GAZOST
www.cyclinpyrenees.fr Tel : 05 62 97 55 78
Location route, électrique, VTT - réparation

L'ETAPE DES PYRENEES
12, avenue des Pyrénées
65400 ARGELES-GAZOST
www.pyrenees-bike.com Tel : 05 62 92 29 31
location route, électrique, VTT, Enduro - réparation
Café vélo - assistance - séjours

SIX DEUX VELOS
6, rue des Malapets
65400 ARGELES-GAZOST
www.sixdeuxvelo.com Tel : 06 43 51 72 17
Location vélos électriques

INTERSPORT BAREGES
4 rue Ramond
65120 BAREGES
www.intersport-rent.fr
Tel : 05 62 92 65 00
Location VTT, électriques

ALP SPORT
Tournaboup
65120 BAREGES
Tel : 05 62 92 6 12
Location VTT, électriques

GTBT - Olivier JEAN
1, Place du Cotillon
65120 LUZ SAINT-SAUVEUR
www.gtbt.com Tel : 06 80 07 15 69
Location route, électrique, VTT - réparation - séjours

ARDIDEN VELO
16, Place Eth Marcadaou,
65120 ESQUIEZE-SERE
www.ardidenvelo.com Tel : 06 09 55 31 02
Location route, électrique, VTT, Enduro - réparation

TOURMALET BIKES
18, place du 8 MAI
65120 ESQUIEZE-SERE
www.tourmalet-bikes.com Tel : 05 62 32 72 74
Location route, électrique, VTT, Enduro - réparation - vélociste

VELO EXPRESS
29, Avenue du Barège
65120 ESQUIEZE-SERE
/www.facebook.com/veloexpressateliermobile
Tel : 06 49 30 16 14
Réparation - Atelier mobile

TOURMALET CYCLES
Place Mont Blanc
65120 ESQUIEZE-SERE
www.tourmaletcycles.com
Tel : 06 08 57 47 16
Location - Réparation

MONT'A VELO
Robin Sally
65400 AYROS-ARBOUX
www.montavelo.com Tel : 06 32 22 57 37
Location VTT électriques et accompagnement par moniteur diplômé

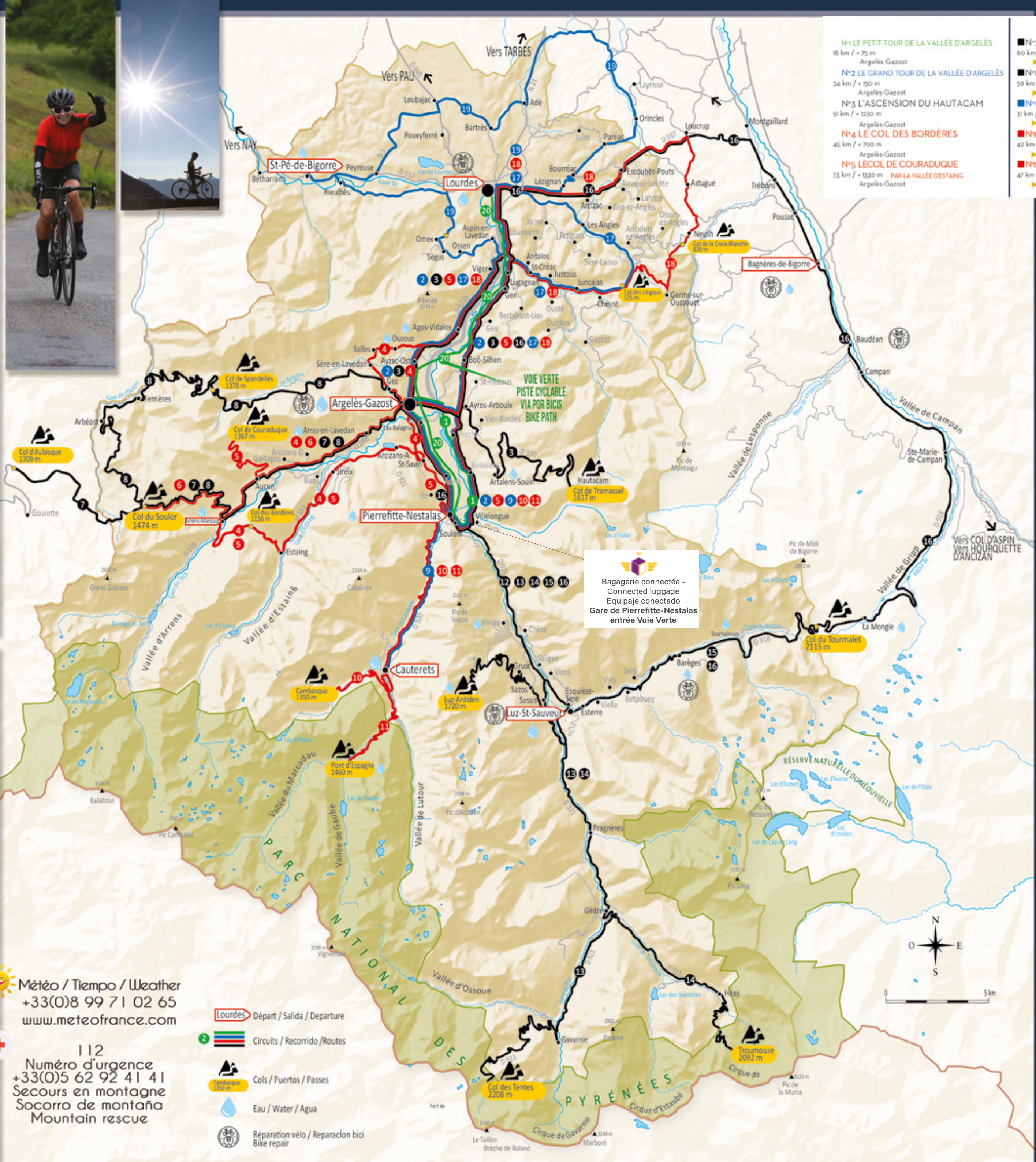
LUZ BIKES PYRENEES
Pierre Gabaud
65120 ESQUIEZE-SERE
www.luz-bikes-pyrenees.com Tel : 06 32 22 57 37
Location VTT électriques et accompagnement par moniteur diplômé

The history of the Tourmalet

The first cycling race to cross the Col du Tourmalet took place on 18 August 1902. It was known as 'the cycling and tourism competition' and was organised by the Touring Club of France. The starting and finishing point for the race were located in Tarbes. The Tourmalet was climbed twice over a distance of 215km. Jean Fischer was twice in the lead crossing this mountain pass. It was only in 1910 that the Tour de France first climbed the Col du Tourmalet. Octave Lapize crossed it in the lead on 21 July 1910 during the great Bayonne-Luchon stage which covered 325km. At this time, he made the famous statement "Vous êtes des assassins!" ("You are killing us!") aimed at the organisers. From then on the Col has been climbed many times by the Tour de France and is in fact the most crossed mountain pass in the race out of all the mountain ranges. It was notably the arrival stage in 2010 where we witnessed the famous Sclck vs Contador battle.

In the 1913 Tour de France, Eugène Christophe was knocked over by a car while descending the Col du Tourmalet, thus braking his bicycle fork. As the rules strictly forbid any assistance during the race, he walked 14 kilometres on foot in order to reach Sainte-Marie de Campan carrying his bike on his shoulder. In a local smithy Christophe attempted to repair his bike himself.

The incident meant the cyclists at the head of the Peloton were four hours ahead and that any dream of a final victory in the 1913 Grande Boucle was gone for Eugène Christophe. However his tale did become legendary.



- N°1 LE PETIT TOUR DE LA VALLÉE D'ARGELÈS**
18 km / + 75 m
Argelès-Gazost

N°2 LE GRAND TOUR DE LA VALLÉE D'ARGELÈS
34 km / + 150 m
Argelès-Gazost

N°3 L'ASCENSION DU HAUTACAM
51 km / + 1230 m
Argelès-Gazost

N°4 LE COL DES BORDÈRES
45 km / + 790 m
Argelès-Gazost

N°5 LE COL DE COURADUQUE
75 km / + 1530 m PAR LA VALLÉE D'ESTAING
Argelès-Gazost
- N°7 LE COL D'AUBISQUE**
60 km / + 1380 m
Argelès-Gazost

N°8 LE COL DU SOULOR
59 km / + 1850 m PAR LES SPANDELLES
Argelès-Gazost

N°9 LA VALLÉE DE CAUTERETS
51 km / + 290 m
Cauterets

N°10 LE CAMBASQUE
42 km / + 930 m
Cauterets

N°11 LE PONT D'ESPAGNE
47 km / + 1040 m
Cauterets
- N°13 LE COL DES TENTES**
90 km / + 1750 m
Pierrefitte-Nestalas

N°14 TROUMOUSE
84 km / + 1630 m
Pierrefitte-Nestalas

N°15 LE COL DU TOURMALET
64 km / + 1655 m
PAR BARÈGES
Pierrefitte-Nestalas

N°16 LE COL DU TOURMALET
99 km / + 1840 m
PAR LA MONGIE
Lourdes

N°17 LE COL DE LINGOUS
58 km / + 285 m
Argelès-Gazost
- N°19 LE TOUR DU PAYS DE LOURDES**
60 km / + 30 m
Lourdes

N°20 LAVOIE VERTE DES GAVES
34 km / + 50 m (A/R - ida y vuelta - round trip)
Lourdes ou Pierrefitte-Nestalas

COLS ET MONTÉES REMARQUABLES

REMARKABLE ASCENTS AND MOUNTAIN PASSES
PUERTOS Y SUBIDAS DE INTERÉS

TOURMALET Luz Saint-Sauveur	SOULOR Arrens-Marsous
Ascension / Ascensión 19 km Moyenne pente / Pendiente media 7,4 % Pente Maxi / Pendiente máxima 10,2 % Dénivelé / Desnivel 1404 m 2115 m	Ascension / Ascensión 7 km Moyenne pente / Pendiente media 8,0 % Pente Maxi / Pendiente máxima 11,0 % Dénivelé / Desnivel 596 m 1474 m
TOURMALET Sainte-Marie de Campan	SOULOR Ferrières
Ascension / Ascensión 17,2 km Moyenne pente / Pendiente media 7,4 % Pente Maxi / Pendiente máxima 10,0 % Dénivelé / Desnivel 1268 m 2115 m	Ascension / Ascensión 12 km Moyenne pente / Pendiente media 8,0 % Pente Maxi / Pendiente máxima 9,0 % Dénivelé / Desnivel 900 m 1474 m
HAUTACAM Ayros-Arbouix	COURADUQUE Argelès-Gazost
Ascension / Ascensión 13 km Moyenne pente / Pendiente media 8,0 % Pente Maxi / Pendiente máxima 11,0 % Dénivelé / Desnivel 1060 m 1635 m	Ascension / Ascensión 15,7 km Moyenne pente / Pendiente media 5,8 % Pente Maxi / Pendiente máxima 12,0 % Dénivelé / Desnivel 912 m 1367 m
LUZ ARDIDEN Luz Saint-Sauveur	AUBISQUE
Ascension / Ascensión 17,7 km Moyenne pente / Pendiente media 6,9 % Pente Maxi / Pendiente máxima 10,0 % Dénivelé / Desnivel 1010 m 1720 m	Ascension / Ascensión 10 km Moyenne pente / Pendiente media 6,5 % Pente Maxi / Pendiente máxima 9,0 % Dénivelé / Desnivel 831 m 1709 m possible from Laruns
COL DES TENTES Gavarnie	PONT D'ESPAGNE Cauterets
Ascension / Ascensión 11,5 km Moyenne pente / Pendiente media 7,5 % Pente Maxi / Pendiente máxima 9,0 % Dénivelé / Desnivel 832 m 2208 m	Ascension / Ascensión 5 km Moyenne pente / Pendiente media 8,5 % Pente Maxi / Pendiente máxima 11,5 % Dénivelé / Desnivel 555 m 1485 m
COL DES BORDÈRES Arrens-Marsous	CAMBASQUE Cauterets
Ascension / Ascensión 4,2 km Moyenne pente / Pendiente media 7,5 % Pente Maxi / Pendiente máxima 9,0 % Dénivelé / Desnivel 278 m 1156 m	Ascension / Ascensión 5 km Moyenne pente / Pendiente media 10,5 % Pente Maxi / Pendiente máxima 12,0 % Dénivelé / Desnivel 420 m 1350 m
COL DES SPANDELLES Argelès-Gazost	COL D'ASPIN Sainte Marie de Campan
Ascension / Ascensión 15,5 km Moyenne pente / Pendiente media 6,0 % Pente Maxi / Pendiente máxima 13,0 % Dénivelé / Desnivel 925 m 1378 m	Ascension / Ascensión 12,8 km Moyenne pente / Pendiente media 5,2 % Pente Maxi / Pendiente máxima 8,3 % Dénivelé / Desnivel 642 m 1489 m possible from Arreau
COL DE LA CROIX-BLANCHE Saint-Créac	HOURLQUETTE D'ANCIZANS Sainte Marie de Campan
Ascension / Ascensión 8,0 km Moyenne pente / Pendiente media 3,7 % Pente Maxi / Pendiente máxima 7,0 % Dénivelé / Desnivel 391 m 820 m	Ascension / Ascensión 22,6 km Moyenne pente / Pendiente media 4,0 % Pente Maxi / Pendiente máxima 12,0 % Dénivelé / Desnivel 904 m 1564m possible from Ancizans
TROUMOUSE Gèdre	
Ascension / Ascensión 15 km Moyenne pente / Pendiente media 7,0 % Pente Maxi / Pendiente máxima 9,0 % Dénivelé / Desnivel 1100 m 2100 m	