



VALLÉES DE GAVARNIE
PYRÉNÉES

gratuit



Adieu!

MAGAZINE TOURISTIQUE ANNUEL 2024 > 25

 **Versión en español** ✨

 **English version** ✨



©Marion Vallin



vallesdegavarnie.com f @ in


**Pic du Midi
Tourmalet**
PYRÉNÉES FRANCE

2877 M

...Vivez l'exceptionnel
au
Pic du Midi

Voyagez en téléphérique,
visitez l'histoire de sa construction,
prenez en plein la vue
sur les terrasses aménagées
et défiez le Ponton dans le Ciel...
Le dépaysement est garanti !

**Réserver
c'est gagner !**

CHER
RAPIDE

JUSQU'À -20%

Pour bénéficier du meilleur prix sur le créneau
de votre choix, réservez au plus tôt sur :

picdumidi.com


VALLÉES DE GAVARNIE
PYRÉNÉES

Adieu !

À l'heure où l'on consomme les paysages sans vraiment les voir, les vivre ; où l'on définit chaque destination en la comparant aux autres sans connaître sa véritable identité, nous vous proposons, au fil de ces quelques pages, de revenir à l'essentiel, au vrai. Loin des artifices, laissez de côté vos écrans, et vivez l'instant présent. Ne vous contentez pas de voir les paysages, regardez-les attentivement. Vous verrez alors que les souvenirs sont bien plus beaux lorsqu'on les sauvegarde non pas dans nos téléphones, mais bien au chaud dans nos cœurs et nos mémoires, et qu'on les partage avec ceux qui comptent **vraiment**.

Lors de votre venue, ne mesurez pas la qualité de votre voyage en likes mais en battements de cœur. Laissez-vous surprendre par les richesses de nos montagnes, séduire par leur goût inimitable, toucher par leur authenticité et leur générosité, et émouvoir par la beauté de leur simplicité. Nous vous souhaitons la bienvenue dans nos vallées.

valleesdegavarnie.com f @ in



Adiu!

Les bonnes raisons de découvrir les Vallées de Gavarnie !




1 SITE DOUBLEMENT INSCRIT À L'UNESCO
Pyrénées - Mont Perdu


1 PARC NATIONAL
le Parc national des Pyrénées


2 RÉSERVES NATURELLES
 - la Réserve Naturelle régionale du massif du Pibeste-Aoulhet
 - la Réserve Naturelle nationale du Néouvielle

Des cols mythiques pour se challenger, des espaces bien-être où se prélasser et 1 001 activités pour s'amuser et découvrir les vallées dans l'eau, dans l'air et sur terre !

Pour vous immerger dans les Vallées de Gavarnie, nous avons glissé dans ce magazine quelques expressions bien d'ici :

Adiu = Bonjour

Adishatz = Au revoir

Ah teh = Ah, tiens

Que cau saber = Bon à savoir

Qu'es aquò ? = Qu'est-ce que c'est ?

Un grand **merci** à toutes les personnes qui ont accepté d'intervenir dans ce magazine pour leurs conseils et leurs témoignages.

Document non contractuel et non exhaustif. Les informations sont mentionnées à titre indicatif et arrêtées au 15/05/2024. L'Agence Touristique des Vallées de Gavarnie ne saurait être tenue responsable en cas de changement des informations communiquées.



Ils vous conseillent

Les Vallées de Gavarnie, ce sont 6 territoires aussi différents que complémentaires. 6 façons bien distinctes de découvrir les Pyrénées et leurs richesses, et 6 fois plus de chances d'en tomber amoureux.

VALLÉE D'ARGELÈS-GAZOST | VAL D'AZUN | BARÈGES-TOURMALET | GAVARNIE-GÈDRE | VALLÉE DE LUZ | CAUTERETS

Pour vous aiguiller dans votre découverte, nos ambassadeurs vous conseillent tout au long de ces pages. N'hésitez pas à pousser les portes de nos Offices de Tourisme pour les rencontrer en vrai !



Des Vallées...



puissantes



surprenantes



traditionnelles



gourmandes

Direction de la publication 2024

Vallées de Gavarnie
 15 Place de la République
 65400 Argelès-Gazost
 infotourisme@valleesdegavarnie.com

Rédaction

Mélanie Mengarduque, Vallées de Gavarnie

Graphisme et illustrations

Cécile Henniqaou, Vallées de Gavarnie

Impression 2024

RSI / JOMAGAR
 37 500 exemplaires
 Impression sur papier PEFC

Des vallées puissantes

*« C'est une montagne et une muraille tout à la fois ;
c'est l'édifice le plus mystérieux
du plus mystérieux des architectes ;
c'est le Colosseum de la nature ; c'est Gavarnie. »*

Victor Hugo

Puissantes



Les Grands Sites d'Occitanie



Le Parc national des Pyrénées



Les réserves naturelles



La Réserve Internationale de Ciel Étoilé



Les Grands Sites

Le Cirque de Gavarnie, le Pont d'Espagne à Cauterets ou encore le Pic du Midi de Bigorre à Barèges... Véritables symboles des vallées, ces Grands Sites d'Occitanie sont puissants non pas par leur grandeur, mais par l'intensité des émotions qu'ils nous procurent. À chaque saison, leurs paysages se réinventent pour vous éblouir encore et encore...

Les Grands Sites d'Occitanie >>



LE CIRQUE DE GAVARNIE

Plus connu que ces deux voisins, les cirques de Troumouse et d'Estaubé, le Cirque de Gavarnie est une merveille de la nature. Il fait partie du site transfrontalier "Pyrénées - Mont Perdu" inscrit sur la liste du patrimoine mondial de l'Unesco.



Le Pyrénéisme... Qu'es aquò ?

Le Pyrénéisme demeure un néologisme formé par opposition à l'alpinisme. Ce courant intellectuel du 19^{ème} siècle offre une approche à la fois sportive, artistique et littéraire de la montagne.



Ah, teh!



Julien
Ambassadeur des Vallées de Gavarnie

« Pour moi, la boucle du Plateau de Bellevue est le plus bel itinéraire estival pour admirer à distance le Cirque de Gavarnie. Bien qu'un peu à l'écart du cœur du site, la situation du plateau, perché à 1 700 m d'altitude, à mi-distance entre le village et le Cirque, permet d'avoir un peu de recul et de hauteur pour appréhender toute sa dimension. Par ailleurs, la boucle offre une succession d'ambiances paysagères remarquables : le plateau tapissé d'iris en juillet, les petites cascades au détour d'une passerelle, la fraîcheur de la forêt montagnarde, les vertes prairies de la Prade... »



LE PIC DU MIDI Barèges - Tourmalet

Après une montée en téléphérique, vous atteignez 2 877 m d'altitude pour découvrir le sommet du Pic du Midi et son panorama à couper le souffle sur la chaîne des Pyrénées. Là, devant vous, 300 km de sommets se dévoilent été comme hiver.

LE PONT D'ESPAGNE Cauterets

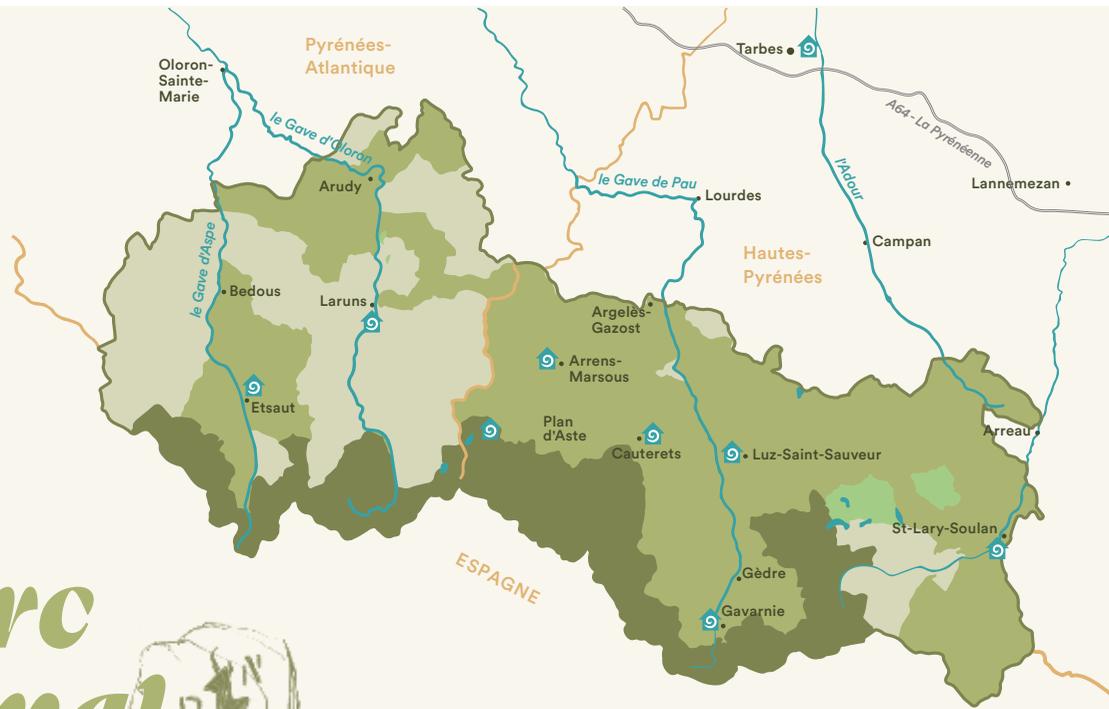
Facile d'accès, le site du Pont d'Espagne est un écrin de nature où l'on peut admirer le fameux pont sous lequel s'engouffre une cascade. C'est aussi le point de départ pour partir découvrir le lac de Gaube en été.



<< Tout savoir sur le Parc national des Pyrénées

LÉGENDE

- Aire optimale d'adhésion
- Zone cœur
- Aire d'adhésion
- Réserve naturelle
- Maison du Parc national



Le Parc national des Pyrénées

...une nature préservée

Nos montagnes pyrénéennes hébergent de nombreuses richesses qu'il convient de protéger pour les voir perdurer. C'est pourquoi, le Parc national des Pyrénées a vu le jour.

Zones de quiétudes... Qu'es aquò ?

Afin de préserver la tranquillité du Grand Tétrás pendant la période d'hivernage, le Parc national aménage et signale des zones de quiétude, secteurs au sein desquels il ne faut pas pénétrer.

C'EST QUOI ?

Riche de patrimoines naturels, culturels et paysagers très diversifiés, le Parc national des Pyrénées a vu le jour en 1967. Il participe avant tout à la connaissance et à la préservation de ces patrimoines, à l'accueil et à la sensibilisation de tous les publics, ainsi qu'à l'accompagnement des communes pour un développement durable.

Au sein de cet écosystème, plus de 2 500 espèces végétales cohabitent et donnent à l'endroit toute sa beauté et son charme.

De nombreuses espèces animales y résident également, elles sont les gardiennes du Parc et garantissent son équilibre. L'été, durant les estives, les troupeaux viennent rejoindre cet effectif.



le bouquetin ibérique



le Grand Tétrás

Que cau saber !

Des rencontres avec les gardes-moniteurs du Parc national des Pyrénées sont organisées l'été pour découvrir leur métier et profiter de leurs connaissances !



le gypaète barbu

C'EST OÙ ?

Composé d'une zone dite « cœur » et d'une « aire d'adhésion », le Parc national s'étend sur 100 km le long de la crête frontière avec l'Espagne, couvrant six vallées et deux départements, les Pyrénées-Atlantiques et les Hautes-Pyrénées.



Iris des Pyrénées



Ah, teh !

Amaury
Ambassadeur des Vallées de Gavarnie

« Les Maisons du Parc national des Pyrénées sont des espaces d'exposition dédiés à la nature et la culture de la zone cœur du Parc. On peut y découvrir les espèces emblématiques, et y bénéficier de nombreuses animations autour de l'environnement !

De mon côté, je suis agent d'accueil et d'animations dans celle du Val d'Azun. Elle s'est d'ailleurs réinventée en 2022, et propose maintenant un espace novateur et riche en découvertes que je serais ravi de vous présenter ! »

POURQUOI ET COMMENT ?

Pour préserver la richesse et la biodiversité de ce Parc national de montagne, la zone cœur bénéficie d'une réglementation spécifique. Par exemple, les chiens, même tenus en laisse, ne sont pas admis*. Par méconnaissance des bonnes pratiques, certains comportements peu adaptés fragilisent l'harmonie des lieux et impactent la faune et la flore. Pour connaître la réglementation complète de la zone ainsi que les bons usages en montagne, n'hésitez pas à consulter le site internet : pyrenees-parcnational.fr.

Dans l'aire d'adhésion, le Parc national est un partenaire de proximité et s'impose comme un soutien permanent à la vie locale en œuvrant auprès de l'ensemble des acteurs pour mettre en place un développement durable de ces zones. Cela passe, par exemple, par la valorisation de l'agriculture locale et de ses produits, la conservation des patrimoines culturels, l'aménagement des villages, la sensibilisation des populations, etc.

*Quelques exceptions toutefois sur certains sentiers à Gavarnie et Cauterets. Nous consulter.

©Illustrations Gypaète / Iris / Bouquetin / Grand Tétrás : David Toiser, Formo



©Laury Bartrand - Vallées de Gavarnie

©Antoine Garcia

Au cœur des réserves

Des trésors par milliers

Pour protéger les ressources naturelles qui font toute la beauté des vallées, des réserves ont vu le jour. Ces espaces préservés accueillent des trésors aussi beaux que fragiles. Apprenez à les connaître !

La Réserve Naturelle régionale du massif du Pibeste-Aoulhet

Vrai ou faux ?

1. C'est la réserve naturelle régionale la plus vaste de France métropolitaine ?
2. Il y a très peu de forêts dans la réserve ?
3. On peut observer du mouflon méditerranéen sur le massif ?
4. 5 espèces de rapaces diurnes sont présentes sur le massif ?



1. **Vrai** > 5 100 hectares.
2. **Faux** > L'espace forestier occupe plus de 70% de la surface de la réserve.
3. **Vrai** > Vous pourrez les observer en vous baladant notamment vers le Pic d'Alian.
4. **Faux** > Il y en a 19.

En effet, la réserve est réputée pour être un refuge privilégié pour les oiseaux. D'ailleurs, l'observatoire de la falaise de Thou est équipé d'une longue-vue vous permettant d'observer certains d'entre eux.

Source : rnr-pibeste-aoulhet.com

RÉPONSES

Quiz

1. Combien de lacs et laquets compte cette réserve ?
5 / 25 / 70
2. Quel arbre y retrouve-t-on majoritairement ?
- le pin à crochets
- l'érable
- le chêne
3. Combien d'espèces différentes d'algues est-il possible d'y observer ?
50 / 571 / 2 000

La Réserve Naturelle nationale du Néouvielle

1. 70
2. Le pin à crochets
3. 571

Source : pyrenees-parcnational.fr

RÉPONSES

Rencontre avec... Lucie et Julien Gardiens de refuge

Un nouveau refuge a ouvert ses portes sur le tour du Néouvielle, le refuge d'Aygues-Cluses. « On a la Réserve du Néouvielle qui est juste derrière les crêtes, là. Nous, on n'est pas dans la réserve, mais on est quand même sur le tour du Néouvielle et, dans ce circuit, on essaye de les [les visiteurs] sensibiliser à cette nature qui est fragile. » **Lucie, gardienne de refuge**



<< Découvrez leur portrait vidéo

©Angèle Mary



©Antoine Garcia

La Réserve Internationale de Ciel Étoilé du Pic du Midi

Dans les Vallées de Gavarnie, la nuit brille autant que le jour grâce à la Réserve Internationale de Ciel Étoilé du Pic du Midi. Ce label protège l'environnement nocturne et lutte contre la pollution lumineuse.



20% de la population mondiale connaît encore des nuits pures

250 communes engagées

1^{ère} Réserve labellisée en Europe et en France

La RICE s'étend sur 65% des Hautes-Pyrénées

soit 3000 km²

Source : picdumidi.com

Rencontre avec... Jean Loirat

« Bâti par les pionniers de l'observation des étoiles et symbole des Pyrénées, le Pic du Midi fait le trait d'union entre la Terre et le Ciel. Il contribue à la préservation du ciel étoilé à travers la réserve internationale de ciel étoilé, la première en Europe!

Nos équipes passionnées par l'histoire du Pic vous donnent rendez-vous à 2 877 m pour un voyage depuis le balcon des Pyrénées pour une observation de la chaîne des Pyrénées, un spectacle dans le planétarium le plus haut d'Europe ou dans la coupole de l'observatoire.

Pour découvrir en famille la magie du monde de la nuit, la Maison du Tourmalet propose une immersion dans la biodiversité nocturne avec la projection à 360° du spectacle "Nox", une véritable expérience qui démarre depuis Toulouse vers le Col du Tourmalet, puis le Pic du Midi et s'élève vers les planètes et au-delà ! »

Jean Loirat
Responsable de la médiation scientifique du Pic du Midi

Ah, teh!

« D'ici septembre 2024, la Pépinière Céleste ouvrira ses portes à deux pas du village de Barèges ! 15 mn de balade éducative pour arriver à un lieu de contemplation diurne et nocturne. On pourra s'installer dans le canapé forestier pour faire le plein de grand air et de nature. En plus, la nuit, on pourra emprunter un chemin éclairé tout en préservant le ciel étoilé pour profiter pleinement de la RICE ! Des animations nous plongeront en immersion totale à la découverte du monde de la nuit et de ses mystères. »



Jessica
Ambassadrice des Vallées de Gavarnie



Que ça s'abêr !



<< Tous nos conseils pour faire votre premier bivouac sous l'océan d'étoiles pyrénéen.

« Pendant la randonnée, le rôle de l'accompagnateur ça va être de guider son groupe, de l'amener du coup à un objectif. Ça peut être un petit sommet, ça peut être un lac, ça peut être tout simplement un moment convivial. »

Yohann, accompagnateur en montagne pour Acumpanyat

Des vallées surprenantes

Surprenantes



Les activités
dans les airs, sur
terre et dans l'eau



Avec les
pitchouns



En attendant
le soleil



En hiver



Sur les chemins
à pied, en courant,
à vélo, avec son chien

Vallée de
Bareges

Vallée de
Gavarnie-Gèdre

Vallée de
Cauterets

STATION
GRAND TOURMALET

STATION
GAVARNIE
GÈDRE

STATION
CIRQUE DU
LYS

ESPACE
NORDIQUE

Val d'Azun

STATION
HAUTACAM

STATION
LIZ ARPIDEN

PONT
D'ESPAGNE

Vallée
de Luz

Vallée
d'Argelès-Gazost

Lourdes

Luz-Saint-Sauveur

PIERRETTITE
-NÉPALAS

ARGELÈS-
GAZOST

ARBENS-MARBOUS

Vicky
ROYER.

les
Vallées
de
Gavarnie

Vos plus beaux moments ... dans les airs



Toutes les tyroliennes >>



Tyrolienne

Découvrez les paysages sous un nouvel angle grâce aux tyroliennes ! Suspendu, laissez-vous glisser en toute sécurité le long du câble pour profiter du panorama, mais aussi et surtout des sensations que cela vous procure !

©Pierre Meyer, AE Médias



Tous nos prestataires >>



©Antoine Garcia

Saut à l'élastique

Le temps d'un saut à l'élastique en solo ou en duo, lâchez prise et faites monter l'adrénaline au cœur d'un site majestueux : le Pont Napoléon de 65 m de hauteur à Luz-Saint-Sauveur. Alors, cap ou pas cap ?



Séverine
Ambassadrice
des Vallées de Gavarnie

Ah, teh!

« Si vous aimez comme moi tester les nouveautés, le saut pendulaire depuis le Pont Napoléon vous procurera une montée d'adrénaline à une hauteur de 65 m !

Suspendu sous le Pont, balancez-vous dans un décor grandeur nature au-dessus des gorges de Luz-Saint-Sauveur. »

Il y a tant de façons d'explorer les Pyrénées !
À pied, à deux roues, depuis les parois...
Le plus dur est de faire un choix !

Rien de tel pour s'oxygéner que de s'activer dans l'air pur et frais des Pyrénées ! Été comme hiver, testez ces activités pour faire monter l'adrénaline !



Tous les moniteurs de parapente >>



©Antoine Garcia

Parapente

Toute l'année, envolez-vous avec un moniteur au-dessus des Pyrénées pour mieux en apprécier toute leur beauté. Un moment suspendu dans le temps... et dans les airs !

Rencontre avec... Marie-Florentine de Hautacam

« Depuis peu, nous proposons une nouveauté qui vous permet de vous envoler à plus de 50 m au-dessus du vide pour vivre une expérience unique !

Tout commence en gare de départ. Vous vous installez confortablement sur votre vélo après avoir enfilé un baudrier. Après les dernières vérifications de sécurité, mousqueton bien serré, la porte s'ouvre sur cet aller-retour de 300 m de long.

Il ne reste plus qu'à pédaler, sans forcer, et admirer les plus belles montagnes des Vallées de Gavarnie.

En dessous de nos pieds, c'est 50 m de vide, à regarder ou non, tellement les sensations sont garanties ! En hiver, la neige recouvre le petit ruisseau, qui est agréable à observer en été.

Après 150 m parcourus, vous arrivez à la gare de retour. Un opérateur fera pivoter votre vélo, et c'est reparti pour pédaler dans les airs.

Sur le retour, les montagnes sont encore plus présentes dans le paysage, on en prend plein les yeux. Mon petit conseil ? Testez cette activité en hiver au coucher du soleil, avec les lumières de fin de journée, l'instant est magique ! »

**Marie-Florentine Hulin, chargée de communication
Station de montagne 4 saisons du Hautacam**



En plus de la Zippy Bike, retrouvez la Mountain Luge, le Tubby Jump, le Rolling Bulle et bien d'autres activités à Hautacam ! >>



... sur terre

Sur les chemins, les parois ou encore dans les arbres, il y a tant de façon d'explorer les vallées en s'amusant. Avoir les pieds sur terre n'aura plus le même sens pour vous !



Via Ferrata

Ces itinéraires aménagés sur les parois rocheuses vous permettent de découvrir les vallées sous un nouvel angle. En autonomie pour les plus chevronnés ou accompagnés d'un professionnel pour les plus novices, différents parcours aux niveaux variés ponctuent le territoire et vous permettent de découvrir cette pratique.



<< Faire de l'escalade et de la via ferrata

©Manon Vallin

L'accrobranche

D'arbre en arbre, explorez les forêts des Vallées de Gavarnie. Les parcs d'accrobranche vous plongent dans la nature luxuriante pyrénéenne. Leurs parcours évolutifs permettent aux débutants comme aux plus confirmés de s'amuser et de faire le plein de sensations. Enfilez vite votre baudrier pour découvrir cette activité !



Tous nos >> prestataires



©Antoine Garcia



Découvrir le Bike Park >>



©Antoine Garcia

Barèges Bike Park

L'été, lorsque la neige laisse place aux étendues bien vertes, la station du Grand Tourmalet versant Barèges se transforme en Bike Park !

Venez jouer sur les pistes de descente, d'enduro ou de VTTAE, c'est accessible à tous : débutant, confirmé ou expert (location sur place ou avec son propre matériel).



Tous nos prestataires >>



Trottinette

Pour faire une pause avec les randos à pied et les balades à vélo, testez les sorties en trottinettes ! Qu'il soit électrique ou de descente, ce mode de déplacement insolite vous réserve de belles sensations.

©Gérard Ganglion

Rencontre avec... Marion de Chloro'fil

« Je travaille pour le Parc d'accrobranche Chloro'fil depuis 5 ans. J'ai la chance de travailler dans ce lieu d'accueil chaleureux et dans un cadre naturel d'exception, au pied des montagnes du Hautacam et au carrefour des vallées de Caunterets, Luz, Val d'Azun, et Lourdes.

À l'origine, huit parcours acrobatiques sportifs ont vu le jour il y a plus de vingt ans. Aujourd'hui, nous avons presque vingt parcours qui permettent à tous, dès 2 ans, de se divertir et se challenger sur des jeux variés. Familles, amis, enfants, adultes... il y en a pour tous les goûts !

Notre équipe, sympa et pro, accueille les aventuriers tout l'été dans la bonne humeur et en toute sécurité ! J'adore voir les gens s'amuser, se dépasser, et se créer de beaux souvenirs ! C'est très chouette de les voir repartir satisfaits et heureux d'avoir passé un bon moment avec nous !

Le parcours que je préfère et que je vous recommande, c'est le « Vers les cimes ». Il est impressionnant car il se joue à 23 mètres de hauteur, et offre une vue imprenable sur toute la vallée et les sommets environnants. Un vrai moment d'évasion extrême !

Pour prolonger l'aventure, on propose aussi d'autres activités telles que le rafting, l'e-cross trott ou encore le canyoning. »

Marion, Parc accrobranche Chloro'fil

Réservez >>
votre activité



©Laury Bertrand, Vallées de Gavarnie

... dans l'eau

L'eau est au cœur des Vallées de Gavarnie. Leurs lacs et cours d'eau, que l'on appelle ici les gaves, sont sources de nombreuses activités et vous transportent tout au long de l'année à la découverte des Pyrénées.

Canyoning

Telle une gouttelette, faufilez-vous dans l'eau cristalline des vallées et suivez son rythme effréné. Muni d'une combinaison néoprène, descendez le cours d'eau en enchaînant les toboggans naturels et les sauts.



Tous les moniteurs de canyoning >>



©Antoine Garcia

Rafting

Avec vos coéquipiers, montez à bord de votre embarcation gonflable et laissez-vous guider par le moniteur... Tantôt dans les rapides, tantôt dans des courants plus calmes, descendez le gave en profitant du paysage qui vous entoure. Sensations garanties !

Tous les moniteurs de rafting >>



©Antoine Garcia

« Un nouveau site que je vous conseille, c'est celui du Lac vert qui se situe sur la commune d'Agos-Vidalos. Cette ancienne base de loisirs a fait l'objet d'un programme de renaturation, visant à retirer les anciens aménagements et à redonner au Gave de Pau une zone naturelle d'expansion en cas de crue.

Depuis le mois de mars 2024, les plans d'eau du site sont ouverts à la pratique de la pêche à la truite, et ce toute l'année (carte de pêche réciprocaire obligatoire et réglementation des pratiques de pêche y évoluant selon la période de l'année, renseignez-vous bien au préalable).

Si la pêche à la truite y est l'activité phare, le lieu reste également accessible aux non-pêcheurs qui pourront profiter d'un petit cheminement piéton équipé de panneaux d'information sur les zones humides et les milieux naturels qui le composent. À noter que le site ne dispose pas d'espace accueil. Et, si comme moi vous souhaitez aller y faire quelques lancers, il vous faudra prévoir votre propre équipement. Bonne pêche ! »



Ah, teh!

Julien
Ambassadeur
des Vallées
de Gavarnie

©Tristan Buchot



Que ça saper !

Pour être sûr de faire mouche, faites appel à Clément ou Pierre-Adrien, l'un de nos guides-moniteurs ! Retrouvez-les ici avec tous nos conseils de pêche >>

Rencontre avec... Thomas de Tom Rafting

« Je suis moniteur de rafting depuis 2005. Au cours du temps, ma vision de cette discipline a évolué, de même que les attentes de nos clients, qui souhaitent aujourd'hui vivre de véritables expériences en compagnie de leurs guides. Kayakiste depuis l'enfance, les bivouacs au bord de la rivière ont toujours fait partie de mes plus beaux moments.

J'ai également eu l'occasion d'expérimenter cette pratique lors de mes voyages, comme dans le Grand Canyon, en Indonésie ou à Madagascar.

J'ai constaté qu'il s'agissait d'une manière originale de découvrir une région que l'on ne connaît pas.

Se réchauffer au coin du feu après une journée intense de navigation ou boire un café au petit matin alors que la brume se lève, observant discrètement une loutre ou un héron, sont autant d'instant magiques que j'avais envie de partager. Nous avons donc décidé de créer les sorties rafting avec bivouac. De Villelongue, nous descendons le Gave de Pau sur environ 40 km en deux jours. Le soir, nous partageons une raclette pyrénéenne au coin du feu et dormons à la belle étoile, en hamac ou sous tente en fonction de la météo.

Le raft, en sus d'être l'outil parfait pour se faire plaisir dans les rapides, est un moyen de déplacement silencieux et écologique, propulsé à la seule force des bras, qui se prête donc merveilleusement à l'itinérance douce. »

Thomas Legeay,
moniteur de rafting chez Tom Rafting

Réservez >>
votre activité



©Manon Vallin

Avec les pitchouns

Parce qu'il est parfois difficile de motiver les troupes, voilà quelques idées pour faire découvrir les Pyrénées de façon ludique à toute la famille !

Se balader avec des animaux

Pas toujours facile de convaincre votre famille de partir en randonnée ? On a LA bonne idée pour vous. Optez pour les balades avec des animaux ! Ânes, chevaux, chiens et même lamas, ces adorables compagnons de route seront vos meilleurs alliés pour que vos enfants oublient l'effort et aiment la rando dans les Pyrénées !



©Gérard Ganglion

Lancer la ligne à la Truite des Pyrénées

Autre façon d'amuser les troupes : la pêche ! À la Truite des Pyrénées à Lau-Balagnas, un parcours de pêche permet aux petits comme aux grands de faire quelques lancers sans permis. Le matériel est prêté gratuitement et les truites sont pesées en fin de partie. Alors, ça mord ?



Que cau saber !

Découvrez les aventures de Myrtille la marmotte des éditions De Plaines en Vallées !



Découvrir une ferme

Les animaux de la ferme sont souvent au cœur de l'éveil et de l'apprentissage des enfants. Mais ont-ils déjà rencontré l'un d'eux pour de vrai ? Les visites de ferme sont des sorties très enrichissantes, aussi bien pour les parents que pour les enfants, car elles permettent de découvrir le travail qui se cache derrière les délicieux fromages dégustés au quotidien !



©Manon Vallin



©Antoine Garcia



Virginie
Ambassadrice
des Vallées de Gavarnie

Ah, teh !

« Pour un moment de jeux en famille ou un pique-nique dans un cadre magnifique, je vous conseille de faire un tour à la base de loisirs d'Arrens-Marsous.

Les enfants adoreront grimper sur la marmotte géante ou faire un tour de vélo ou trottinette sur les bosses du pumtrack. »

Toutes les activités à faire en famille



Partir à l'abordage à Chloro'jil

Le Bois des Pirates, accessible dès deux ans, est idéal pour les familles. Pendant que les plus grands s'amuseront sur les parcours d'accrobranche, les plus petits pourront se balader et apprendre en s'amusant dans ce parcours aérien de files, en passant de cabane en cabane où ils pourront retrouver des jeux et diverses connaissances autour du thème des 5 sens.

Préparez-vous, moussaillons, le bateau pirate n'attend plus que vous !



©Raïssa Djedjé, Vallées de Gavarnie



S'émerveiller au Donjon des Aigles

Partez à la rencontre des oiseaux de proie du monde entier au Donjon des Aigles ! Au cœur du château de Beaucens offrant une vue panoramique sur la vallée d'Argelès-Gazost, vous pourrez assister tous les après-midis à un beau spectacle animalier commenté et présenté sur fond musical, pour le plus grand plaisir de tous.



©Manon Vallin

Visiter le Parc animalier des Pyrénées

Pour une belle journée en famille, misez sur le Parc animalier des Pyrénées ! S'étendant sur 14 hectares, on peut y découvrir près de 100 espèces animales telles que les incontournables marmottes, les loutres, les ours bruns, les bouquetins et bien d'autres encore !



©Antoine Garcia



<< Toutes nos idées pour ensoleiller vos journées

En attendant le soleil



©Laury Bertrand, Vallées de Gavarnie



Profiter du grand Art au Hang'Art

Rien de tel par temps de pluie, que de se faire une expo, et pour cela, pas besoin d'être en ville ! À Esquièze-Sère, petit village montagnard, l'art s'est invité dans un ancien hangar à wagons réhabilité, le Hang'Art. Ce bel espace contemporain accueille les arts visuels et performatifs dans un écrin de montagne et vous offrira une belle pause culturelle gratuite à l'abri !

S'élancer sur la glace

Pour occuper toute la famille quand il fait mauvais, quoi de mieux que d'enfiler ses patins pour aller s'amuser à la patinoire de Gèdre. Ouverte toute l'année, sa glace naturelle permettra de défouler petits et grands avant le retour du beau temps !



Ralentir la cadence

Les vacances dans les Pyrénées sont souvent très intenses tant il y a de choses à voir et d'activités à faire. Une journée de mauvais temps, c'est aussi l'occasion de prendre le temps, de se reposer et de ralentir la cadence. Le Kairn bistro-librairie, est idéal pour ça ! On choisit un bon livre et on s'installe à une table pour nourrir aussi bien son corps que son esprit...



Tous les endroits où prendre le thé et goûter >>



©Gérard Ganglion

S'accorder un moment de déconnexion

Pour reposer vos muscles et vos méninges, rien de tel qu'un moment de détente et de bien-être. Petite escapade dans l'un de nos spas, séance de yoga, de Qi Gong ou encore massage à domicile ou dans l'un des instituts, les possibilités ne manquent pas pour se relaxer et se faire chouchouter !

Faire une sortie spéléo

S'il y a bien un endroit où la pluie n'a pas son mot à dire, c'est bien sous terre ! Optez pour une sortie spéléologie pour découvrir le monde souterrain du massif du Pibeste, autour de Saint-Pé-de-Bigorre. En famille pour des sorties d'initiation ou des parcours plus sportifs pour les plus expérimentés, la spéléologie est une activité qui vous fera oublier le temps capricieux !



Tous les moniteurs >>



©Manon Vallin

Que cau saber !

Vous pouvez aussi découvrir ce monde caché en visitant les grottes de Bétharram ! Balade en barque sur la rivière souterraine et petit train dans les Grottes raviront petits et grands.



©Laury Bertrand, Vallées de Gavarnie

Rencontre avec... Axel Foschia

« Je suis Axel, le guide de la centrale de Pragnères depuis maintenant 4 ans. Cette centrale hydroélectrique est la plus puissante des Pyrénées, elle dispose d'une conduite forcée de plus de 1 000 m de hauteur permettant à l'eau de frapper les turbines à plus de 500 km/h.

Lors de la visite, je vous présente et explique comment on récupère et achemine l'eau des montagnes pour la transformer en électricité. Vous aurez également l'occasion d'enfiler un casque de réalité virtuelle pour vous mettre dans la peau d'un technicien EDF et partir vérifier toutes nos installations.

Je m'adapte à tous les niveaux, j'aime le côté humain et pédagogique de ce métier. Prêts pour cette aventure hors du commun ? »

Axel, guide à la centrale hydroélectrique de Pragnères

Réservez une visite >>



EXPÉRIENCES PYRÉNÉENNES

VIVRE DES AVENTURES À LA MONTAGNE

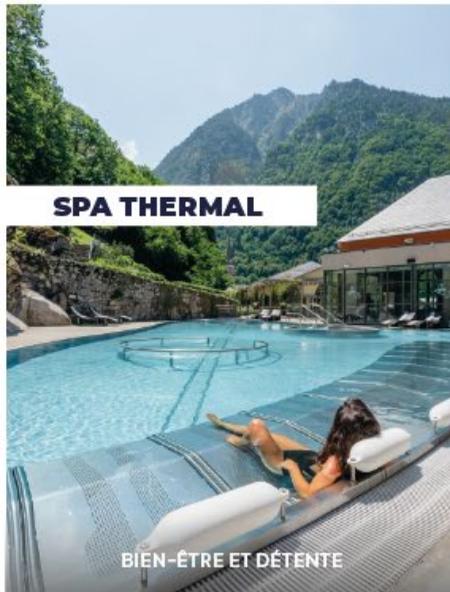
C'est très Cauterets!

SKI ALPIN



FACE AUX PYRÉNÉES

SPA THERMAL



BIEN-ÊTRE ET DÉTENTE

PONT D'ESPAGNE



NATURE PRÉSERVÉE

RANDONNÉE



LIEUX INCONTOURNABLES

VILLAGE



AU CŒUR DES MONTAGNES



@cauterets

WWW.CAUTERETS.COM

Les Vallées de Gavarnie

se réinventent chaque saison !

Printemps

Parfois enneigées, parfois ensoleillées, les vallées au printemps offrent un contraste de couleurs éblouissant entre les sommets encore blanchis et les prairies vertes et fleuries. C'est la saison idéale pour visiter les villages et leur patrimoine remarquable, se promener sur la voie verte pour profiter du réveil de la nature et observer les troupeaux sortir des étables et bergeries...

©Manon Vallin

Été

L'été, c'est la saison de tous les possibles dans les Pyrénées ! La journée, on prend de l'altitude pour se balader au frais au bord des lacs ou au milieu des iris, des troupeaux en estives ou encore des marmottes. En fin de journée on profite d'un apéro devant un coucher du soleil puis, le soir venu, on regarde les étoiles apparaître dans le ciel pur de la Réserve Internationale de Ciel Étoilé...

©Wondelise

Hiver

Lorsque les premiers flocons viennent habiller les sommets, les reliefs prennent une toute autre dimension, tout comme vos vacances à la montagne ! On met son plus beau bonnet pour aller faire de la luge, on ressort son service à raclette pour faire de bons festins, on joue aux jeux de société au coin de la cheminée...

©Antoine Garcia

Automne

Après le tumulte de l'été, le calme revient peu à peu dans les vallées. C'est le moment de profiter des Pyrénées en toute intimité. On se balade en forêt pour profiter des couleurs flamboyantes qu'offrent les arbres, on écoute le brame du cerf et on part à la cueillette des champignons, châtaignes et noix...

©Manon Vallin



VALLÉES DE GAVARNIE
PYRÉNÉES

valleesdegavarnie.com

f @ in





En piste!

En ski de piste, de fond, de randonnée ou encore en snow et luge, les possibilités de glisse ne manquent pas dans les Vallées de Gavarnie ! Sur les espaces alpins ou nordiques, de belles sorties sauront occuper vos journées d'hiver en famille ou entre amis.

Tour d'horizon des domaines par nos ambassadeurs :

« Au Grand Tourmalet, c'est 100 km de pistes à dévaler... C'est mon GRAND préféré ! Idéal pour tous : pistes larges avec vue sur nos beaux massifs Pyrénéens, successions de virages dans la forêt du Lienz et de l'Ayré. La cerise sur le gâteau : la montée au sommet du Pic du Midi à 2 877 m avec une vue à 360° sur les sommets. »

Jessica

« L'Espace Nordique du Val d'Azun, ce sont différents itinéraires de pratiques nordiques riches en paysages. Des panoramas dégagés du Soulor, à l'intimité secrète des forêts de Couraduque, c'est un endroit où j'apprécie skier ! »

Amaury

« J'aime skier sur Luz Ardiden : 2 secteurs 2 ambiances. Pour moi, coup de cœur pour Bédéret avec ses pistes larges et la terrasse ensoleillée du restaurant avec une vue incroyable sur la vallée. »

Séverine

« Ce que j'aime à Cauterets, c'est qu'on retrouve d'un côté le domaine alpin, le Cirque du Lys, où je m'éclate en snow grâce à ses belles pistes et son snowpark. Et on retrouve le domaine nordique, le Pont d'Espagne, où j'aime me balader en raquettes au milieu des sapins. »

Cécile

Toutes les infos sur les domaines skiables >>



Rencontre avec... Delphine Bruzaud



« Une journée type en tant que monitrice de ski, on arrive vers 8h30, on met en place le jardin d'enfants pour pouvoir accueillir les enfants tout au long de la journée et les débutants.

Ensuite, on commence nos cours à 9h jusqu'à 17h. Ça s'enchaîne toute la journée, on peut avoir des enfants, des adultes, des groupes, des individuels, du ski, du snow...

Et c'est ça qui est génial, ce n'est jamais pareil, ce n'est jamais monotone ! »

Delphine Bruzaud, monitrice de ski à la station de Gavarnie-Gèdre

Découvrez son portrait vidéo >>



« La station de ski de Gavarnie-Gèdre est ma préférée des vallées, c'est une petite station familiale à taille humaine, tous les niveaux peuvent se permettre de skier ensemble, et le panorama une fois en haut est juste magnifique ! »

Axel

« Hautacam est la station parfaite pour les petits, les grands, les débutants, les confirmés... Ce que j'apprécie le plus, c'est que l'ensoleillement et la vue y sont incroyables. »

Virginie

Nos randonnées accompagnées en hiver

Avec, ou sans raquettes, profitez des **sorties accompagnées** proposées par nos guides et accompagnateurs. Véritables mines d'informations, ils vous guideront en toute sécurité en vous partageant leurs connaissances du territoire.

Sous les étoiles

Lorsque le soleil se couche et que la nature s'endort peu à peu, partez pour une randonnée raquettes sous le ciel nocturne. Un moment paisible pour découvrir les paysages autrement.

Rencontre avec la faune sauvage

Vous pensiez qu'en hiver tous les animaux étaient bien cachés en attendant la belle saison ? Et bien non, il est possible d'observer le passage de certains d'entre eux, et parfois même de les apercevoir dans les paysages enneigés lors des sorties accompagnées.

Découvrir de nouvelles pratiques

Pour découvrir la montagne hivernale autrement qu'en raquettes ou en ski de piste, laissez-vous tenter par des sorties d'initiation en ski de randonnée ou d'alpinisme encadrées par des professionnels.

Balades gourmandes

Quoi de mieux pour se réchauffer l'hiver après une jolie randonnée que de profiter de plats réconfortants aux saveurs locales ? Sorties raquettes et tartiflette, fondue ou encore grillades, laissez vos papilles choisir !



<< Découvrez son portrait vidéo

Rencontre avec... Yohann François

« Le rôle de l'accompagnateur ça va être de guider son groupe, de l'amener du coup à un objectif. Ça peut être un petit sommet, ça peut être un lac, ça peut être tout simplement un moment convivial.

Quelque chose qui nous tient très à cœur, c'est bien sûr de parler de la faune, de la flore qui est assez exceptionnelle ici dans le Parc national des Pyrénées. Et bien sûr de pouvoir partager nos connaissances sur le milieu montagnard, de débusquer un petit isard au pied de la falaise, de sortir la longue-vue pour leur montrer.

D'entendre le sifflement de la marmotte et de pouvoir diriger le regard vers elle. De profiter de toute la belle flore qu'on a l'été dans les Pyrénées, de belles orchidées... »

Yohann François,
accompagnateur en montagne pour Acumpanyat



©Antoine Garcia



©Pierre Meyer, AE Médias



©Antoine Garcia



©Pierre Meyer, AE Médias

Venir dans les Pyrénées, c'est aussi l'occasion de faire de nouvelles expériences hivernales insolites. Découvrez ici un avant-goût de ce qui vous attend !



Tester le tubing

Grimpez sur votre bouée, élanchez-vous du haut de la piste et laissez-vous glisser sur la neige. Votre monture se met alors à tourner sur elle-même, un vrai challenge à dompter, pour le plus grand plaisir des petits comme des grands !

Rouler en Fat bike

Partez pour une excursion au guidon d'un Fat bike ! Grâce à ce vélo aux roues surdimensionnées, vous pourrez rouler sur la neige plus facilement et aller à la rencontre des panoramas enneigés.

Tester le biathlon

En hiver comme en été, en famille ou entre amis, essayez-vous à cette discipline accessible dès 3 ans. Avec votre carabine optique, vous enchainerez les passages au pas de tir pour essayer de viser le meilleur classement !



Tester de nouvelles activités

Se balader en dameuse

À la nuit tombée, après la fermeture de la station de Gavarnie-Gèdre, montez dans une dameuse et laissez-vous porter jusqu'au sommet du domaine. Une fois en haut, admirez le soleil se coucher et profitez d'un moment gourmand face à la Brèche de Roland.



Essayer le Learn-O

Ce jeu d'orientation et d'apprentissage par le mouvement est idéal pour occuper toute la famille, dès 3 ans ! Piochez une carte de défi et l'aventure peut commencer...



S'évader en chien de traîneau

Il n'y a pas qu'au Canada où en Laponie qu'il est possible de faire du chien de traîneau, dans les Vallées de Gavarnie aussi !

À Barèges, partez pour une balade avec le musher et sa meute et profitez des beaux panoramas qui défilent sous vos yeux. Un moment magique qui charmera toute la famille !



©Antoine Garcia



Réservez votre rando
<< accompagnée

À pied!

© Manon Vallin

Nos randonnées accompagnées en été

Randonner c'est bien, accompagné c'est mieux !
Marchez dans les pas des guides et accompagnateurs pour découvrir les paysages et connaître leur histoire et petits secrets...

Découvrir l'hydroélectricité dans les Pyrénées



Le temps d'une randonnée, vivez une expérience unique à la découverte de la cueillette de l'eau avec un accompagnateur en montagne spécialisé dans les aménagements hydrauliques.

Faire le plein de découvertes



Découvrir les cirques autrement, parcourir la Réserve du Néouvielle, faire son premier 3 000...
Petites balades ou grandes randonnées, chaque sortie est une découverte enrichissante grâce aux connaissances des professionnels qui vous accompagnent.

Rencontre avec la faune sauvage



Rapaces, marmottes et autres animaux sauvages peuplent le paysage pyrénéen. Tentez de les apercevoir ou de trouver des indices de leur passage lors d'une randonnée accompagnée !

Balades gourmandes

L'expression "après l'effort, le réconfort" prend tout son sens lors des balades gourmandes proposées par les professionnels : randonnée grillades, apéro au coucher du soleil... Vous allez vous régaler !



Réservez votre rando << accompagnée

Une fois la neige fondue, nos sommets retrouvent leur belle parure verdoyante parsemée de sentiers de randonnée. De la simple balade aux sorties plus sportives ou en itinérance, il existe autant de chemins que de niveaux et d'envies.

Alors cet été, enfilez vos chaussures et serrez bien vos lacets, les Pyrénées ont beaucoup de paysages à vous dévoiler !



Ah, teh!

Julien
Ambassadeur
des Vallées de Gavarnie

« À la belle saison, les montagnes sont utilisées par les éleveurs pour faire pâturer vaches, brebis, chevaux ou chèvres. Au cours d'une balade, vous croiserez certainement des troupeaux qui évoluent en liberté. Afin de garantir la quiétude des animaux et votre propre sécurité, n'approchez pas les animaux, contournez les troupeaux s'ils sont sur le sentier et tenez votre chien en laisse. Pensez également à refermer derrière vous les barrières et portes des cabanes pastorales. Certains troupeaux sont gardés par des chiens de protection (patous). Ces chiens peuvent venir à votre rencontre en aboyant. Ils jouent leur rôle de dissuasion. Il faut autant que possible rester calme (ne pas courir, crier ou menacer le chien avec un bâton) et contourner le plus possible le troupeau. Parler ou chanter d'une voix calme peut aider à rassurer le patou sur vos intentions (et à se rassurer soi-même). Le patou vous escortera sans doute un peu et vous laissera poursuivre votre chemin. »

Rencontre avec... Guillaume Beauxis

« Je suis Guillaume Beauxis, j'ai 35 ans, je suis papa d'une petite fille Ana et j'habite à Préchac au pied du Hautacam. Je suis passionné d'ultra-trail, j'ai gagné le 160 km du GRP, 3^{ème} du Grand Raid de la Réunion, 2^{ème} du 90 km du Mont Blanc, 5^{ème} et 6^{ème} de la TDS, 13^{ème} de l'UTMB, 6^{ème} au Lavaredo Ultra Trail en Italie.

Mon terrain de jeu favori, c'est la montagne, c'est pour cela que je suis au paradis dans les Vallées de Gavarnie !

Je retrouve tout ce qu'il me plaît de la montagne à l'état brut, des chemins techniques, des lacs d'altitude, mais aussi des terrains plus faciles pour se balader en famille. J'aime aussi beaucoup l'alpinisme, le ski de randonnée l'hiver et les terrains s'y prêtent à merveille. Je me suis toujours préparé chez moi et je n'ai jamais été surpris par les terrains sur mes courses. L'hiver, on a également des sommets accessibles comme le Pibeste avec presque 1000 m de dénivelé sans être trop embêté par la neige, c'est appréciable quand on prépare un objectif tôt dans la saison. »

Guillaume Beauxis, traileur



© Anjoine Garcia

En courant!



Rendez-vous sur rando.valléesdegavarnie.com pour découvrir de nombreux itinéraires en fonction de votre niveau, de la durée, de vos envies... Les itinéraires décrits sur ce portail web sont praticables en conditions estivales, c'est-à-dire en l'absence de neige, glace, etc.



Ah, teh!

Olivier
Ambassadeur
des Vallées
de Gavarnie

« Le coin que je préfère pour faire du trail est le massif du Pibeste car on alterne entre parties bien raides et portions roulantes, un super coin pour s'entraîner pour les courses de l'été ! »

Découvrez le trail sur les sentiers des Pyrénées >>



Col d'Aspin 1489 m Col du Tourmalet 2115 m Hautacam 1520 m Luz Ardiden 1715 m Pont d'Espagne 1496 m Col du Soutor 1474 m Col d'Aubisque 1709 m Col de Spandelles 1378 m

À vélo!



Tous les itinéraires routes & VTT <<

Avec leurs cols mythiques bien connu du Tour de France, leur voie verte, leurs parcours de VTT, leurs Bike Parks, les Vallées de Gavarnie sont idéales pour pédaler dans de beaux panoramas.

En famille pour de jolies balades ou en mode plus sportif pour les plus motivés, qu'importe l'intensité, vous serez forcément conquis par les paysages traversés.

Tous en selle !

Louez votre matériel >>



©Antoine Garcia

Rencontre avec... Marion Clignet

« Je m'appelle Marion Clignet. J'ai commencé le vélo à 22 ans après avoir perdu mon permis de conduire pendant un an à la suite d'une crise d'épilepsie. N'étant pas du tout du style à baisser les bras, quand le neurologue m'a dit, en 1986, que je ne devais pas faire de sport ni parler de l'épilepsie, car c'était tabou, j'ai bien sûr fait l'inverse !

Je me suis acheté un vieux vélo et du jour au lendemain j'ai commencé à faire 60 km tous les jours pour faire l'aller-retour au travail. La suite m'a emmené à 10 titres de Championne de France, 6 titres de Championne du Monde et 2 fois Vice-Championne Olympique.

Je me suis installée à Argelès-Gazost il y a 4 ans, après avoir fait des allers-retours entre la vallée et Colomiers pendant 10 ans pour courir, skier, et rouler dans les montagnes et vallées alentour. Ici, je me régale entre les cols, les parcours vallonnés ou à plat. J'apprécie également le Gravel, avec lequel j'ai atteint le sommet du Pic du Midi en empruntant quasiment 70% de chemins, depuis Argelès-Gazost. L'hiver, je pratique le ski de fond et le ski de randonnée, lorsque je maîtrise la descente. Je trouve de tout ici. Des cours de yoga exceptionnels pour garder de la souplesse après mes heures de vélo, des salles de CrossFit, le marché les mardis et surtout la nature avec les montagnes, rivières, et vallées en guise de parc à jouer. »

Marion Clignet, ancienne cycliste de haut niveau

Membre à part entière de votre famille, votre toutou vous accompagne partout pour découvrir le monde du bout de sa truffe. Pour vous aider à bien organiser vos journées à deux et quatre pattes dans nos vallées, voici quelques conseils et bons plans pour...



Les Pyrénées avec mon chien

1 Se reposer les coussinets

Pas toujours facile de trouver un panier douillet quand on en a plein les pattes après de belles journées de randonnées dans les Pyrénées. Retrouvez ici tous nos hébergements "dog friendly" pour passer de belles et douces nuits avec vos meilleurs amis.



2 Se lécher les babines

Pas envie de passer à côté des meilleurs plats locaux juste parce que votre toutou ne peut pas vous accompagner ? Retrouvez ici toutes nos adresses où ils sont les bienvenus ! Sinon, n'hésitez pas à faire une halte au marché pour faire le plein de produits locaux à déguster lors d'un pique-nique en nature. La truffe à l'air libre, il n'y a rien de tel !



3 Se dégourdir les pattes

Les Pyrénées sont idéales pour faire de la cani-rando ou du canicross dans des paysages magnifiques ! Parfait pour défouler vos compagnons à quatre pattes. Attention toutefois, les chiens ne sont pas admis partout, notamment dans le Parc national des Pyrénées. Pour trouver des itinéraires où ils sont autorisés, rendez-vous sur rando.valleesdegavarnie.com où il est possible de filtrer toutes les balades à faire avec son chien en fonction de vos envies, du niveau de difficulté, de la durée...



4 Se faire brosser dans le sens du poil

Pendant que vous partez explorer le Parc national des Pyrénées, les stations de ski ou tout autre endroit dans lequel votre animal de compagnie n'est pas autorisé, laissez-le entre les mains d'un de nos pet sitters ! Ils sauront prendre soin de lui et occuper sa journée jusqu'à ce que vous reveniez.



©Mélanie Mengarducque, Vallées de Gavarnie



Ah, teh!

Olivier
Ambassadeur
des Vallées de Gavarnie

« Ma balade préférée avec ma chienne est au départ du carrefour des Trois Sapins dans la vallée du Bergons. Bien sûr, j'ai toujours de l'eau et une gamelle pour qu'elle ne se déshydrate pas.

L'accessoire indispensable est bien entendu la laisse, car cette balade est au pied de la Réserve Naturelle régionale du massif du Pibeste-Aoulhet où il est obligatoire de tenir son chien en laisse.

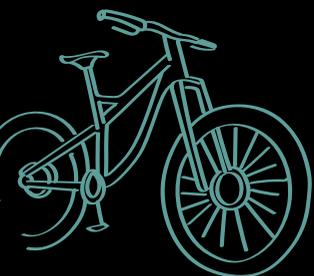
Enfin, à l'approche d'un troupeau, je m'écarte pour éviter qu'elle fasse peur aux autres animaux et que le patou, le chien de protection, ne se sente pas agressé sur son territoire.

J'ai toujours des sacs afin de ramasser ses déjections, car en montagne on ne laisse pas de trace de son passage. »

ALTAMONTA Qu'es aquò?

Altamonta est un label qui garantit un territoire d'excellence pour l'accueil des cyclistes et des vététistes. Les amateurs de vélo au sens large trouvent tous les services : locaux à vélos sécurisés, points de lavage et de séchage des tenues, matériel de réparation, menus sportifs...

Plus d'informations sur www.pyrenees-cyclo.com



Des vallées traditionnelles

« Dans un écrin naturel remarquable,
les villages des Vallées de Gavarnie s'offrent
à la découverte avec leurs particularités. »

Brigitte Bellocq, guide-conférencière

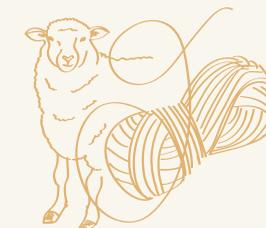
Traditionnelles



Patrimoine
de nos vallées



Il était une fois dans
les Vallées de Gavarnie



Terre de
savoir-faire



Une goutte de douceur

Les Vallées de Gavarnie brillent aussi par leur Histoire. Les vieilles pierres de leurs monuments ne parlent pas mais racontent tant de choses par leur simple présence. En les regardant de plus près, on en apprend davantage sur le passé des Pyrénées et sur les gens qui y vivaient autrefois.

Patrimoine de nos vallées

Alors, pour tout savoir sur le patrimoine de nos villages et découvrir leurs petits secrets, laissez-vous tenter par les visites guidées !

À découvrir,
l'ancienne
abbatiale de
Saint-Savin



« Haut lieu spirituel et patrimonial du Lavedan, l'église de Saint-Savin est le vestige d'un monastère bénédictin du XII^e siècle. Ses moines ont notamment joué un rôle très influent dans le développement de la vallée de Cauterets. Aujourd'hui paroissiale, cette ancienne abbatiale abrite encore de nos jours le tombeau de Saint-Savin, moine-ermite d'origine espagnole. Après plusieurs mois de travaux sur les baies gothiques du clocher, la réouverture des portes de ce joyau architectural de nos vallées est prévue pour l'été pour vous partager ses richesses ! » **Jean-Vincent Roux, chargé de l'accueil et des visites**



« Une visite guidée vous invite au voyage, entre histoire et anecdotes, et du mythe à la légende ! »

Rencontre avec... Brigitte Bellocq

« Dans un écrin naturel remarquable, les villages des Vallées de Gavarnie s'offrent à la découverte avec leurs particularités. Au-delà du développement touristique, les marques de la tradition pastorale sont partout présentes. Une promenade dans les rues et ruelles permet d'observer le caractère d'authenticité préservée. Bâtiments, matériaux, décors, cours, jardins et petit patrimoine bâti sont autant d'indices du passé ou du présent. Mais c'est l'église ou la chapelle (souvent classée aux Monuments Historiques) qui reste incontournable dans chaque village et hameau.

Elle garde fréquemment des traces de son origine romane, très rustique et minérale, tout en contraste avec son décor baroque intérieur surprenant. L'implantation de ces villages et l'utilisation de l'espace pastoral environnant justifient la reconnaissance par l'Unesco d'une pratique ancestrale : « la transhumance » patrimoine culturel immatériel. À noter 2 autres classements Unesco à Gavarnie (naturel et culturel) dont celui de l'église au titre du bien « Chemins de Saint-Jacques de Compostelle en France »

Brigitte Bellocq, guide-conférencière

Réservez
une visite
guidée >>



Il était une fois dans les Vallées de Gavarnie

Terre de caractère, les Pyrénées regorgent de légendes passionnantes que l'on se plaît à raconter à qui veut bien les entendre. Ces histoires font partie de l'identité du territoire, de son âme. Découvrez la plus célèbre d'entre elles, celle de la Brèche de Roland...



>> Écoutez l'histoire
de la Brèche de Roland



Que ça s'abêr !

Découvrez d'autres
légendes des Pyrénées >>



Tout savoir sur
la laine des
Pyrénées

Terre de savoir-faire

Après avoir découvert les Pyrénées au travers de leurs paysages, de leurs activités ou encore de leurs saveurs, que diriez-vous de les découvrir au travers de leurs talents ? Travail du bois, de la céramique, du marbre...

Du bout de leurs doigts, les artisans façonnent leurs œuvres en prenant soin d'y ajouter cette petite touche qui donne toute son âme à l'objet. Ce je-ne-sais-quoi dont seules les Pyrénées ont le secret. Sur les marchés ou dans leurs ateliers, allez à la rencontre de ces artisans pour dénicher de jolis souvenirs à ramener des Pyrénées.

Tous les artisans
des vallées >>



Rencontre avec... Damien Lafond-Puyo

« On récolte directement la laine chez les éleveurs locaux. Ici, bien entendu au Pays Toy, on connaît très bien l'AOC Barèges-Gavarnie qui est très connue pour sa viande, mais elle a aussi de belles propriétés lainières. Donc on a des laines qui sont vraiment adaptées à nos tissus. Elles sont gonflantes, elles sont chaudes, et elles se prêtent vraiment à notre travail. On va travailler la laine de la brebis barégeoise, de la brebis lourdaise et de la brebis tarasconnaise. Ce sont des races locales et on est fiers de travailler avec ça. »

Damien Lafond-Puyo, tisserand



<< Découvrez son
portrait vidéo



Une goutte de douceur

L'eau est omniprésente dans nos vallées. Sous forme de neige l'hiver, elle fait le bonheur des adeptes de ski, de raquettes, de luge ou encore de bonhomme de neige. L'été, après la fonte des neiges, elle court dans les rivières, que l'on appelle ici les Gaves, en transportant les amateurs de sport d'eaux vives sur son passage. Mais d'autres gouttes aux talents insoupçonnés se cachent dans nos vallées...

En effet, l'eau pyrénéenne est aussi connue et reconnue pour ses vertus thérapeutiques. Leurs Thermes accueillent chaque année de nombreux curistes et leurs espaces thermoludiques quant à eux permettent à tout un chacun de se détendre après une sortie ski ou rando.

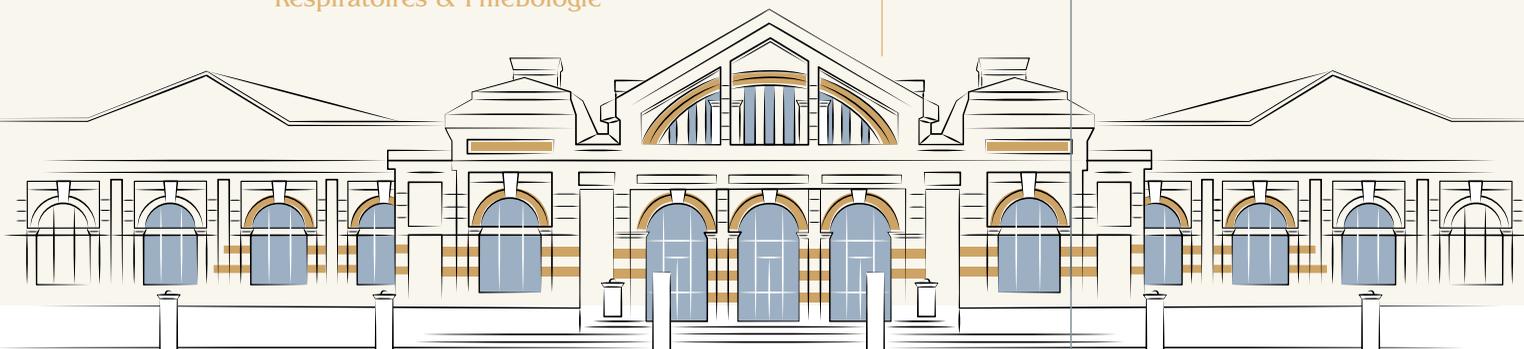
Le Jardin des Bains

Au Jardin des Bains à Argelès-Gazost, trois zones de bien-être aux beaux décors s'offrent à vous : la forêt d'émeraude, la Ziggourat et le parcours de marche avec le jacuzzi extérieur. Profitez notamment de lits à bulles, jacuzzi, jets massants, mais aussi hammam, bain turc ou encore bain musical. Le dépaysement est garanti !

Et pour pousser le curseur de la détente au maximum, accordez-vous un moment de déconnexion lors d'un soin à l'institut. Les plus sportifs quant à eux pourront tester la salle de sport et les séances d'aqua'form !

Thermes d'Argelès-Gazost

> Cures thermales en ORL - Voies Respiratoires & Phlébologie



Virginie
Ambassadrice
des Vallées de Gavarnie

Ah, teh!

« J'aime particulièrement le Jardin des Bains pour sa décoration originale et chaleureuse, alors laissez-vous tenter par un moment de pure détente après une journée de ski, de rando ou de vélo ! »



©Antoine Garcia

Luzéa

Laissez-vous tenter par Luzéa et son décor vitré offrant une vue imprenable sur la vallée. Piscine à jets et cols de cygne, bains à bulles, sauna, hammam oriental et salon de marbre chauffant vous permettront de vous laisser aller à la détente, au cœur du Pays Toy.

Thermes de Luz

> Cures thermales en ORL - Voies Respiratoires & Phlébologie

Ah, teh!

Séverine
Ambassadrice des Vallées de Gavarnie

« J'aime l'architecture de la salle de repos, mais surtout être dans l'eau chaude et profiter de la vue magnifique depuis son immense baie vitrée donnant sur la montagne ! »



©Pierre Meyer



©Gérard Ganglion



Les Bains du Rocher

Le spa thermal Les Bains du Rocher vous plonge dans une bulle de douceur et de bien-être. Lits à bulles, cols de cygnes, hammam, sauna... tout est réuni pour passer un pur moment de relaxation. Été comme hiver, ne manquez pas le bassin extérieur avec vue sur la montagne : un moment hors du temps !



Ah, teh!

Cécile

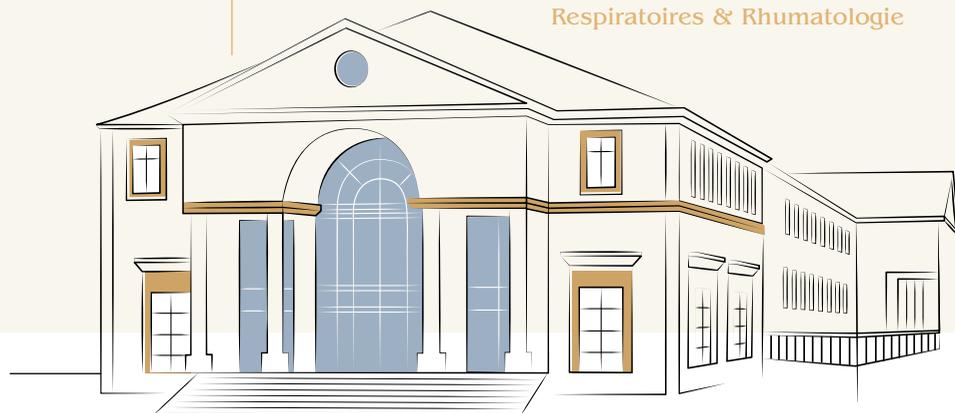
Ambassadrice
des Vallées de Gavarnie

« Je vais régulièrement aux Bains du Rocher avec ma fille pour partager un moment de douceur et de relaxation. J'adore les bains extérieurs avec la vue sur la montagne... »



Therms de Cauterets

> Cures thermales en ORL - Voies
Respiratoires & Rhumatologie



Cieléo

Niché à Barèges, un joli petit village d'altitude, l'espace bien-être Cieléo vous offre un moment de déconnexion grâce à sa piscine à bulles et jets sous une voute étoilée, son jacuzzi, sauna et hammam...

Profitez également d'un moment de détente et de douceur grâce aux nombreux soins, notamment ceux à base d'eau thermale riche en Barégine®.

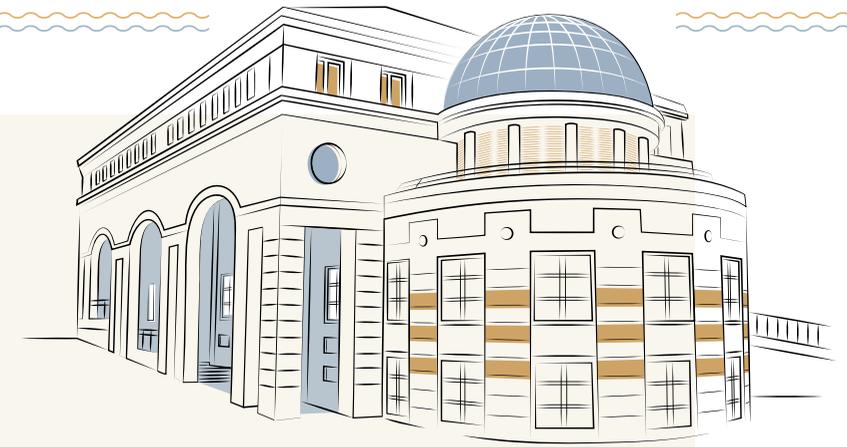


Ah, teh!

Jessica

Ambassadrice
des Vallées de Gavarnie

« J'adore m'accorder un moment pour me relaxer dans la piscine à 38° sous une voute étoilée, le jacuzzi bouillonnant ou encore quelques minutes dans le sauna ou le hammam. Et comme j'aime bouger, quoi de mieux qu'une séance d'aquatraining dans l'eau thermale ? »



Therms de Barèges

> Cures thermales en ORL - Voies
Respiratoires & Rhumatologie



Rencontre avec...

Christophe Fabre

« Saviez-vous qu'ici, grâce à la composition particulière de ses eaux sulfurées, sodiques, très alcalines, riches en silice, des sources de Barèges-Barzun, nous cultivons la Barégine® (nom commun la glairine), une substance naturelle connue depuis très longtemps pour ses effets bénéfiques. C'est une substance mucilagineuse qui se développe naturellement dans les eaux des sources thermales (aux caractéristiques particulières et endémiques). Ces bactéries excrètent un gel qui présente des activités antibiotiques, anti-inflammatoires et cicatrisantes. Vous pouvez profiter de ses bienfaits lors d'un massage à Cieléo, notre spa thermal. Retrouvez également des produits à base de Barégine® en vente à l'Office de Tourisme de Barèges. »

Christophe Fabre, directeur des Therms de Barèges



En savoir plus
sur les spas
thermaux >>

« J'ai choisi ce métier car mes parents étaient agriculteurs, mon grand-père était aussi agriculteur. Donc, dès mon plus jeune âge, j'ai travaillé avec eux. Enfin travaillé... je les ai aidés.

Ce n'était pas un travail, c'était une passion. C'est arrivé comme ça, naturellement. J'aimais accompagner mon grand-père en montagne, conduire le tracteur...

Donc j'ai repris l'exploitation. »

Baptiste Cazaux, berger-fromager

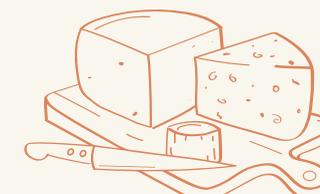


Découvrez le métier de berger fromager <<

Gourmandes



Faire son marché



À table



Recette

Des vallées gourmandes



Faire son marché !

L'incontournable marché d'Argelès-Gazost

Chaque mardi, découvrez l'un des marchés incontournables des vallées, celui d'Argelès-Gazost. Depuis plus de 700 ans, il réunit les commerçants, artisans et producteurs locaux. Véritable voyage des sens, il vous mènera d'étal en étal à la découverte des saveurs locales : gâteau à la broche, charcuterie, fromage... De quoi bien remplir votre panier !

LUNDI

- Matin : Luz-Saint-Sauveur
- 16h30 à 19h30 : Lau-Balagnas

MARDI

- Matin : Argelès-Gazost

MERCREDI

- Matin : Barèges (mai à octobre)
- 16h à 20h : Arrens-Marsous (mi-juin à mi-septembre)

JEUDI

- De 15h à 20h : Gèdre (mi-juillet à fin août)

VENDREDI

- Matin : Cauterets (mai à octobre)
- 17h à 22h : Luz-Saint-Sauveur (juillet/août)

SAMEDI

- Matin : Pierrefitte-Nestalas, Argelès-Gazost et Lourdes
- 10h30 à 13h : Arrens-Marsous (hors juillet/août)

DIMANCHE

- Matin : Arrens-Marsous (juillet/août)



<< En savoir plus sur les marchés des vallées

La meilleure façon de remplir son panier dans les Vallées de Gavarnie, c'est de se rendre sur les marchés ! Aller à la rencontre des producteurs locaux, faire de bonnes emplettes aux saveurs d'ici et glaner quelques conseils de préparation. Et rien de tel pour déguster ces douceurs locales que de les savourer devant les paysages des vallées, lors d'un pique-nique ou goûter improvisé. Alors, vous venez ?



©Maury Bertrand, Vallées de Gavarnie

Spots pique-niques et goûters par nos ambassadeurs

Barèges : « Mon coin pique-nique préféré en famille se niche dans la forêt du Lienz à la petite Chapelle du Lienz, en direction du refuge de la Glère... Un sentier facile d'accès avec mon petit garçon pour savourer notre pique-nique au son du ruisseau et avec comme voisines (si vous êtes discrets), les marmottes ! »

Jessica

Argelès-Gazost : « Le spot pique-nique que je préfère, c'est le Buala à Boô-Silhen ! Après une petite rando sans difficulté, on arrive à un point de vue au top, hyper ouvert sur la vallée d'Argelès. »

Virginie

Gavarnie-Gèdre : « Un de mes points préférés pour le pique-nique à Gavarnie, c'est la hauteur du plateau de Bellevue. J'ai toujours l'impression d'être seul au monde et on s'y sent vraiment petit face à cette grande verticalité. »

Axel

Découvrez son portrait vidéo >>



Rencontre avec... Baptiste Cazaux

« Je suis agriculteur dans le Val D'Azun, sur la commune d'Arrens-Marsous. Mon métier d'agriculteur, c'est celui d'être berger fromager, en quelque sorte. On fait de la tomme des Pyrénées ici, sur la ferme. Du pur vache, du pur brebis, du mélange. »

Sur l'exploitation, nous sommes 4 à travailler. On est 2 associés, on a 2 salariés aussi. Voilà, parce que la production fromagère demande beaucoup de travail. Parce qu'on fait tout de A à Z. En fait, on élève nos animaux, on les traite quand ils sont adultes, tout le lait est transformé en fromage, on affine nos fromages, et on vend quasiment toute la production ici, sur place. »

Baptiste Cazaux, berger-fromager

Cauterets : « J'aime aller pique-niquer en famille à la Fruitière l'été. C'est un endroit paisible et facilement accessible avec des enfants. On s'installe au frais au bord du ruisseau et on profite du paysage... »

Cécile

Val d'Azun : « Pour s'arrêter manger en face de paysages grandioses, j'apprécie de monter au « Cap d'Août » au-dessus du col de Soulor. Une approche avec un dénivelé plutôt rude, mais récompensée par une prairie ensoleillée avec une vue à couper le souffle, au plus près des rapaces de nos montagnes. Pour les marcheurs avertis ! »

Amaury

Vallée de Luz : « Pour un pique-nique avec vue, les villages de Sazos ou Grust sont ensoleillés et vous offrent la plus belle vue sur Luz-Saint-Sauveur ! »

Séverine

©Worldaise

Papilles en visite



Pour régaler vos yeux autant que vos papilles et faire découvrir

les métiers de nos vallées à toute la famille, ne ratez pas les visites gourmandes des producteurs locaux !

Au programme, visite de mielleries, de fermes, de confiturier...



©Tristan Buchot





À glisser dans
votre panier pour
un pique-nique
aux saveurs locales :

- Charcuterie
- Émietté de truite
- Pain
- Fromage
- Confiture
- Miel
- Bière artisanale
- Tourte des Pyrénées
- Pain d'épices
- Berlingots
- Bonbons au miel

À table

Retrouvez tous les produits
locaux des Vallées
de Gavarnie >>



Recette de la Garbure

D'origine paysanne, la garbure est un plat traditionnel des Pyrénées qui réchauffe le cœur lors des journées froides. C'est une soupe épaisse et riche, préparée à base de légumes, de viande et de haricots blancs.

Elle incarne la convivialité et la générosité de la cuisine montagnarde.

Ingredients

- 500 g de jarret de porc
- 5 carottes
- 2 kg de pommes de terre
- 1 oignon
- 150 g de haricots tarbais
- 1 chou pommé
- 2 navets
- 2 gousses d'ail
- 4 clous de girofle
- Laurier
- Sel & poivre



>> Découvrez toutes les recettes d'ici



©Tristan Buchot

1 MISE EN PLACE LA VEILLE

Faites tremper les haricots tarbais dans de l'eau froide pendant environ 12h. Les égoutter et les réserver.

2 PRÉPARATION DE LA GARBURE

1. Dans une grande marmite, faire bouillir de d'eau. Quand l'eau frémit, immerger le jarret de porc, l'oignon piqué avec les clous de girofle, les carottes et les navets épluchés et coupés en morceaux. Laissez mijoter environ 1h.

2. Ajoutez ensuite les haricots et les pommes de terre épluchées et coupées en cubes.

3. Au bout d'1h30, plongez le chou que vous aurez taillé en gros morceaux, en veillant à retirer les premières et le trognon. Vous pourrez également ajouter les 2 gousses d'ail et une feuille de laurier. Laissez-cuire encore 15 min.

3 ACCOMPAGNEMENT & SERVICE

Rectifiez l'assaisonnement si nécessaire avec du sel et du poivre.

Retirez les viandes de la marmite, découpez-les en morceaux et remettez-les dans la soupe.

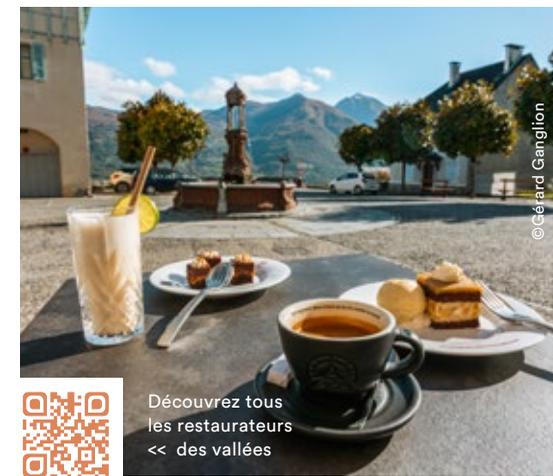
Servez la garbure bien chaude dans des bols, de façon à ce que chaque portion contienne un mélange équilibré de légumes, de viande et de haricots.

Et quand vous n'avez pas envie de passer derrière les fourneaux, laissez nos restaurateurs vous faire découvrir le goût des Vallées de Gavarnie au travers de leur délicieuse cuisine.

Si la garbure est à la carte de bon nombre de restaurants, beaucoup d'autres plats aux saveurs locales feront voyager vos papilles : Porc noir de Bigorre, fromages, mouton AOP Barèges-Gavarnie, truite...



Découvrez tous les restaurateurs << des vallées



©Gérard Ganglion



« Tout ce qu'on produit sur la ferme est commercialisé ici, dans le restaurant.

Et nos efforts sur la ferme en termes d'investissement, d'heures de travail, qu'on ne compte pas, c'est récompensé ici.

On a à cœur de proposer une cuisine qui est faite maison. On met en avant des producteurs locaux, on vient valoriser notre travail, et à la fois leur travail aussi. On promeut des produits de qualité pour une consommation plus saine et responsable. »

Yan, Camille et Alain
Agriculteurs et restaurateurs à la ferme et la Table d'Ayzi

Rencontre avec...
Yan, Camille et Alain
de la Table d'Ayzi

Découvrez leur portrait vidéo >>



©Mélodie Mengarduque, Vallées de Gavarnie

Vibrez au rythme des vallées

Sportifs, culturels, traditionnels, artistiques ou encore musicaux, de nombreux événements viennent ponctuer les saisons dans les Vallées de Gavarnie. Véritables lieux de rencontres et de partages, ces temps forts sont avant tout l'occasion d'échanger avec les gens d'ici et de partager un moment convivial et chaleureux.

- Transhumance**
 Lac d'Estaing

Juin 2024 
- Juillet 2024**

 Trail des fleurs
 Barèges

 Passage du Tour de France pour la 14^{ème} étape
 Pau > Saint-Lary-Soulan Pla d'Adet

 Jazz à Luz
 Luz-Saint-Sauveur
- Fête des bergers**
 Barèges

August 2024
- Festival Trad'Azun**
 Val d'Azun


- Septembre 2024**

 Fête du ciel
 Aucun

 Foire aux côtelettes
 Luz-Saint-Sauveur

 Fête des chiens des Pyrénées
 Argelès-Gazost
- Matinale de la châtaigne**
 Argelès-Gazost

November 2024
- Janvier 2025**

 Trail Blanc du Pont d'Espagne
 Cauterets
- Altitoy Millet**
 Grand Tourmalet et Luz Ardiden

Mars 2025



<< Tous nos événements & animations



Contactez-nous!

Argelès-Gazost

15 Place de la République
65400 Argelès-Gazost
+33 (0)5 62 97 00 25

Pierrefitte-Nestalas

45 av. Jean Moulin
65260 Pierrefitte-Nestalas
+33 (0)5 62 92 71 31

Arrens-Marsous

Place du Val d'Azun
65400 Arrens-Marsous
+33 (0)5 62 97 49 49

Gavarnie

Village
65120 Gavarnie
+33 (0)5 62 92 49 10

Gèdre

Place de la Bergère
65120 Gèdre
+33 (0)5 62 92 48 05

Barèges - Tourmalet

Place Urbain Cazaux
65120 Barèges
+33 (0)5 62 92 16 00

Comment venir ?

PAR LA ROUTE

Autoroute A65 depuis Bordeaux ou autoroute A64 Bayonne-Toulouse, sortie N°12 Tarbes-Ouest puis RN21, direction Lourdes - Argelès-Gazost.

PAR AVION

Aéroport Tarbes-Pyrénées à 27 km
Aéroport Pau-Pyrénées à 78 km
Aéroport Toulouse Blagnac à 192 km

> Distances indicatives jusqu'à Argelès-Gazost

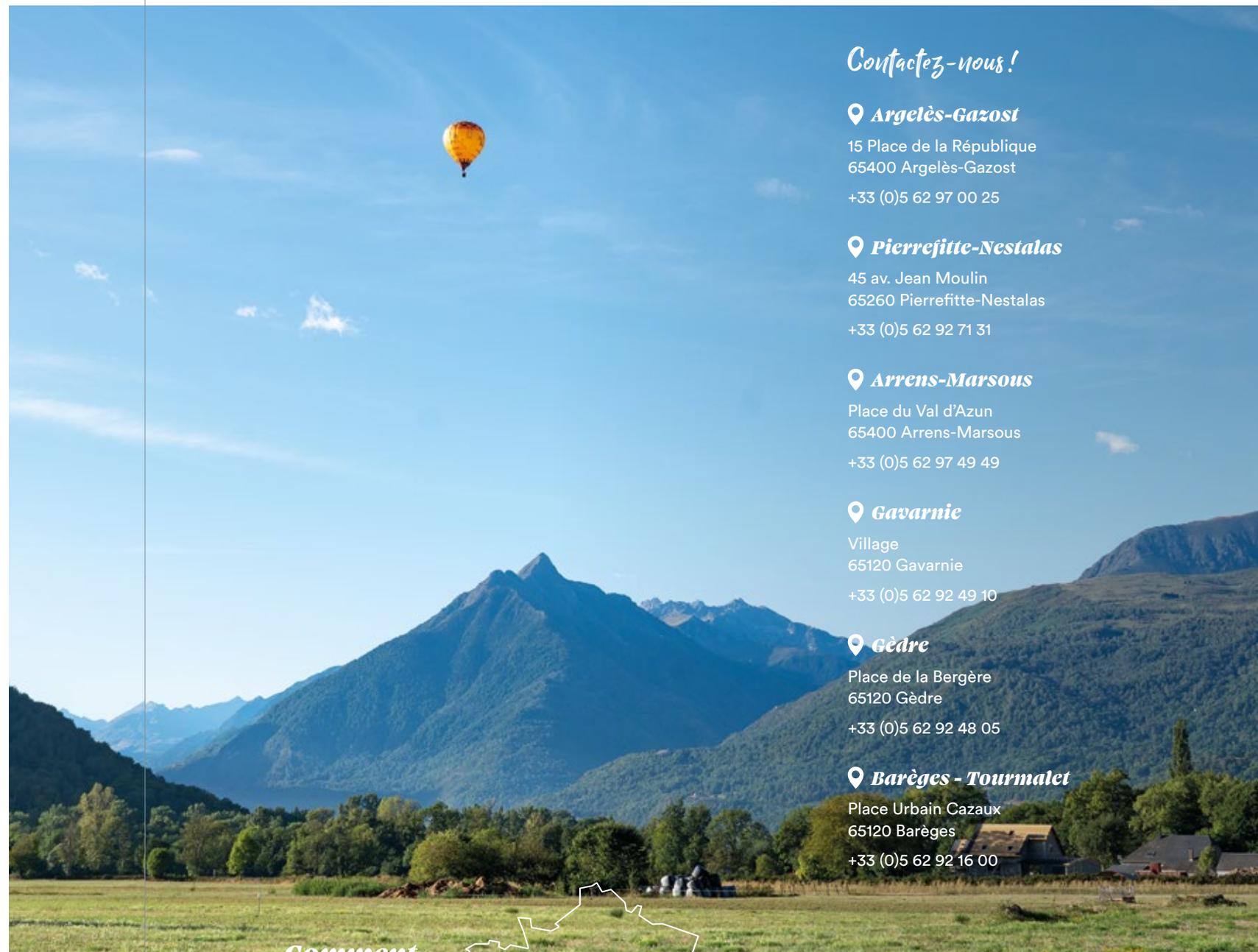
PAR LE TRAIN

TGV Paris-Lourdes, transfert par bus SNCF, taxis ou location de véhicules.



En été, les équipes des Vallées de Gavarnie viennent à votre rencontre. À bord de notre van, nous vous attendons dans les campings, sur les marchés, les départs de randonnées...

Adishatz!





VALLÉES DE GAVARNIE
PYRÉNÉES

Adishatz!