



AUTOUR DES VILLAGES 1

DIFFICULTÉ : FACILE
DURÉE TOTALE : 2h45
DÉNIVELÉ POSITIF : 150 m

Cette boucle assure la jonction entre les villages d'Arrens, de Marsous et d'Aucun. Elle vous emmènera dans un premier temps à la découverte des sentiers forestiers du Then, avant d'effectuer le retour entre prairies et villages.

Après le camping, monter le sentier forestier qui rejoint la via ferrata. La dépasser et poursuivre (direction Aucun). D'abord dans les conifères, puis dans une belle hêtraie. En sortie de forêt, on débouche dans le virage d'une piste. Descendre sur la piste, puis en bas, suivre le goudron tout droit (rue du Then) jusqu'au hameau de Las Poueyes. Au carrefour principal du hameau, prendre à gauche « route de Las Poueyes » (direction Aucun). Après les campings, prendre le chemin à gauche (dir. « Aucun »). Puis aux premières maisons d'Aucun, suivre la rue du « Pé dè Biè » puis la direction « Marsous ». Et enfin à Marsous, suivre « Arrens ».

DÉPART : village d'Arrens - Office de Tourisme
A l'angle de la boucherie, prendre la rue du Pradet. Traverser le pont en pierre. Après le terrain de foot, emprunter à gauche le « chemin des Bayens ». Départ du sentier après le camping.

BALISAGE : d'Arrens à la via-ferrata du Then, suivre « via ferrata » ; de la via-ferrata à Aucun, suivre « Aucun » ; d'Aucun à Marsous, suivre « Marsous » ; et de Marsous à Arrens suivre « Arrens ».

PÉRIODE FAVORABLE : toute l'année.



LES ARTIGAUX 4

DIFFICULTÉ : MOYEN
DURÉE TOTALE : 2h45
DÉNIVELÉ POSITIF : 370 m

Ce parcours assez ombragé emprunte d'anciens chemins pastoraux assurant la liaison entre les villages et les quartiers de grange. Sous la voûte bienfaisante des haies de frênes et de noisetiers qui bordent le sentier, vous découvrirez le quartier des Artigaux et ses nombreuses granges entourées de belles prairies de fauche. Tout au long du parcours, les pentes sont raides, parfois caillouteuses, mais restent régulières.

DÉPART : village de Marsous - Parking à 100 m de l'église. Puis remonter la rue Canaou jusqu'à son extrémité.

BALISAGE : suivre « Artigaux » à la montée ; sur le plateau suivre la piste « quartier Soum » ; puis suivre « Marsous » pour la descente et le retour.

PÉRIODE FAVORABLE : de mars à novembre.



LE MONT DE GEZ DEPUIS ARRAS 7

DIFFICULTÉ : MOYEN
DURÉE TOTALE : 3h30
DÉNIVELÉ POSITIF : 480 m

Le Mont de Gez est un petit sommet modeste, dominant la vallée d'Argelès et culminant à 1 097 m. La montée se fait par de raides mais beaux sentiers forestiers, bordés de murets de pierre. Les ambiances sont changeantes tout le long du parcours. On quitte la forêt juste sous le sommet. En haut, la vue s'ouvre alors à 360° sur la vallée d'Argelès, la chaîne du Pibeste, le massif du Hautacam ou encore les sommets du Val d'Azun.

DÉPART : Arras-en-Lavedan, rue principale (300 m au-dessus de la mairie)

BALISAGE : suivre « Mont de Gez » à la montée et « Arras-en-Lavedan » au retour.

PÉRIODE FAVORABLE : toute l'année (en l'absence de neige)



LA CABANE DE BOULESTE & LE COL D'UZIOUS 10

DIFFICULTÉ : CABANE : MOYEN / COL : DIFFICILE
DURÉE TOTALE : CABANE : 4h / COL : 6h30
DÉNIVELÉ POSITIF : CABANE : 510 m / COL : 1000 m

La cabane de Bouleste est nichée au cœur d'un splendide plateau suspendu, cerné de pics majestueux. L'ascension débute raide dans un sous-bois de noisetiers. À la sortie de l'étagé forestier, le sentier rejoint les estives et remonte la vallée en une succession de replats et de petits raidillons. Arrivés à la cabane vous profiterez de ce joli plateau pastoral, en compagnie des marmottes.

Variante sportive non balisée : depuis la cabane, quitter l'axe de la vallée et repérer un sentier qui remonte le long d'un étroit vallon. Plus haut, il débouche dans un cirque herbeux qu'il traverse pour monter raide en direction du col d'Uziou (qui domine les lacs du Lavedan et d'Uziou).

DÉPART : parking Lac du Tech, départ du sentier 100 m avant le parking.

BALISAGE : panneau au départ « cabane de Bouleste » puis suivre le sentier principal.

PÉRIODE FAVORABLE : cabane : de mai à novembre / col : de juin à octobre



LE LAC DE SUYEN ET LA TOUE DE DOUMBLAS 13

DIFFICULTÉ : FACILE
DURÉE TOTALE : 1h30
DÉNIVELÉ POSITIF : 110 m

Voici l'un des lacs de montagne les plus faciles d'accès de la vallée. L'itinéraire démarre à l'ombre d'une belle sapinière montagnarde. Puis on débouche rapidement à l'entrée d'une grande vallée pour atteindre le lac de Suyen et sa couleur bleue-verte. En continuant en amont du lac, vous découvrirez sur la berge opposée au sentier, la cascade de Doumbblas, puis un peu plus haut la cabane et la toue de Doumbblas, un ancien abri pastoral remarquable.

DÉPART : terminus de la route du Tech, parking de la Maison du Parc national du Plan d'Aste.

BALISAGE : panneaux jaunes. Suivre direction « Lac de Suyen / cascade de Doumbblas ».

PÉRIODE FAVORABLE : de mi-avril à fin novembre.



Rando' VAL D'AZUN
IDÉES DE BALADES TOUS NIVEAUX



EN VENTE 1€
valleesdegavarnie.com f @ in

VAL D'AZUN
IDÉES DE BALADES TOUS NIVEAUX

infotourisme@valleesdegavarnie.com
www.valleesdegavarnie.com

OFFICE DE TOURISME
ARGELÈS-GAZOST +33(0)5 62 97 00 25
VAL D'AZUN +33(0)5 62 97 49 49



valleesdegavarnie.com f @ in



ITINÉRAIRES RANDO - TRAIL - CYCLO - VTT - GRAVEL
ESCALADE - VIA FERRATA - PARAPENTE - ITINÉRANCE



Vos plus belles aventures commencent ici!
rando.valleesdegavarnie.com



LE BELVÉDÈRE ET LA REINE HORTENSE 2

DIFFICULTÉ : MOYEN (pentes raides)
DURÉE : 2h30 - REINE HORTENSE : 1h20
DÉNIVELÉ POSITIF : 170 m

Une courte randonnée pour rejoindre le « Belvédère », joli point de vue sur la vallée. La montée très raide se fait à l'ombre de la forêt. À la sortie du bois, l'on atteint le point le plus haut. Une sente discrète part sur la gauche et rejoint le belvédère (aller-retour). Le parcours se poursuit en amorçant la descente panoramique sur la vallée du Tech, en passant à proximité puis sous la conduite forcée, avant de regagner le couvert forestier. Possibilité de compléter l'itinéraire par la petite boucle familiale de la Reine Hortense.

DÉPART : village d'Arrens - Office de Tourisme et Maison du Parc national.

BALISAGE : PANNEAUX JAUNES. Direction « Belvédère » ou « Reine Hortense ».

PÉRIODE FAVORABLE : toute l'année (à éviter par temps humide et en présence de neige).



SOURCES DE NABIAS 5

DIFFICULTÉ : FACILE
DURÉE TOTALE : 1h45
DÉNIVELÉ POSITIF : 200 m

Une boucle courte qui emprunte des sentiers bucoliques, entre bois, estives et quartiers de granges.

Un itinéraire également panoramique, offrant de jolies vues sur la vallée d'Azun. Le patrimoine culturel est également au rendez-vous dans le village d'Arcizans-Dessus, avec ses nombreux moulins à eau et son bâti typique des villages de montagne.

DÉPART : village d'Arcizans-Dessus - Parking de la Mairie.

BALISAGE : suivre panneau « sources de Nabias » à l'aller et « Arcizans-Dessus » pour le retour.

PÉRIODE FAVORABLE : toute l'année.



LE COL DE BAZÈS 8

DIFFICULTÉ : COL : FACILE / PIC : DIFFICILE
DURÉE TOTALE : COL : 2h30 / PIC : 4h15
DÉNIVELÉ POSITIF : COL : 170 m / PIC : 480 m

L'itinéraire chemine sur les pistes forestières, au cœur des belles hêtraies-sapinières du massif de Couraduque. Il rejoint assez vite le col de la Serre puis les estives du Col de Bazès dominées par la masse imposante du Pic de Bazès. Du col, la vue s'étend sur deux vallées discrètes : celle du Bergons et celle de l'Ouzoum. Le retour peut s'effectuer par le même itinéraire ou par la cabane de Marioulète (« cabane jaune »).

Depuis le col, possibilité de monter au pic de Bazès. L'ascension est rendue difficile par des pentes très raides, sur un terrain caillouteux et glissant. L'aide des mains sera utile sur la dernière partie. En haut, le panorama à 360° est à couper le souffle.

DÉPART : col de Couraduque.

BALISAGE : bornes jaunes : à l'aller, suivre « pic de Bazès » et au retour « Couraduque » ou « cabane jaune ».

PÉRIODE FAVORABLE : de fin mars à fin novembre pour le col. En hiver, accès réglementé (pistes de ski de fond).



LE LAC DE POUÉY LAUN 11

DIFFICULTÉ : DIFFICILE
DURÉE TOTALE : 6h30
DÉNIVELÉ POSITIF : 1 150 m

Découvrez une vallée sauvage et un lac de haute-montagne où le minéral domine. Après un début d'ascension dans la hêtraie-sapinière montagnarde, l'itinéraire quitte l'étagé forestier et s'élève par de bons sentiers qui dessinent de multiples lacets pour gravir les gradins successifs, et autres éboulis, laissant tout le loisir d'apprécier les points de vue sur cette vallée.

DÉPART : parking du Lac du Tech.

BALISAGE : panneaux jaunes - suivre direction « Lac Pouey Laun ».

PÉRIODE FAVORABLE : de fin juin à fin octobre.



LE REFUGE DU LARRIBET 14

DIFFICULTÉ : REFUGE : MOYEN / LACS : DIFFICILE
DURÉE TOTALE : REFUGE : 5h / LACS DE BATCRABÈRE : 6h30
DÉNIVELÉ POSITIF : REFUGE : 590 m / LACS : 720 m

La découverte du vallon du Larribet se fait par un itinéraire aux multiples facettes où les ambiances paysagères se succèdent les unes aux autres. L'on démarre d'abord dans la grande sapinière montagnarde pour rejoindre rapidement le Lac de Suyen. C'est peu après ce lac que l'on quitte la vallée principale pour entamer une montée soutenue vers un étroit vallon suspendu. On y découvre alors un plateau enchanteur, dénommé La Claou. L'itinéraire se poursuit le long du cours d'eau, puis au bout du plateau entame une nouvelle ascension, raide elle aussi. Elle débouche juste sous le refuge, face à un imposant cirque minéral. Depuis le refuge, possibilité pour les plus sportifs de rejoindre les lacs de Batcrabère, au pied du massif du Balaitous, dans un univers où le minéral est roi...

DÉPART : terminus de la route du Tech, parking de la Maison du Parc national du Plan d'Aste.

BALISAGE : panneaux jaunes, suivre direction « Larribet ».

PÉRIODE FAVORABLE : de juin à octobre.



LE PIC DE PREDOUSED 3

DIFFICULTÉ : MOYEN
DURÉE TOTALE : 4h30
DÉNIVELÉ POSITIF : 500 m

Une boucle (aux pentes parfois raides) offrant des ambiances variées entre forêts et estives. À l'angle de la boucherie, prendre la rue du Pradet. Traverser le pont de pierre, et après le terrain de foot prendre à gauche le « Chemin des Bayens ». Après le camping, emprunter à droite le sentier qui monte en forêt. À l'intersection suivante, monter la piste forestière à droite. Passer devant le site de via ferrata et au bout de la forêt de confière, avant la ligne électrique, prendre à droite (dir. « pic de Pan »). Le sentier grimpe raide et en haut, atteint un point de vue. Ignorer le sentier du pic de Pan et prendre à droite (dir. « Arrens », antenne). Après l'auberge, descendre à droite et rejoindre la route du col des Bordères. Suivre la route à droite sur 200m et emprunter la piste à gauche (direction « Predouset »). Après environ 700 m, quitter la piste à droite pour un joli sentier. Plus haut, au bout des deux murets de pierre, prendre le sentier de droite. Il quitte la forêt et monte dans les prés pour rejoindre un col (point de vue) et le pic de Predouset. Le sentier descend ensuite très raide vers le village (balisage jaune-rouge).

DÉPART : village d'Arrens - Office de Tourisme.

BALISAGE : suivre direction « Pic de Pan » et en haut de la forêt (antenne) suivre « Arrens » puis à partir de la route du col des Bordères, suivre « Predouset ».

PÉRIODE FAVORABLE : toute l'année en l'absence de neige.



LE TOUR DE LUNCET 6

DIFFICULTÉ : MOYEN
DURÉE TOTALE : 2h15
DÉNIVELÉ POSITIF : 340 m

Cet itinéraire forestier prend son départ dans le petit village de Sireix. La montée assez raide se fait à l'ombre d'une forêt de feuillus, dominée par le noisetier d'abord puis le hêtre. Elle débouche soudainement sur le quartier des granges de Luncet et leurs prairies attenantes, point culminant de l'itinéraire. Après la grange, l'itinéraire rejoint la piste forestière pour entamer la descente. Il quitte rapidement cette piste pour récupérer un petit sentier qui plonge vers le village en traversant une belle hêtraie montagnarde typique des versants nord.

DÉPART : village de Sireix (petit parking Mairie).

BALISAGE : « Tour du Luncet » à la montée ; « Sireix » pour le retour.

PÉRIODE FAVORABLE : toute l'année.



LAC DE SOUM 9

DIFFICULTÉ : FACILE
DURÉE TOTALE : 2h30
DÉNIVELÉ POSITIF : 200 m

Au départ du mythique Col du Soutor, cette petite boucle familiale et panoramique vous permettra d'admirer des panoramas grandioses. Via de larges pistes pastorales, cette balade vous emmènera à la découverte des estives du Soutor où pâturent de nombreux troupeaux. Là-haut, la vue sur le massif des Gabizos est splendide. La boucle, à cheval sur les vallées d'Azun et de l'Ouzoum, peut se faire dans les deux sens. Point d'orgue de la balade : le petit lac de Soum, doté d'une végétation aquatique lui conférant sa forme si caractéristique.

DÉPART : col du Soutor.

BALISAGE : bornes jaunes (suivre direction « Lac de Soum »).

PÉRIODE FAVORABLE : de fin mars à fin novembre. En hiver, accès réglementé (pistes de ski de fond).



LE REFUGE ET LE LAC DE MIGOUELOU 12

DIFFICULTÉ : DIFFICILE
DURÉE TOTALE : 5h30
DÉNIVELÉ POSITIF : 880 m

Cette belle randonnée vous conduira jusqu'au refuge et au Lac du barrage de Migouéou, perchés dans un univers minéral spectaculaire. L'ascension assez longue se fait néanmoins sur un sentier agréable, sur une pente adoucie par les nombreux lacets. Les panoramas magnifiques et impressionnants sur la vallée accompagnent en permanence le randonneur. On débouche en fin de parcours juste sous les voûtes du barrage pour découvrir ce vallon au cœur duquel se niche ce grand lac entouré de sommets granitiques.

DÉPART : parking du Plan d'Aste, 800 m avant le terminus de la route du Tech.

BALISAGE : panneaux jaunes, suivre direction « Lac de Migouéou ».

PÉRIODE FAVORABLE : de juin à octobre.



LACS DU PLAA DE PRAT ET DE LIANTRAN 15

DIFFICULTÉ : MOYEN
DURÉE TOTALE : LAC DU PLAA DE PRAT : 4h15 / LAC DE LIANTRAN : 5h30
DÉNIVELÉ POSITIF : LAC DU PLAA DE PRAT : 505 m / LAC DE LIANTRAN : 660 m

Voici un itinéraire aux paysages et ambiances variés. Débutant au niveau du joli Lac d'Estaing, l'itinéraire remonte tranquillement le cours d'eau sur une agréable piste. Le sentier s'élève ensuite dans une belle forêt montagnarde et débouche à l'entrée d'une vallée ouverte et lumineuse que l'on remonte tranquillement. On y trouve alors une ambiance paysagère typique des zones montagneuses du Val d'Azun avec une alternance de replats herbeux, de landes et de pierriers granitiques. On rencontre d'abord un premier petit lac, le Lac de l'Angle (parfois à sec en été) avant d'atteindre celui du Plaa de Prat bordé de belles zones herbeuses propices à la détente. Pour atteindre le lac de Liantran, il restera un dernier raidillon à franchir.

DÉPART : Lac d'Estaing.

BALISAGE : suivre « lacs du Plaa de Prat » et « Liantran ».

PÉRIODE FAVORABLE : de mai à novembre.

LÉGENDE

- P** PARKINGS
- 1** NUMÉROS SENTIERS DE RANDONNÉES
- ITINÉRAIRES RANDONNÉES
- SENTIERS DE RANDONNÉES GR10 ET GR101
- SENTIER GRP DU TOUR DU VAL D'AZUN
- ⊙** SENTIER SAINT-JACQUES DE COMPOSTELLE
- ROUTES
- ▲** SOMMETS
- COLS
- COURS D'EAU
- LACS
- ⌄** REFUGES DE MONTAGNE ET CABANES PASTORALES
- FRONTIÈRE FRANCE / ESPAGNE
- PARC NATIONAL DES PYRÉNÉES
- RÉSERVE NATURELLE RÉGIONALE DU MASSIF DU PIBESTE-AOULHET

NUMÉROS UTILES

- MAISON DU PARC NATIONAL DES PYRÉNÉES
+33 (0)5 62 97 49 49
- RÉPONDEUR MÉTÉO FRANCE HAUTES-PYRÉNÉES
0 899 71 02 65 (NUMÉRO SURTAXÉ)
- SECOURS 112
- SECOURS EN MONTAGNE
+33 (0)5 62 92 41 41

CARTES TOPOGRAPHIQUES DE RÉFÉRENCE

La présente carte ne remplace pas une carte topographique ou un topoguide.

Vous retrouverez ci-contre les références des cartes et topoguides couvrant ce secteur géographique. En vente dans les commerces et Offices de Tourisimes des Vallées de Gavarnie.

CARTES TOPOGRAPHIQUES :

- IGN 1/25000 1647 OT Vignemale (Ossau / Arrens / Cauterets) - couvre le secteur montagne
- IGN 1/25000 1647 ET Lourdes (Argelès-Gazost / Le Lavedan) - couvre le secteur piémont
- Rando Éditions 1/50 000 n°4 Bigorre (Cauterets / Gavarnie / Saint-Lary)

TOPOGUIDES DE RÉFÉRENCE :

- Topoguide Val d'Azun - 14 balades et randonnées (Editions Glénat)

PATRIMOINE EN BALADE :

Via une application téléchargeable gratuitement, découvrez 15 circuits de balades faciles audio-guidées sur toute les vallées.  Chaque parcours aborde un thème en relation avec l'histoire et la spécificité des lieux.



RANDONNÉES ACCOMPAGNÉES

Tout au long de l'année, les guides et accompagnateurs en montagne de la vallée vous proposent des sorties encadrées adaptées à tous les niveaux : découverte et observation de la faune et de la flore, sorties nocturnes sous les étoiles, balades hors des sentiers battus, haute montagne et ascensions de sommets mythiques...

Liste des professionnels sur valleesdegavarnie.com
Flashez le QR Code ci-contre pour découvrir le programme des randonnées accompagnées.



CONSEILS & PRÉCAUTIONS

PÉRIODES DE PRATICABILITÉ

Les itinéraires présentés sur ce document sont praticables en conditions estivales, c'est-à-dire en l'absence de neige ou de glace. Certains itinéraires situés à haute altitude ou sur des versants ombragés peuvent conserver un enneigement tardif (jusqu'à la fin du printemps, voire jusque tard dans l'été pour certains parcours). Avant d'envisager un itinéraire, renseignez-vous systématiquement auprès des Offices de Tourisme sur leur état de praticabilité.

MÉTÉO ET ÉQUIPEMENT

De mauvaises conditions météo (brouillard, pluie, vent, orage froid...) peuvent également transformer un parcours facile en véritable supplice. Il est essentiel de consulter un bulletin météo avant le départ et d'adapter ses sorties aux conditions du jour. L'équipement indispensable : chaussures adaptées, vêtements chauds, coupe-vent, couvre-chef, lunettes de soleil, crème solaire, eau, en-cas ou pique-nique.

RESPECT DES LIEUX ET DES USAGERS

- Tenir son chien en laisse (lorsque ceux-ci sont autorisés).
- Rester à distance des troupeaux.
- Stationner sur les espaces dédiés.
- Ne laisser aucune trace de son passage (restes de pique-niques ; papier toilette ; colonnes de pierre en équilibre type « stone balancing », etc).

RÉGLEMENTATION DANS UNE ZONE PROTÉGÉE



EN ZONE CŒUR DU PARC NATIONAL DES PYRÉNÉES

Afin de protéger ce patrimoine exceptionnel, le cœur du Parc national des Pyrénées est protégé par une réglementation :

- Les chiens ne sont pas admis, même tenus en laisse.
- La cueillette et les prélèvements (minéraux, animaux) sont interdits.
- Le bruit et les dérangements sont interdits.
- Les feux sont interdits.
- Les bivouacs sont réglementés.

 Sur le terrain, la zone-cœur du Parc National est annoncée au départ des sentiers et est délimitée par une signalétique et un balisage peinture spécifique.