

# VTT

Porte	Code	Nom	Distance	Durée	Dénivelé +	Altitude Min.	Altitude Max.
A	A1	Les Puyolles	9 Km	1h	200 m	440 m	580 m
	A2	Les coteaux	24 Km	2h15	500 m	440 m	650 m
	A3	Les Jambous	26 Km	3h	700 m	440 m	720 m
C	C1	Vallon du Salut	11 Km	1h30	220 m	560 m	644 m
	C2	Le tour du Bédât	10 Km	2h15	420 m	560 m	800 m
	C3	Le Monné	17 Km	3h	800 m	560 m	1120 m
	C4	Le Castelmouly	15 Km	2h30	800 m	560 m	1080 m
	C5	Le Serris	18 Km	3h	680 m	560 m	1090 m
D	D1	Le Lhéris	23 Km	3h30	800 m	570 m	1340 m
	D2	La Coume d'Artigous	20 Km	3h	740 m	570 m	1260 m
	D6	Les Bernadaus	12 Km	2h	430 m	570 m	960 m
	D7	La fontaine de Crastes	7 Km	1h15	120 m	570 m	730 m
Eb	E1	Le Chiroulet	22 Km	3h	480 m	630 m	1080 m
EL	E2	Lesponne rive gauche	30 Km	4h30	1250 m	630 m	1550 m
Fs	F1	Le tour de Sainte-Marie	7 Km	1h	175 m	850 m	1000 m
Fs	F2	Vallée de Gripp	22 Km	3h15	830 m	850 m	1230 m
FA	F6	Chemin de Ramy	8 Km	1h30	270 m	1090 m	1290 m

## LES PORTES

Porte	Localisation
A	Montgaillard, place des Truca Taoules
B	Pouzac, place du Coustou
C	Bagnères de Bigorre, square de Tutzing (Près de Chez Octave)
D	Gerde, parking à côté du cimetière
E Beaudéan	Beaudéan, Parking route des Cols (près de chez Aneto)
E Lesponne	Lesponne, Parking de la salle des fêtes
F Ste Marie	Sainte-Marie de Campan, Parking route du Col d'Aspin
F Artigues	Artigues, Parking de la porte d'entrée du Néouvielle (après le Camping municipal)



Soyez acteur de la qualité de vos sites de pratiques ! Suricate permet de signaler les problèmes que vous rencontrez quand vous pratiquez.

Une erreur de balisage, un panneau défectueux, un problème de pollution, un besoin de sécurisation, un conflit avec un propriétaire ou d'autres pratiquants... Remplissez le formulaire, localisez le problème et envoyez.



## LÉGENDE

- PARCOURS**
- Portes de départ des parcours
  - Très facile
  - Facile
  - Difficile
  - Très difficile
  - Liaison Enduro
  - Départ et arrivée parcours Enduro
- INFOS**
- Pump Track
  - Réparateurs / Loueurs
  - Points d'eau
  - Toilettes publiques

0 1 2 km

Echelle 1/50 000

RETROUVEZ TOUS LES CIRCUITS ET LES TRACES GPX SUR NOTRE SITE

[www.tourmaletpicdumidi.fr/vtt-enduro](http://www.tourmaletpicdumidi.fr/vtt-enduro)



# ENDURO

Porte	Code	Nom	Distance montée	Distance ENDURO	Durée Totale	Dénivelé +	Altitude Min.	Altitude Max.
B	B11	Ave Cesar	3 km	2 km	1h15	234 m	530 m	700 m
D	D10	Rock-it	5,6 km	1,5 km	1h30	324 m	570 m	850 m
	D11	La ruée vers l'or	7 km	3 km	2h	447 m	570 m	960 m
Eb	E10	Racines-Land	9,2 km	3,5 km	3h	854 m	630 m	1450 m
	E11	Mirkwood	6,5 km	2 km	2h	520 m	630 m	1130 m
	E12	L'amanite	8,5 km	5 km	3h	530 m	630 m	1320 m
	E13	Bowl Party	8,5 km	4 km	3h	702 m	630 m	1320 m
EL	E20	Croix de Béliou	10,2 km	3,5 km	3h30	827 m	750 m	1550 m
	E22	Le Baysaou	8,8 km	5 km	3h30	780 m	750 m	1430 m



# BALISAGE

**A1** Parcours VTT  
**B11** Parcours ENDURO

Très facile  
Facile  
Difficile  
Très difficile

LIAISON

Prudence ralenti  
Fausse route

# VTT

**A1 Les Puyolles**  
 Les vues sont nombreuses tout au long de ce parcours facile sur de larges pistes. Un panorama sur la vallée des Gaves tout d'abord, puis sur la plaine autour de Tarbes depuis les Puyolles.

**A2 Les côteaux**  
 Prenez de la hauteur pour parcourir les côteaux en entrée de vallée sur des pistes larges. Ce circuit, sans grande difficulté, vous permettra d'apprécier de nombreux points de vue sur notre vallée et la plaine de l'Adour.

**A3 Les Jambous**  
 Si de Montgaillard, la remontée se fait tranquillement jusqu'à Bagnères, la suite est constituée de trois bosses. La première, en sous-bois, se fait dans le massif du Bédât, la seconde dans le camp de César. Vous finirez par la montée raide des Jambous.

**C1 Vallon du Salut**  
 Au fil de l'eau, ce circuit part du vallon du Salut pour rejoindre l'aire de jeux de Pouzac. Un circuit idéal en famille, sans grande difficulté, si ce n'est une petite portion avant d'arriver sur le centre équestre où les plus jeunes devront maîtriser leur vitesse.

**C2 Le tour du Bédât**  
 Aux portes de Bagnères-de-Bigorre, venez profiter des nombreux sentiers historiques du Bédât. Tout en sous-bois, ce parcours propose une véritable variété de sentiers malgré une altitude modeste.

**C3 Le Monné**  
 Pour atteindre le Monné, il faudra prendre de la hauteur par une petite route forestière jusqu'aux plaines d'Esquiou. À 1100 m d'altitude, vous dominerez la cité thermale pour entamer une descente sur sentier jusqu'en bas. Le Tucou vous fera de l'ombre dans un passage rocailleux délicat. Les sentiers du Bédât en sous-bois, clôtureront cette descente variée.

**C4 Le Castelrouly**  
 Au sommet du Castelrouly, profitez de la vue sur la plaine pour vous élaner sur une succession de sentiers en sous-bois puis entre les buis pour rejoindre le Cot de Ger. Attention au final trépidant, où tout passer sur le vélo est un véritable défi surtout si c'est humide... On remonte ensuite à la Croix de Manse pour descendre tranquillement par les sentiers du massif du Bédât.

**C5 Le Serris**  
 Un circuit qui permet de faire le tour du Monné depuis Bagnères-de-Bigorre. Une montée sur une route forestière jusqu'aux plaines d'Esquiou vous dépose au pied du Monné pour admirer le panorama. De là vous enchaînez sur une succession de sentiers monotraces vous menant des estives aux allées Maintenon.

**D1 Le Lhéris**  
 Si la montée en grande partie sur piste est longue, vous en serez récompensé en sortant des bois pour découvrir la falaise du Casque du Lhéris. Faites une pause aux cabanes du Teilhet, car à partir de là c'est un magnifique vieux sentier qui s'offre à vous. Maîtrisez tout de même votre vitesse, la pente est parfois importante et vous partagerez cet itinéraire avec de nombreux randonneurs.

**D2 La Coume d'Artigous**  
 Si la montée, en grande partie sur piste, est longue, vous en serez récompensés en sortant des bois pour découvrir la falaise du Casque du Lhéris. Vous attaquerez ensuite une longue descente plutôt technique. Soyez prudent sur certains passages, notamment sur le final trépidant, rendu très difficile par les divers orages...voire l'humidité.

**D6 Les Bernadaus**  
 Par une petite route, vous rejoindrez le col des Palomnières et son panorama impressionnant sur les Baronnières et la plaine. C'est ensuite une piste en montée qui vous déposera aux Bernadaus avec une magnifique vue sur le Pic du Midi. En fin d'après-midi, c'est soleil couchant assuré. Profitez des pistes forestières pour descendre ensuite jusqu'à Gerde.

**D7 La Fontaine de Crastes**  
 Partez à la découverte de cette miraculeuse fontaine au coeur de la forêt. Vous empruntez pour cela des petites routes et pistes sans difficulté.

**E1 Le Chiroulet**  
 Un itinéraire en aller-retour pour découvrir la magnifique vallée de Lesponne. En empruntant des pistes, vous remonterez jusqu'au Chiroulet le long de l'Adour de Lesponne. Vous y croiserez de nombreuses granges et serez souvent à l'ombre. Si le dénivelé est important la difficulté est inexistant. Un VTTAE pourrait vous permettre d'en profiter pleinement.

**E2 Lesponne rive gauche**  
 Un super circuit plutôt typé montagne qui fait le tour de la vallée de Lesponne. Si vous allez d'abord monter tranquillement le long de l'Adour de Lesponne, c'est ensuite plus exigeant pour rejoindre la croix de Béliou et son magnifique point de vue. S'en suivra une succession de 3 descentes variées pour revenir à Beaudéan.

**F1 Le tour de Sainte-Marie**  
 Un circuit facile permettant de découvrir les environs de Sainte-Marie-de-Campan. Du sentier de Mariouse au Trassouet, profitez de petites routes et sentiers adaptés à tous.

**F2 Vallée de Gripp**  
 De beaux panoramas s'offrent à vous tout au long de ce circuit. Tout d'abord côté Payolle en montant depuis le Serrat de Bon. On découvre ensuite la vallée de Gripp depuis le Serrat de Gaye pour y plonger par un sentier en sous-bois joueur. On bascule ensuite rive gauche pour redescendre sur Sainte-Marie-de-Campan via le Cap de la Coste.

**F6 Chemin de Ramy**  
 Une boucle facile au-dessus du Lac d'Artigues sur des pistes et routes larges.

**E10 Racines-Land**  
 Long, physique et technique, cet itinéraire enduro se découpe en 2 parties. Sur le haut de la piste, c'est le royaume des racines. Par contre, sur la partie basse « old school », c'est bien raide avec des virages fermés...un vrai défi. Le tout en forêt.

**E11 Mirkwood**  
 Premier sentier « historique » dédié à la pratique de l'enduro ouvert par les locaux. Vous allez découvrir un itinéraire où le plaisir de pilotage est à la hauteur de l'ambiance de cette magnifique forêt. Un sentier qui joue avec les mouvements de terrain parfois pentus.

**E12 L'amanite**  
 Un itinéraire enduro accessible au plus grand nombre. Virages relevés, parties naturelles et sauts sont les ingrédients d'un trail incroyable. Vous évoluerez au sein d'une forêt à l'ambiance magnifique, avec pour seul mot, le plaisir de pilotage.

**E13 Bowl Party**  
 Un tracé qui joue et prend appui sur les reliefs du terrain pour le plaisir de piloter. Quelques passages dans des goulets pimentent le tout. C'est parfois raide mais jamais très technique. Le tout dans une belle ambiance forestière.

**E20 Croix de Béliou**  
 Si monter à la croix de Béliou se mérite, vous vous engagerez sur l'un des classiques de la vallée. Cet itinéraire enduro est l'un des plus beaux de la vallée, même s'il prend d'abord appui sur un vieux sentier exigeant sur le haut. C'est ensuite le plaisir de pilotage dans un sous-bois ouvert qui finira de vous convaincre. 700 m de dénivelé négatif sans un coup de pédale.

**E21 Le bois d'Oubac**  
 Un itinéraire enduro sans grande difficulté. Entièrement en sous-bois, la pente n'y est jamais forte sauf sur le final. On apprécie ce sentier pour son flow naturel. Ici, les virages sont ouverts et on profite de la belle ambiance du lieu, le sourire aux lèvres.

**E22 Le Baysaou**  
 D'anciens sentiers et des nouveautés sont au menu de cet itinéraire Enduro rouge, composé de deux descentes. La première, dans le bois du Baysaou, commence en douceur pour finir sur un vieux sentier parfois pentu. On remonte ensuite tranquillement jusqu'aux granges de Gréziolles par une piste. De là, un vieux sentier où l'art de la glisse sera un atout, vous mènera jusqu'au Par dé Hourcaou. Attention à bien ralentir sur le final car vous entrerez dans un petit hameau

**B11 Ave Cesar**  
 Emmenez les plus jeunes découvrir les joies de descendre à VTT. Très accessible, cet itinéraire a été pensé pour le débutant et pour le plaisir de pilotage. En fonction de votre forme physique, vous partirez du point le plus haut ou des nombreux départs intermédiaires. Même les plus aguerris y trouveront quelques sauts optionnels.

**D10 Rock-it**  
 Dans la forêt de Gerde, cet itinéraire joue avec les reliefs de ce bois si particulier. Goulets, sauts et virages relevés en font un véritable toboggan à vélo.

**D11 La ruée vers l'or**  
 Flowtrail par excellence, ce sentier est accessible à tous. Quand les plus expérimentés iront chercher les nombreux sauts optionnels, les débutants profiteront d'une pente modérée pour se faire plaisir.

## LOCATIONS - REPARATION

**Aneto Sports** LOCATION  
 125 route des Cols  
 65710 Beaudéan  
 05 62 91 71 15

**Pyrénées Vélo Evolution** LOCATION  
 1 avenue du 8 Mai  
 65200 Gerde  
 09 84 06 01 40

**Chez Octave** LOCATION  
 1 rue Emilien Frossard  
 65200 Bagnères de Bigorre  
 06 98 82 91 36

**Ancla Sports - Lokaé** LOCATION  
 Quartier Payolle  
 65710 Campan  
 06 63 56 82 47

**Dynamic'Bike**  
 11 rue du Monné  
 65200 Bagnères de Bigorre  
 06 71 93 66 91

Loueur-réparateur Loueur réparateur

# BICI D'AQUI. VTT • TOURMALET

## CARTE DES PARCOURS VTT & ENDURO

**17** Parcours VTT  
**10** Parcours ENDURO  
**350** km balisés

DESTINATION TOURMALET PIC DU MIDI

# ENDURO

## CODE DU VÉTÉTISTE

• Ne troublez pas la tranquillité des troupeaux et animaux sauvages. Refermez toujours les barrières derrière vous !  
 • Respectez les zones réglementées d'exploitation forestière, les propriétés privées et les zones de cultures.  
 • Gardez à l'esprit que les freinages violents peuvent endommager les sentiers.  
 • Respectez l'environnement et ne jetez pas vos détritus dans la nature.

(source Altamonta)

• Empruntez les chemins balisés et respectez le sens des itinéraires  
 • Informez-vous avant de partir de l'état d'ouverture du circuit VTT  
 • Contrôlez l'état de votre VTT et prévoyez des accessoires de réparation.  
 • Portez un équipement de protection adapté : le casque est fortement recommandé, nous vous conseillons également des gants  
 • Respectez la priorité aux randonneurs pédestres. Soyez courtois lors des dépassements ou croisements de randonneurs, chasseurs ou cavaliers.  
 • Maîtrisez votre vitesse surtout dans les portions fréquentées par d'autres usagers. Adaptez votre comportement aux autres usagers.

# BICI D'AQUI. VTT • TOURMALET

En Haute-Bigorre, temple du vélo situé au pied des mythiques cols d'Aspin et du Tourmalet, vous pouvez aussi faire du VTT !

Bicid'aqui VTT est un site labellisé FFC de 27 circuits (dont 10 «enduro») aménagés ou simplement fléchés dans la plaine vallonnée, en forêt ou en haute-montagne. Même si les tracés sont ludiques, c'est d'abord l'extraordinaire cadre naturel que l'on vient chercher ici : des vues imprenables sur les sommets (dont le Pic du Midi, bien sûr), des sous-bois sauvages (à découvrir sur le circuit «Mirkwood» notamment), des prairies fleuries, des ruisseaux, des curiosités patrimoniales (liées à l'eau ou au pastoralisme) et une biodiversité luxuriante. Ces circuits ont été imaginés par l'Avenir Cycliste de Bagnères-de-Bigorre et réalisés par la Communauté de Communes de la Haute-Bigorre.

Retrouvez tous les circuits et les traces gpx sur notre site  
[www.tourmaletpicdumidi.fr/vtt-enduro](http://www.tourmaletpicdumidi.fr/vtt-enduro)

Ce qui rend votre séjour pyrénéen unique, c'est l'accueil qui vous est réservé. Ici, le cycliste est roi, et tout un réseau qualité de prestataires, soucieux de votre bien être, se sont engagés pour accueillir les cyclistes comme il se doit.

De nombreux hébergements et services labellisés ALTAMONTA Accueil cyclo proposent ainsi des prestations adaptées à vos besoins (garage à vélo sécurisé, matériel de réparation, alimentation adaptée, lavage et séchage de vos tenues cyclistes,...).

www.pyrenees-cyclo.com

## RENSEIGNEMENTS

OFFICE DE TOURISME .....05 62 95 50 71  
 MÉTÉO FRANCE .....32 50 ou 08 99 71 02 65  
 INFO ROUTE.....0825 825 065 - inforoute.ha-py.fr  
 GENDARMERIE .....05 62 95 60 10  
 SECOURS .....112

# DESTINATION TOURMALET PIC DU MIDI

Bicid'aqui VTT • TOURMALET

Retrouvez tous les circuits et les traces gpx sur notre site  
[www.tourmaletpicdumidi.fr/vtt-enduro](http://www.tourmaletpicdumidi.fr/vtt-enduro)

## Guide de séjour

ON FAIT QUOI?

MON GUIDE DE SÉJOUR EN TEMPS RÉEL

- Je sélectionne Quand et Quoi
- Je fais mon choix
- Je profite d'un séjour sur mesure!

www.tourmaletpicdumidi.fr/jevisites

DES BROCHURES À DISPOSITION DANS NOS ACCUEILS

DES TOPOS ET CARTES EN VENTE DANS NOS ACCUEILS

## OFFICE DE TOURISME TOURMALET-PIC DU MIDI

3, allée Tournefort  
 65200 Bagnères-de-Bigorre

Mail : [info@tourmaletpicdumidi.fr](mailto:info@tourmaletpicdumidi.fr)  
 Téléphone : 05 62 95 50 71

[www.tourmaletpicdumidi.fr](http://www.tourmaletpicdumidi.fr)

Nous suivre  
 #TOURMALETPICDUMIDI

Avec le concours de:

Occitanie  
 Avenir Montagnes  
 Avenir Cycliste de Bagnères-de-Bigorre  
 Haute Bigorre

Création Office de Tourisme Tourmalet-Pic du Midi - Illustrations: © Aubéline Vigneronne pour le CC-BY, Haute-Bigorre - Photos: © CC de la Haute-Bigorre