



gratuit



LES VALLÉES DE GAVARNIE
PYRÉNÉES



Adieu! ^{*Bonjour}

MAGAZINE TOURISTIQUE ANNUEL 2025>26

Version en
espagnol ✨

English
version ✨



Puissantes ✨



Surprenantes ✨



Traditionnelles ✨



Gourmandes ✨

©World Else





25 ans
PIC DU MIDI

○ — 2877 M

Un jour, j'irai là-haut ✨

BILLET VISITE
À PARTIR DE **42€** /adulte.
CE BILLET COMPREND :

- ▶ ASCENSION
EN TÉLÉPHÉRIQUE
- ▶ 300 KM
DE PANORAMA
- ▶ PONTON
DANS LE CIEL
- ▶ ESPACE
EXPÉRIENCES
- ▶ SOIRÉES
GALACTIQUES

**JUSQU'À -20%
SUR VOTRE BILLET VISITE :** RÉSERVEZ EN LIGNE picdumidi.com



Adieu!

À l'heure où tout s'accélère, les Vallées de Gavarnie vous invitent à ralentir.
À ressentir. À revenir à l'essentiel.

Ici, observez la montagne, brute, immense et majestueuse, profitez du temps, qui ralentit face à l'immensité. Loin des filtres et des comparaisons, nos vallées ne cherchent pas à ressembler à d'autres : elles vivent à leur propre rythme, avec leurs histoires, leurs identités, et leurs traditions.

Au fil de ces pages, nous vous invitons à découvrir ou redécouvrir une terre où l'on ne se contente pas de regarder les paysages, mais où on les vit pleinement. Où chaque sommet, chaque sentier, chaque expérience gourmande, culturelle ou sportive peut devenir un souvenir que l'on grave et que l'on partage. Entre témoignages et partages d'expériences, retrouvez des récits authentiques qui vous guideront à travers nos montagnes.

Ici, laissez-vous porter par l'accueil de nos vallées, la chaleur de nos villages et la force tranquille de la nature qui vous entoure.

Bienvenue dans les Vallées de Gavarnie. **Vivez-les pleinement.**

valleesdegavarnie.com f @ in





les
Vallées
de Gavarnie

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

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

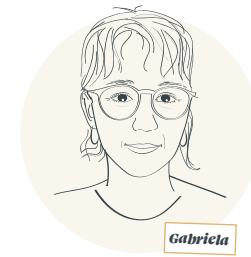


Les Vallées de Gavarnie, ce sont 6 territoires aussi différents que complémentaires.
 6 façons bien distinctes de découvrir les Pyrénées et leurs richesses, et 6 fois plus de chances d'en tomber amoureux.

Découvrez quel vacancier vous êtes p. 54

Ils vous conseillent

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 !



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 feh = 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.

Les Vallées de Gavarnie sont...



Direction de la publication 2025
 Vallées de Gavarnie
 15 Place de la République
 65400 Argelès-Gazost
 infotourisme@valleesdegavarnie.com

Rédaction
 Agence Touristique des Vallées de Gavarnie

Graphisme et illustrations
 Cécile Henniqaou, Vallées de Gavarnie

Impression 2025
 RSI / JOMAGAR
 36 000 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 ✨



Randonner seul ou accompagné ✨

©Manon Vallin





3 jours dans les Vallées de Gavarnie...

8ans voiture!

Labellisés "Grands Sites Occitanie", le Cirque de Gavarnie, le Pont d'Espagne à Cauterets et le Pic du Midi de Bigorre, font partie des lieux incontournables de nos vallées. Ces sites dévoilent autant de visages qu'il y a de saisons, qu'on a plaisir à découvrir et redécouvrir chaque année.

Et si cette année on les parcourait... en bus ?



Faire le choix des transports en commun, au-delà des bienfaits pour notre planète, c'est choisir de voyager l'esprit tranquille sans se soucier des itinéraires à emprunter, des lieux où se garer, ou du coût et de la fatigue qu'induit de circuler avec son propre véhicule. Laissez-vous porter pour mieux profiter de ce que la destination peut vous offrir.

DESTINATION Vallées de Gavarnie

Que vous veniez de près ou de loin, pour vous rendre jusqu'à chez nous de nombreuses options s'offrent à vous (trains, bus, taxis, TAD...)

Trouvez votre mode de transport sur notre site :



HÉBERGEMENT

C'est à Argelès-Gazost, petite ville située au confluent des gaves qui façonnent les Vallées de Gavarnie, que nous vous proposons de poser vos valises. Avec cet emplacement central au cœur de nos vallées, à quelques minutes de Lourdes et de sa gare, vous pourrez rayonner facilement sur les 3 célèbres Grands Sites d'Occitanie à proximité. Vous aurez le choix entre de nombreux hébergements de qualité, activités et restaurants qui vous attendent à portée de pieds.

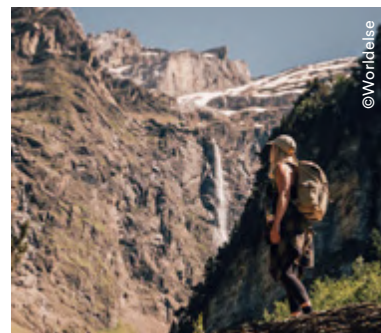
Découvrez les hébergements, restaurants et activités dans la Vallée d'Argelès-Gazost



Jour 1



Le Cirque de Gavarnie



C'est à ce site de renommée internationale que les Vallées de Gavarnie doivent leur nom et, en partie, leur notoriété.

Inscrit sur la liste du patrimoine mondial de l'UNESCO, le **Cirque de Gavarnie** fait aussi partie du périmètre transfrontalier "Pyrénées - Mont Perdu".

Été comme hiver, il est possible de venir admirer ce colossal amphithéâtre naturel, véritable emblème de nos vallées.

Itinéraire

2€ l'aller

EN HAUTE SAISON (été & hiver)

- **Ligne 965**
Argelès-Gazost > Gavarnie
- Achat du ticket à bord ou sur l'application liO
- Durée : 1h

Jour 2



Le Pont d'Espagne - Cauterets

Itinéraire

+

EN HAUTE SAISON (été & hiver)

1. Ligne 965

Argelès-Gazost > Cauterets

- 2€/personne/trajet (achat du ticket à bord ou sur l'application liO)
- Durée : 40 min

2. Navette

Gare routière > Pont d'Espagne

- 8,50€/personne/AR (achat du ticket au bureau de la gare quelques minutes avant le départ du bus. Paiements CB non acceptés)
- Durée : 20 min

Jour 3



Le Pic du Midi - Barèges

Itinéraire

2€ l'aller

ÉTÉ - HAUTE SAISON (juillet et août)

- Sur réservation au 05 62 97 00 25, tous les jours jusqu'à 17h, la veille du départ
- Durée : 1h45

- **Navette estivale**
Argelès-Gazost > Pic du Midi : mardi, mercredi et vendredi, (excepté le mercredi 23 juillet)

Que ça s'abê !

En dehors des périodes touristiques, certains tronçons de trajets ne sont pas assurés par les lignes de bus publics. Pensez aux taxis et transports à la demande pour votre mobilité du dernier kilomètre !



<< Tous nos prestataires



<< 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

C'EST OÙ ?

Composé d'une zone dite « cœur » et d'une « aire d'adhésion », le Parc national s'étend sur 100 kilomètres le long de la crête frontière avec l'Espagne, couvrant six vallées et deux départements, les Pyrénées-Atlantiques et les Hautes-Pyrénées. Dans les Vallées de Gavarnie, vous pouvez y accéder en voiture via le Val d'Azun, Cauterets et Gavarnie.

C'EST QUOI ?

Créé en 1967, le Parc national des Pyrénées œuvre pour la connaissance et la préservation des patrimoines naturels, culturels et paysagers, pour l'accueil et la sensibilisation de tous les publics, ainsi que pour l'accompagnement des communes dans leur développement durable.

Il est un refuge pour une faune riche et précieuse, et pour une flore d'une diversité remarquable.

Le Parc compte plus de 2 500 espèces floristiques, soit plus de 40% de la diversité végétale présente en France métropolitaine sur à peine 0,5% de son territoire ! Ces espèces animales et végétales constituent un tout harmonieux mais dont l'équilibre fragile est à préserver.

... une nature préservée

Nos montagnes pyrénéennes abritent de nombreuses richesses qu'il est nécessaire de protéger pour les voir perdurer.

C'est avec cette ambition qu'est né le **Parc national des Pyrénées.**



Que cau saber !



Visitez les Maisons du Parc national des Pyrénées. Et pour aller plus loin, des rencontres avec les gardes-moniteurs du Parc national des Pyrénées sont organisées l'été pour découvrir leur métier et profiter de leurs connaissances !



POURQUOI ET COMMENT ?

Pour préserver la richesse 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 perturbent 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 ✨

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

Rencontre avec... Isabelle Henri

Garde monitrice du Parc national des Pyrénées



« Je suis fière d'exercer ce métier. J'œuvre dans le sens de mes valeurs, de ce que je considère comme important et prioritaire dans la vie, c'est à dire la nature. Quand je me retrouve dehors et que je suis témoin par exemple, d'une scène intime dans l'observation des gypaètes barbus, entre un couple ou un parent et son petit, je me dis vraiment que je suis privilégiée.

Au quotidien ça nourrit ma motivation et mon envie de continuer. »

Isabelle Henri

Découvrez son portrait vidéo ✨



Au cœur des Réserves

Des trésors par milliers

Quiz Vrai ou faux ?

1. En France, nous habitons tous en moyenne à moins de 30 km d'une réserve naturelle.
2. Actuellement, la France compte 36 réserves naturelles.
3. La végétation présente sur le massif du Pibeste-Aoulhet est la même sur ses deux versants nord et sud.
4. Dans la Réserve du Néouvielle, il est possible de rencontrer des têtards âgés de presque 10 ans.

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

1. Vrai < Pas besoin d'aller au bout du monde pour se reconnecter à la Nature, en France les espaces naturels sont à notre porte.

2. Faux < Actuellement la France compte 362 réserves naturelles, soit 171 219 936 hectares de terre protégée !

3. Faux < La diversité végétale du massif du Pibeste est remarquable. On trouve une végétation de type "méditerranéen" sur son versant sud, et "océanique" sur son versant nord.

4. Vrai < Dans le Néouvielle, les crapauds accoucheurs vivent jusqu'à 2 400 m d'altitude dans un microclimat chaud et sec, à l'origine du relèvement des limites de la vie et donc d'une maturité larvaire plus tardive dans leur cycle de croissance.

Source : reserves-naturelles.org

La Réserve Naturelle nationale du Néouvielle



<< Tout savoir sur les Pyrénées avec un chien ✨

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 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 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.

Tous les pet sitters ✨



©Alba Santoro

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

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

soit 3000 km²

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



Rencontre avec...

Bertrand Billerach

Astronome et photographe amateur

« Astronome amateur depuis plus de 15 ans, j'ai commencé à transmettre ma passion lors de soirées étoilées au Pic du Midi. Aujourd'hui, en plus des soirées astronomie que j'anime à Pierrefitte-Nestalas ou ailleurs à la demande, j'ai le projet d'y associer une autre de mes passions : la photographie.

C'est ainsi qu'il est possible de fusionner ces deux activités lors de soirées autour de l'astrophotographie, destinées à ceux ayant leur propre matériel photo et qui souhaitent s'initier ou se perfectionner à la photo de nuit.

Ici, dans la réserve étoilée, j'aime faire partager mon univers à tous ceux qui ont envie de lever les yeux ! »

Bertrand Billerach

Les 6 meilleurs spots

pour observer les étoiles dans les Vallées de Gavarnie



<< En savoir plus sur les spots pour observer les étoiles

Ah, t'eh!



Axel
Ambassadeur des Vallées de Gavarnie

« J'aime combiner l'observation des étoiles sur le plateau du Hautacam à l'écoute du récit "Hautacam sous les étoiles" disponible sur l'application mobile "Patrimoine en balade". Elle regroupe une collection de balades associées chacune à un récit sur son histoire. Ces récits sont ponctués d'interventions théâtrales et musicales, rendant l'expérience encore plus vive et immersive ! »

À télécharger sans tarder !



patrimoine en balade



Retrouvez les itinéraires détaillés de ces randonnées sur rando.valleesdegavarnie.com, et bien d'autres 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.

Dans les Vallées de Gavarnie, les amateurs de randonnées ne sont jamais déçus. Les différentes saisons se parent de leurs teintes et paysages les plus sublimes, à admirer depuis les nombreux sentiers de randonnées qui arpentent nos vallées. De la simple balade aux sorties plus physiques, il existe autant de chemins que de niveaux et d'envies.

printemps



Parcourez le Gave de Pau, au fil de l'eau

D'agréables sentiers longent les berges du Gave, permettant d'apprécier ses nuances de bleu et de vert et la force de ses flots causée par la fonte des neiges des vallées environnantes.



Découvrez le sentier d'interprétation de Boucharo

Au Col des Tentes, ce sentier à plat accessible aux personnes en situation de handicap gratifie d'une vue incroyable sur le Cirque de Gavarnie et ses hauts sommets, notamment la Brèche de Roland.



hiver

En hiver des programmes raquettes sont disponibles dans les Offices de Tourisme !

Explorez le Lienz

L'alternance de zones forestières et de panoramas sur les sommets confère à ce lieu une ambiance bucolique et féérique, idéale pour une balade en famille.



Arpentez le pic de Predouset

Du village aux lisières de l'estive en passant par les pentes boisées, immergez-vous dans une ambiance forestière et pastorale lors de cette randonnée de moyenne montagne avec vue plongeante sur le Val d'Azun.

Que ça s'abêr !



Peu importe la saison, faites votre premier bivouac sous le ciel étoilé pyrénéen. << Tous nos conseils

Randonnées

accompagnées

Randonner c'est bien, accompagné c'est mieux !



Réservez votre rando accompagnée



Vivre des expériences inédites

Découvrir les cirques autrement, parcourir la réserve du Néouvielle, faire son premier 3 000... Découvrez nos montagnes comme vous ne les avez jamais vécues ! Petites balades ou grandes randonnées, chaque sortie est une découverte enrichissante grâce aux connaissances des professionnels qui vous accompagnent.

Marcher sur les pas des animaux sauvages

Rapaces, marmottes, bouquetins, isards... de nombreux animaux sauvages peuplent nos montagnes. Selon la saison, il est possible de suivre les traces de leur passage et parfois même de les apercevoir. Faites-vous discrets et tentez de les observer lors d'une randonnée accompagnée !

Se délecter de 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, sorties raquettes et tartiflette... Vous allez vous régaler de ces plats aux saveurs locales !

Élargir ses horizons

Et si on s'essayait à une nouvelle pratique ? Sorties d'initiation au ski de randonnée ou à l'alpinisme, jeu de piste et sensibilisation aux risques d'avalanche, rando yoga... les aventuriers en quête de nouveautés y trouveront forcément leur compte !

En plus d'être garants de votre sécurité, les accompagnateurs en montagne connaissent les moindres recoins et petits secrets de nos vallées. Experts dans leur discipline, ils mettent tout en œuvre pour rendre votre expérience inoubliable. Voici 7 raisons de vous laisser séduire par les sorties proposées par nos guides et accompagnateurs.

Avoir des étoiles plein les yeux

Lorsque le soleil se couche, c'est un tout autre monde qui se dévoile sous vos yeux. Dans l'obscurité, les étoiles semblent danser autour des reliefs. Dans le silence paisible de la nuit, admirez les constellations lors d'une randonnée sous le ciel pur des Vallées de Gavarnie !

Développer sa fibre artistique

Depuis toujours, la beauté du vivant fascine et inspire les artistes. Vous aussi venez aiguïser vos sens créatifs au contact de la nature. Que vous soyez à la recherche du modèle parfait ou de technique à perfectionner, les stages et activités artistiques en pleine nature n'attendent plus que vous.

Se laisser raconter une histoire

Ouvrez grand vos oreilles et laissez-vous transporter par les contes, légendes et autres récits pyrénéens. Chaque formation rocheuse, cours d'eau ou encore forêt ont une histoire que les guides se feront un plaisir de vous narrer, contribuant ainsi à garder ces mythes vivants.

Des vallées surprenantes

« Pendant la randonnée, le rôle de l'accompagnateur va être de guider son groupe, de l'amener à un objectif, un petit sommet, un lac, ou tout simplement pour partager un moment convivial. »

Yohann, accompagnateur en montagne pour Acumpangat

Surprenantes



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



À vélo et
en courant ✨



En piste ✨



En attendant
le soleil ✨



Avec les
pitchouns ✨



Vos plus beaux moments

... sur terre

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 enchaînez les passages au pas de tirs pour essayer de viser le meilleur classement !



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

Explorer les Pyrénées sur terre, en l'air, sur l'eau... Le plus dur est de faire un choix !

Il existe tant de façons de découvrir les vallées rien qu'en restant sur la terre ferme. Avoir les pieds sur terre n'aura jamais été aussi amusant !



©Pierre Meyer, AE Médias

Balade 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.



Chien de traîneau ✨

Il n'y a pas qu'au Canada ou 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 !



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 !

Rencontre avec... Florent Charrier

Accompagnateur en montagne
Biathlon / Learn-O
pour Pyrénées Ludiques

« Je suis Florent, Accompagnateur en Montagne et fondateur de Pyrénées Ludiques, où je propose des activités nature, ludiques et accessibles à tous.

Parmi elles, le biathlon en famille est une expérience que j'adore partager. Chaque jeudi au Col du Soulor, à l'Espace Nordique du Val d'Azun, j'organise des séances ouvertes à tous dès 3 ans, sans limite d'âge.

L'activité, accessible en marche ou en course, s'adapte au rythme de chacun. Nous utilisons des carabines optiques haut de gamme, sécurisées et réalistes, avec visualisation des impacts en temps réel. Un classement bienveillant, des ateliers de tirs progressifs et des diplômes pour les plus jeunes rendent l'expérience ludique et motivante. Le tout dans un cadre sécurisé, encadré par un professionnel, pour un moment convivial et original en famille.

Venez vivre une initiation inoubliable au biathlon au cœur des Pyrénées ! »

Florent Charrier


Réservez ✨
votre activité



©Marion Vallin


... 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, A.E Médias

Tous nos prestataires >>



Escalade sur glace ✨

Encadrés par des guides expérimentés, que vous soyez débutants ou déjà initiés, vous pourrez gravir des parois de glace culminant à 25 mètres de hauteur. Suspendus dans l'instant, comme hors du temps, vous vivrez une aventure inoubliable.



©Pierre Meyer, A.E Médias

Tous nos >> prestataires



Saut à l'élastique ✨

Le temps d'un saut 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. Deux options s'offrent à vous : un saut à l'élastique "classique" à la verticale, ou un saut pendulaire en balancier au-dessus du vide. Alors, prêt à faire le grand saut ?



©Fiona Bonnegarde

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 >>



Parapente ✨

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



©Gérard Ganglion

Retrouvez encore plein d'autres activités insolites à Hautacam ! >>



Zippy Bike ✨

Pédaler à plus de 50 m de hauteur ou comment s'envoler avec un vélo ! C'est une sensation unique, seul ou 2 par 2, que de s'élaner au-dessus du vide. Et comme nous sommes à Hautacam, célèbre ascension pour les cyclistes, on s'élanche à vélo !



©Maëli Morihon, Hautacam

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


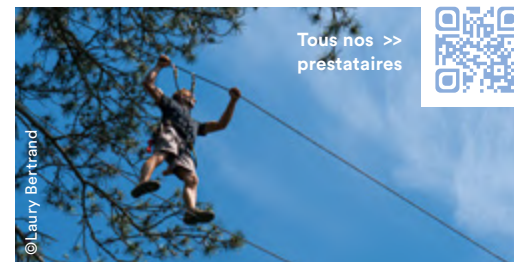


©Manon Vallin

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

©Laury Bertrand

Rencontre avec... Camille Rey

Opérateur Via Ferrata chez Les Alias



« Mon boulot c'est de faire en sorte d'accueillir tous les publics. De la personne qui est complètement novice dans le milieu de la montagne ou de l'escalade jusqu'aux personnes qui en font régulièrement. Et donc nous, les équipes, on les briefe sur le matériel, sur la sécurité, puis on les envoie sur le parc. On est deux avec Mateo pour s'assurer de leur sécurité et les aider à s'orienter... Les gens sont autonomes et nous on est là s'il y a quoi que ce soit pour aller les chercher, les secourir (...). J'ai une anecdote sympa, pour vraiment montrer que c'est accessible à tout le monde. Une fois on a eu une personne non-voyante qui a fait l'ensemble de la via ferrata avec ses enfants, tout seul. Ils étaient tous les quatre, le papa qui était aveugle, sa femme et les deux enfants. Ils ont fait tout le parcours tout seuls, ils n'ont pas eu besoin d'assistance, ils se sont éclatés. »

Camille Rey

Découvrez son portrait vidéo >>



... 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 >>



Rafting & Canoë ✨

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 >>



Rencontre avec...

Pierre-Adrien Gineste

Guide - Moniteur de pêche pour Pêche Passion Pyrénées

« Les Vallées de Gavarnie sont pour moi une destination pêche par excellence ! Notre territoire offre un grand nombre de rivières, torrents, gaves et lacs de montagne qui permettent la pratique de la pêche pour tous. On y trouve des profils torrentiels et tumultueux en montagne pour les plus sportifs, des courants plus forts et puissants en fin de vallée pour les plus aguerris et une quantité incroyable de lacs de montagne pour s'émerveiller en pleine nature. Nous traquons la truite fario, un poisson sauvage qui règne en maître dans nos eaux vives.

J'aime vivre dans cette nature à préserver, partager mon "bureau" au quotidien et mon expérience avec des stagiaires de tout âge. Chaque moment de pêche est unique et il est bon de le partager et de le transmettre. »

Pierre-Adrien Gineste

Ah, teh!

Julien
Ambassadeur des Vallées de Gavarnie

« 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 de 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 de 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 ! »

Tous nos conseils pour pêcher dans les 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!

Avec leurs cols mythiques bien connus 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.

Tous en selle!



Louez votre matériel

Rencontre avec... Luc Leblanc

1^{er} vainqueur à Hautacam du Tour de France 1994

« J'ai commencé à faire du vélo après un grave accident que j'ai eu quand j'étais jeune. Opéré du genou juste avant le Tour, j'ai eu un début de saison très difficile. Le jour de l'étape, j'ai failli abandonner dans les 100 premiers kilomètres. Mais j'ai résisté et j'ai gagné. J'en garde un souvenir inoubliable. Hautacam a toujours fait partie de mon plus beau palmarès. »



Luc Leblanc



« À pied, à vélo, en gravel, en VTT ou bien en courant, retrouvez tous les itinéraires sur rando.valléesdegavarnie.com »

Vélo de route

Pour les passionnés de vélo, gravir les Pyrénées est un défi qu'il faut relever au moins une fois dans sa vie. Lors de l'ascension de ses cols mythiques, c'est un combat contre soi-même qui s'engage. Mais une fois au sommet, le panorama et la fierté de s'être dépassé valent tous les trophées.

©Pierre Meyer, AE Médias



Cette année encore le Tour de France fait escale dans nos vallées les 17 et 19 juillet 2025.



©Pierre Meyer, AE Médias

Gravel

À mi-chemin entre le vélo de route et le VTT, le gravel est la promesse de sensations nouvelles mêlant plaisir sur pistes et immersion en pleine nature. La pratique parfaite pour les férus de liberté.

En courant!

Que vous soyez coureur amateur ou traileur aguerri, les Vallées de Gavarnie vous offrent un terrain de jeu aussi vaste qu'exceptionnel.

Cap sur les sentiers!



Ah, teh!

Olivier
Ambassadeur des Vallées de Gavarnie

« L'endroit que je préfère pour m'entraîner dans nos vallées est le Mont de Gez, car il est possible d'y courir toute l'année en évitant les chutes de neige importantes de l'hiver. Un petit sommet qui permet de préparer les courses de l'été dont le trail des Gabizos dans le Val d'Azun au départ d'Arrens-Marsous. Mieux vaut avoir les mollets affûtés fin juillet pour participer à cette course qui fête ses dix ans cette année! »



©Manon Vallin

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.

VTT

Les Pyrénées sont le terrain de jeu favori des amateurs de VTT et de sensations fortes! Que l'on aime rouler seul, en famille ou entre amis, on trouve facilement de beaux itinéraires VTT adaptés à tous, même aux débutants.

Que cau saber!



Testez le Bike Park de Barèges

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).



©Gérard Ganglion

Du Mont de Gez dans la vallée d'Argelès-Gazost à la Montagne Fleurie à Barèges, les sentiers se multiplient, chacun dévoilant à sa manière des panoramas à couper le souffle.

Vous y découvrirez une nature sauvage entre vallées spectaculaires et lacs d'altitude, dans un cadre idéal pour repousser vos limites ou simplement savourer l'instant.



©Laury Bertrand

Découvrez le trail sur les sentiers des Pyrénées





Âge requis :

De 0 à 99 ans

Terrain de jeu :

Nos vallées, entre gaves et sommets.

Objectif :

S'amuser, explorer, et repartir la tête pleine de souvenirs.

Participants :

En solo, en famille ou entre amis, toutes les équipes sont gagnantes.

À toi de jouer!

1 Espace Nordique du Val d'Azun

Marque 45 points au biathlon et remporte la course!

En savoir plus >> page 23

2 Station Hautacam

Amateur de sensations fortes? Teste la Zippy Bike!

En savoir plus >> page 24

En piste

Aventure-toi dans nos vallées!

3 Station Luz Ardiden

Prends un peu de hauteur en parapente!

En savoir plus >> page 24

4 Station Cauterets & Pont d'Espagne

Partant(e) pour une balade en raquettes au Pont d'Espagne?

En savoir plus > page 18

5 Station Gavarnie -Gèdre

Tout schuss à Gavarnie, teste la glisse sur une bouée!

En savoir plus >> page 22

6 Station Grand Tourmalet

Escalader une cascade de glace, ça te tente?

En savoir plus >> page 24

Règles du jeu

Choisis ton aventure : ski, raquettes, luge, escalade... et profite ! Immortalise ces moments en photos, en vidéos, ou tout simplement avec tes yeux ! Chaque jour est une nouvelle aventure. Il n'y a pas de perdants, seulement des explorateurs épanouis !

Bonus : Sourires garantis, souvenirs illimités, et énergie renouvelée !

Sélectionne ton terrain de jeu en regardant les conditions des stations en direct



Bien joué!

Tu as découvert les incontournables de l'hiver dans les Vallées de Gavarnie!

Toutes les infos sur les domaines skiables



©Photos : Manon Vallin, Pierre Meyer, Elisa Moreau - Illustrations : Vicky Royer



<< Toutes nos idées pour ensoleiller vos journées ✨

En attendant le soleil



©Laury Bertrand

Les grands espaces des Pyrénées sont tellement beaux, qu'il est difficile de ne pas s'empresse de mettre le nez dehors dès que l'on en a l'occasion pour les explorer. Mais, Dame Nature décide parfois de rendre la météo capricieuse pour laisser la nature se reposer.

Juste le temps pour nous de profiter des activités abritées avant de retrouver les vallées ensoleillées !

Profiter du grand Art au Hang'Art ✨



Une expo, ça vous dit ? 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 ✨

Par temps de pluie, rien de tel que d'enfiler ses patins pour aller s'amuser en famille 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. Une journée de mauvais temps, c'est aussi l'occasion de se mettre à l'abri et de s'octroyer une pause. Les restaurants, bars et salons de thé sont parfaits pour ça. On réchauffe son corps et son cœur avec un bon chocolat chaud avant de repartir pour l'aventure !



Tous les endroits où prendre le thé et goûter ✨



©Gérard Ganglion

S'accorder un moment de détente ✨



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, ou encore massage à domicile ou dans l'un des instituts, les possibilités ne manquent pas pour se relaxer et se faire chouchouter !

Sur les rives gauche et droite du Gave de Pau, un ensemble de galeries collecte l'eau des lacs, des ruisseaux, des torrents et des affluents pour alimenter la centrale de Pragnères et permettre la production d'une électricité propre et renouvelable grâce à la force de l'eau. EDF vous ouvre les portes de cette usine emblématique pour la production hydroélectrique dans le massif pyrénéen.

Laissez-vous conter son histoire et vivez une expérience unique et immersive grâce à la réalité virtuelle.



©Manon Vallin

La centrale hydroélectrique de Pragnères

Réservez une visite ✨



<< Tout savoir sur la spéléologie ✨

Faire une sortie spéléo

S'il y a bien un endroit où la pluie n'a pas son mot à dire, c'est 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, cette activité vous fera oublier le temps capricieux !

Rencontre avec...

Régis et Thomas

Moniteurs de spéléologie & canyoning pour Envergure Pyrénées

« Nous sommes deux professionnels en spéléologie et canyon installés dans les Vallées de Gavarnie depuis 20 ans.

Nous avons passé nos diplômes ensemble, maintenant nous nous retrouvons au sein d'Envergure Pyrénées afin de développer notre passion de la montagne dans les canyons et les grottes.

Nous pratiquons la spéléologie depuis 25 ans et ce sont les sports de nature qui nous ont passionnés pour cette activité. »

Régis et Thomas

Réservez votre activité ✨



©Manon Vallin

Que ça s'abê !

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.

Avec les pitchouns

Découvrir les Pyrénées en famille, c'est partager des moments que vous chérez toute votre vie. Alors pour vous créer des souvenirs impérissables, misez sur des activités ludiques à vivre avec vos enfants !



Toutes les activités à faire en famille



© Cécile Henniquau

Lancer la ligne à la Truite des Pyrénées



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 ?

Se balader avec des animaux



On a LA bonne idée pour motiver votre famille à partir en randonnée : 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.

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, 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.

Barboter dans l'eau



Quoi de mieux pour faire plaisir à vos enfants qu'une sortie en famille dans les différentes piscines municipales et centres aquatiques de nos vallées ? Animations, toboggans, pataugeoires... De quoi nager dans le bonheur !



Découvrir une ferme



Les animaux de la ferme sont souvent au cœur de l'éveil et de l'apprentissage des enfants. Mais en ont-ils déjà rencontrés en vrai ? Profitez de votre séjour dans nos vallées pour venir les rencontrer directement chez eux, à la ferme ! Des visites très enrichissantes, aussi bien pour les parents que pour les enfants.

Partir à l'abordage à Chloro'fil



Pendant que les plus grands s'amuse sur les parcours d'accrobranche, les plus petits peuvent s'amuser au Bois des Pirates, un parcours aérien de filets et cabanes. Le parc Chloro'fil est idéal pour les familles car il propose une grande diversité d'activités. La nouveauté cette année : une tour de 20 m de haut à laquelle grimper puis sauter depuis le sommet !

Se déjouer à la base de loisirs



Pour un moment de jeux en famille ou un pique-nique dans un cadre magnifique, faites un tour à la base de loisirs d'Arrens-Marsous. Vos enfants adoreront grimper sur la marmotte géante ou faire un tour de vélo ou trottinette sur les bosses du pumptrack.



Ah, teh!

Gabriela
Ambassadrice des Vallées de Gavarnie

« Trottinette, roller, BMX ou skateboard, au skate-park d'Argelès-Gazost il y en a pour toutes les roues. De type flow park, le skate-park se situe le long de la voie verte à Argelès-Gazost. Venez réaliser quelques "tricks" sur ses rampes ! »

Rencontre avec...

Lina Fourcade

Soigneuse animalière au Parc animalier des Pyrénées

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 120 espèces animales telles que les incontournables marmottes, les loutres, les ours bruns, les bouquetins et bien d'autres encore !



« Je suis passionnée par les animaux depuis ma tendre enfance. Mais moi ce qui m'intéressait c'était la faune sauvage, du coup j'ai toujours su que je voulais être soigneuse animalière. C'est un métier physique mais c'est vraiment agréable de travailler avec des animaux.

Mon animal préféré, c'est la marmotte. C'est l'emblème des Pyrénées, de nos montagnes. Elles sont super intéressantes à observer. C'est vraiment un animal fascinant. »

Lina Fourcade



© Angèle Mary

Découvrez son portrait vidéo



Des vallées traditionnelles

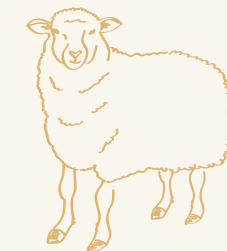
« Dans un écrin naturel remarquable,
les villages des Vallées de Gavarnie s'offrent
à la découverte avec leurs particularités. »

Brigitte Bellocq, guide-conférencière

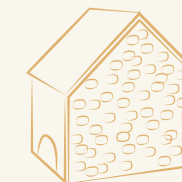
Traditionnelles



Terre de
savoir faire ✨



La transhumance ✨



Les Moulins à eau
de Gèdre-Dessus ✨



Une goutte de douceur ✨

Terre de savoir-faire

Dans les Vallées de Gavarnie, le talent des artisans s'exprime de toutes les manières et dans toutes les matières ! Depuis toujours, l'artisanat pyrénéen est gage de qualité et de style. Il se renouvelle pour répondre aux besoins et préoccupations d'aujourd'hui tout en restant profondément ancré dans la tradition et les savoir-faire ancestraux. Découvrez les portraits de nos artisans pleins de talent dans leur élément.

Tous les artisans des vallées ✨



La pierre ✨

Cet élément brut caractéristique et tellement évocateur de nos montagnes est toutefois très étonnant par les transformations qu'il peut connaître, au gré des inspirations de ceux qui le travaillent. Sculpteur sur pierre installé à Arras-en-Lavedan, **Jean-Jacques Abdallah** vous invite dans son univers pour découvrir ses créations.



Le bois ✨

Au détour de balades et randonnées, les forêts et espaces boisés des Vallées de Gavarnie dévoilent toute la noblesse de ce matériau végétal. Dans le village de Salles, à quelques minutes seulement d'Argelès-Gazost, **Xavier Lecat** travaille le bois avec passion et respect pour proposer des stylos et des objets de décoration 100% bois des Vallées de Gavarnie.



La laine ✨

La laine, une matière travaillée ici depuis bien des générations, est emblématique des Pyrénées. Un art ancestral remis au goût du jour avec la création de vêtements, sacs ou encore articles de yoga ! À Esquièze-Sère, **La Carde** ouvre grand les portes de sa fabrique pour vous faire découvrir la transformation de la laine du Pays Toy.

Quant à **Marjorie Dulom**, tisserande et artisane d'art basée à Pierrefitte, elle propose des démonstrations et des ateliers de feutrage et de tissage, notamment à destination des groupes.



La céramique ✨

La matière alliée à la dextérité permettent la création de pièces uniques. C'est ici, au creux de nos vallées, que **Roxanne Lasserre** puise son inspiration pour donner vie à tout type d'objet du quotidien ou de décoration : tasses, carafes, bols, saladiers, vases...

Tout savoir sur la laine des Pyrénées ✨



La transhumance

©Pierre Meyer, AE Médias



Ah, teh!

Christophe

Ambassadeur des Vallées de Gavarnie

Reconnue au patrimoine culturel immatériel de l'humanité de l'UNESCO depuis décembre 2023, la transhumance est une coutume ancestrale toujours bien vivante dans nos montagnes. Chaque été les bergers conduisent leurs brebis, vaches et même chevaux jusqu'aux prairies d'altitude, et ce jour d'ascension des troupeaux attire un public de plus en plus nombreux !

La transhumance célèbre le jour de départ des troupeaux vers les hauteurs des montagnes, où ils vivront au grand air jusqu'à la fin de l'automne. Pas de foin donc pour les bêtes durant cette période, mais la bonne herbe verte de nos pâturages !

« La transhumance dans les Vallées de Gavarnie est une fête ! Lors de la montée des troupeaux aux estives, les chants pyrénéens accompagnent le son des cloches et des sabots des animaux et résonnent dans nos vallées. Ces chants traditionnels sont chers à nos cœurs car ils font vivre notre patois, l'occitan, auprès des jeunes générations mais aussi des touristes curieux. Parmi mes préférés, "Canta se gasaus" par le groupe de chanteurs bigourdans "Allegría" à découvrir ici ! »



Dans les Vallées de Gavarnie cette tradition compte parmi les moments forts de l'année. Très populaire et convivial, touristes et locaux se rassemblent autour de chants, animations et dégustent ensemble de savoureuses spécialités locales.

Toutefois, au-delà de son caractère traditionnel et festif, la transhumance répond encore à des enjeux bien actuels. Elle favorise le lien social dans les territoires de montagne et renforce leur identité culturelle. Qui plus est, en se nourrissant de la végétation en pâture, les animaux "débroussaillent" et entretiennent certains espaces. Ils contribuent ainsi au maintien de la diversité des paysages qui font le charme de nos vallées, et de la biodiversité remarquable qui y est rattachée.

Que ça s'abêr ! ✨

Un Escape game autour du pastoralisme et de la transhumance, ça vous tente ? Venez apprendre les bons comportements à adopter en montagne vis-à-vis des troupeaux tout en vous amusant. Un moment ludique en plein air pour toute la famille !



©Laury Bertrand

©Mélodie Mengarduque

©Elisa Moreau

©Mélodie Mengarduque

©Jean-Jacques Abdallah, TNP

©Roxanne Lasserre

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



Rencontre avec... Brigitte Bellocq

Guide-conférencière

« 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 (...).

L'implantation de ces villages et l'utilisation de l'espace pastoral environnant justifie la reconnaissance par l'UNESCO d'une pratique ancestrale : "la transhumance" patrimoine culturel immatériel. À noter deux 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

Réservez
une visite
guidée ✨

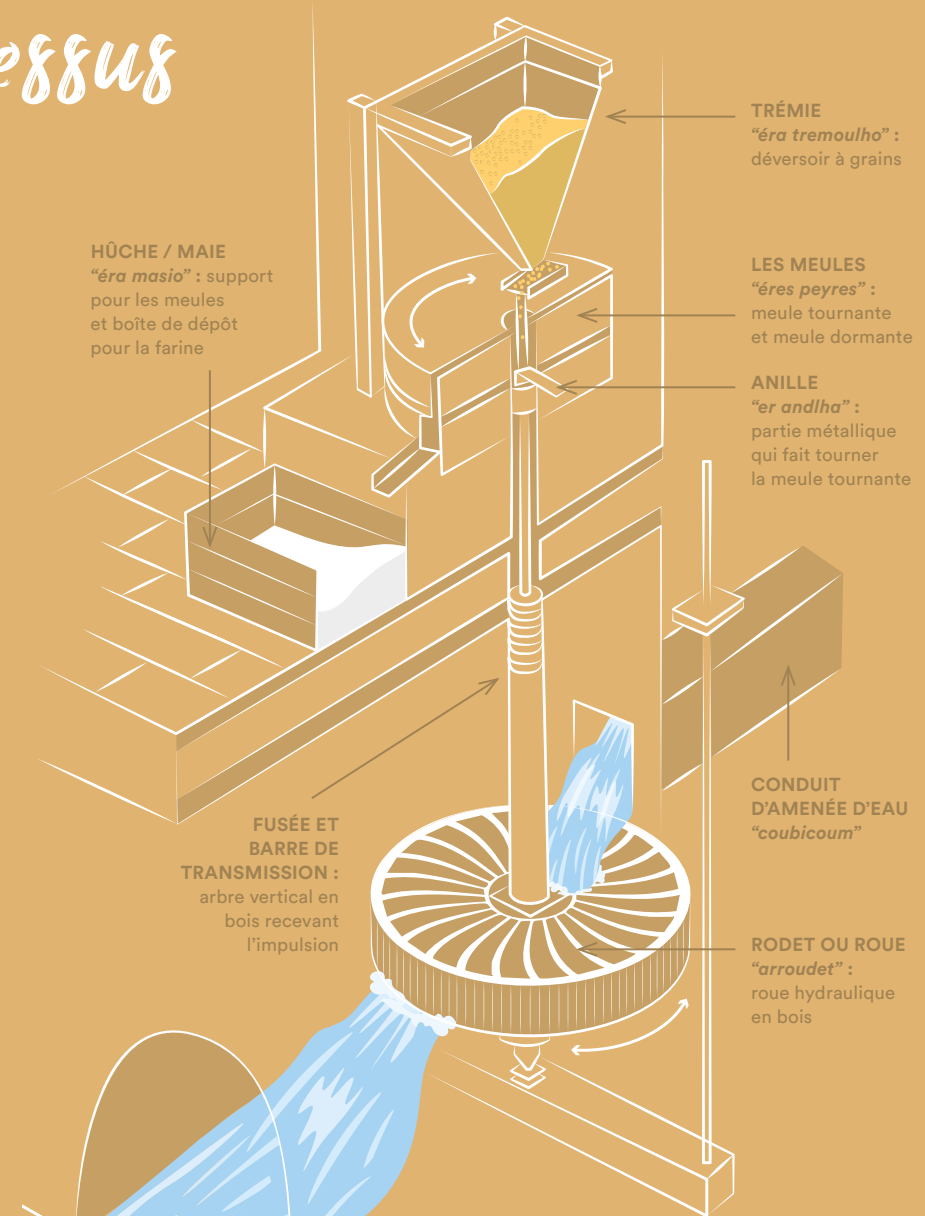


Les moulins à eau de Gèdre-Dessus

Les moulins de Gèdre-Dessus, disposés en chapelet le long du gave de Campbieilh, témoignent d'un passé où les habitants du Pays Toy, non tenus de moulin leurs céréales dans un moulin appartenant à un seigneur, avaient construit les leurs et les partageaient entre plusieurs familles.

Situés les uns à la suite des autres, c'est la même eau du gave qui faisait tourner ces 5 moulins, leur permettant de moulin le grain, principalement de seigle, milloc, millet, maïs ou blé pour en faire de la farine. Les grains étaient déversés sur la meule dormante par un trou central dans la meule tournante, elle-même entraînée en rotation par la force de l'eau. C'est dans cet intervalle et grâce à ce mouvement d'écrasement entre les deux meules que le grain était broyé. La mouture tombait ensuite dans la huche où elle était récupérée.

Délaissés lors des débuts de l'exode rural à la fin du XIX^{ème} siècle, ceux de Gèdre ont toutefois fonctionné jusque dans les années 1970. Au début des années 90 grâce à la volonté de leurs propriétaires, de la commune et du Parc national des Pyrénées, les moulins de Gèdre-Dessus ont été rénovés. De nos jours, ils restent le symbole d'une époque où la société et la vie s'organisaient au rythme de l'eau.



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.

©Pierre Meyer, AE Médias

Partez à la découverte de l'histoire de ces moulins sur le sentier d'interprétation ✨



Une goutte de douceur

Cristallisée dans de minuscules étoiles de glace ou insaisissable dans l'onde limpide de nos rivières, l'eau est présente partout dans nos vallées. Mais saviez-vous que ses gouttes recèlent des bienfaits insoupçonnés ?

En effet, l'eau pyrénéenne est connue et reconnue pour ses vertus thérapeutiques.

Les Thermes accueillent chaque année de nombreux curistes et leurs espaces thermoludiques permettent à tout un chacun de s'y détendre.

J'ai eu la chance de découvrir les Thermes de Barèges et c'est une expérience qui m'a profondément revitalisé.

J'ai opté pour un massage relaxant à la Barégine, qui a été une véritable source de détente pour mon corps et mon esprit. L'utilisation de cette crème précieuse lors des massages garantit une relaxation optimale, tout en valorisant un savoir-faire exceptionnel. C'est une véritable invitation à prendre soin de soi dans un cadre privilégié, où tradition et nature se rencontrent pour votre confort.

Après la séance, je me suis senti revigoré ! La qualité des soins, combinée à la beauté du lieu, fait des Thermes de Barèges un endroit idéal pour prendre soin de soi et se ressourcer.

Lors de mon prochain passage j'essaierai les massages au miel, autre expérience qui, j'en suis persuadé, saura me vivifier et m'apporter tous les bienfaits nécessaires à une bonne vitalité.

Jean-Bernard Tournié, journaliste

Cieléo

À Barèges, prélevez-vous dans une eau naturellement chaude avec vue sur les montagnes. Au pied du Pic du Midi, accordez-vous une parenthèse de détente sous une coupole éclairée par la Voie Lactée : simplement magique !

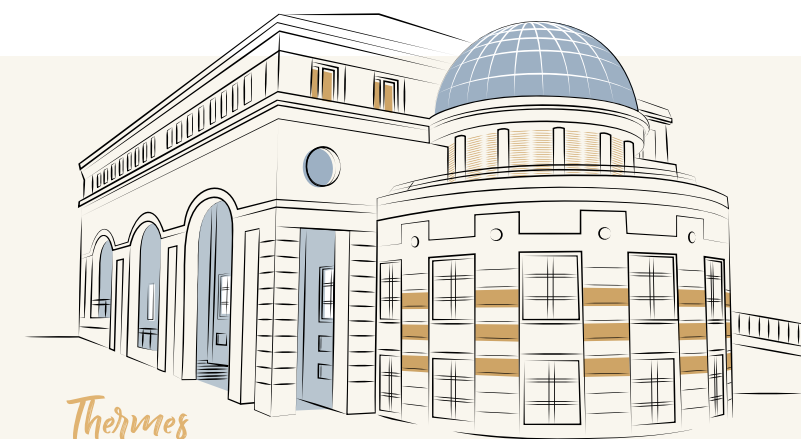


Ah, teh!

Virginie

Ambassadrice des Vallées de Gavarnie

« Après le ski ou la rando, c'est le moment de profiter du massage des sportifs ! Il favorise une meilleure récupération en éliminant les toxines et en favorisant le retour veineux. »



Thermes de Barèges

> Cures thermales en ORL - Voies Respiratoires & Rhumatologie

Rencontre avec...

Viviane Billié

Responsable cures aux thermes de Barèges

« À Barèges, on traite la rhumatologie, soit tout ce qui est maladie de l'os, articulations du muscle, arthrose. Et à l'établissement des voies respiratoires à l'entrée du village on traite tout ce qui est ORL(...).

Il y a trois gammes de produits. Il y a le baume qui est une application de crèmes directement sur les hématomes. Nous, on l'appelle notre Ketum naturel. Il y a l'onguent, c'est une application comme de la boue. On l'applique, on met du cellophane et on laisse appliquer pendant 20 minutes. Et le beurre de massage, c'est un peu la même chose que le baume, mais la texture est plus grasse. On peut faire des massages qui durent plus de 20 minutes sans que la texture ne peluche. »

Viviane Billié



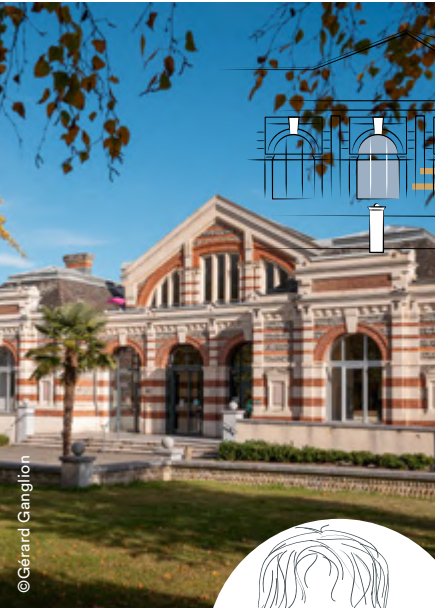
©Pierre Meyer, AE Médias



©Angèle Mary

Découvrez son portrait vidéo





Thermes d'Argelès-Gazost

> Cures thermales en ORL
Voies Respiratoires
& Phlébologie

Ah, teh!

Gabriela

Ambassadrice des Vallées de Gavarnie

« Pour une remise en forme tout en douceur, optez pour l'Aqua'form. Cette discipline permet de travailler tout son corps (abdominaux, fessiers, cuisses, bras et épaules) dans l'eau durant 45 minutes. Sans limite d'âge, elle est parfaite pour ceux qui souhaitent éviter les courbatures et les chocs trop intenses. »



Le Jardin des Bains

Parmi ses immenses statues et ses jardins luxuriants, le Jardin des Bains est la promesse d'un dépaysement total ! De bains turcs en jacuzzi à ciel ouvert, l'espace balnéo est pensé pour que votre détente soit absolue.



Les Bains du Rocher

Plongez dans une bulle de douceur et de bien-être au spa thermal des Bains du Rocher, qui fête ses 15 ans cette année. En toute saison profitez d'une eau à 38°C dans ses bassins intérieurs comme extérieurs. Un moment hors du temps à savourer les yeux rivés sur les montagnes.

Ah, teh!

Cécile

Ambassadrice des Vallées de Gavarnie

« Qui a dit que la détente n'était qu'une affaire de grands ? Les Bains du Rocher proposent pour les Pitchouns (7 à 11 ans) une première approche du massage à base de manœuvres douces et enveloppantes, et pour les Teenagers (12 à 14 ans) des massages et manipulations revigorantes de la tête aux pieds (l'accompagnement par un adulte est requis). »



Luzéa

Avec son décor vitré et sa vue imprenable sur la vallée, Luzéa allie l'élégance du XIX^{ème} siècle et la modernité d'un spa de montagne. Piscine à jets et cols de cygne, bains à bulles, sauna, hammam oriental et salon de marbre chauffant sauront venir à bout de toutes vos tensions.

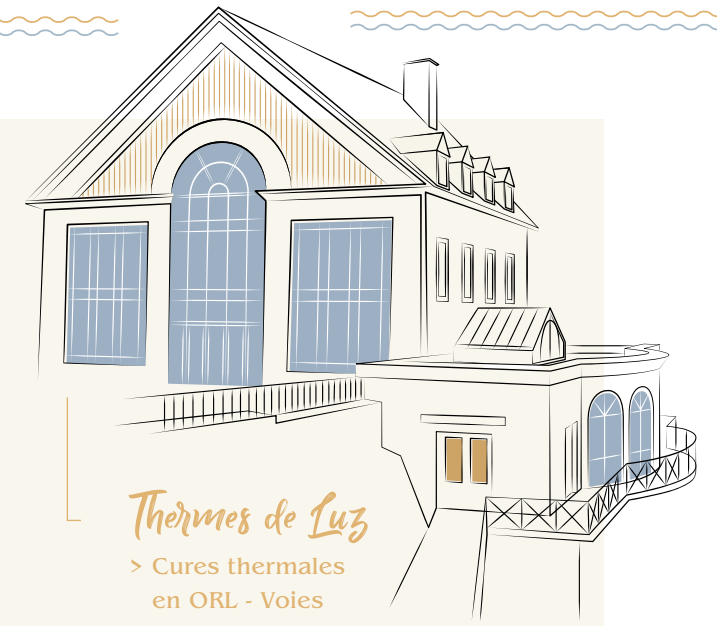


Ah, teh!

Séverine

Ambassadrice des Vallées de Gavarnie

« Évadez-vous à Hawaï le temps d'un massage "Lomi Lomi". Ce modelage traditionnel exotique effectué avec les avant-bras vous plongera dans une quiétude sans pareil. Plus qu'un massage, c'est un rituel de bien-être qui soulagera votre corps comme votre esprit. »



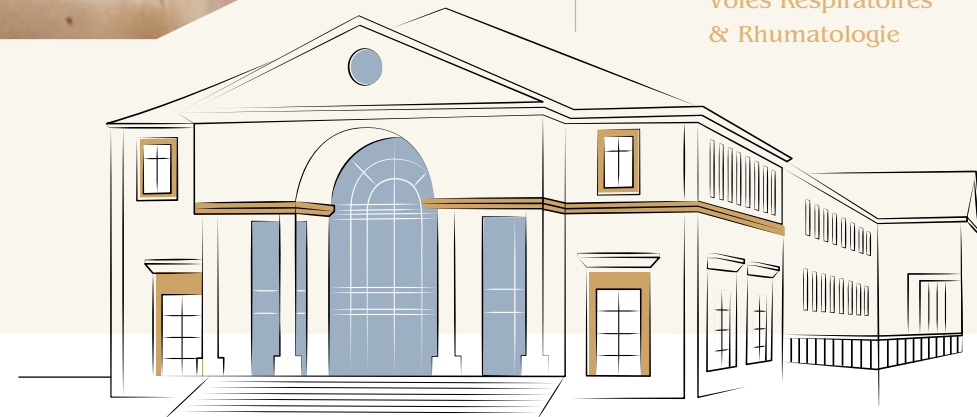
Thermes de Luz

> Cures thermales en ORL - Voies Respiratoires & Phlébologie



Thermes de Cautejets

> Cures thermales en ORL
Voies Respiratoires
& Rhumatologie



En savoir plus sur les spas thermaux

©Gérard Ganglion
©Pierre Meyer, A.E Médias

Des vallées gourmandes

Gourmandes



Papilles en visite ✨



Faire son marché ✨



À table ! ✨

©Manon Vallin

Labels d'alcool les tingeraux pour le team - com nimer - use mod - ation



Papilles en visite

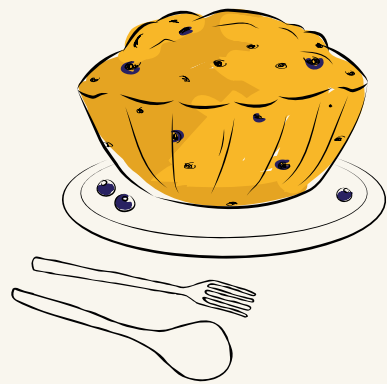
Tous les produits des vallées



Mouton AOP Barèges-Gavarnie

C'est le soin que leur prodiguent leurs bergers et la bonne herbe des Vallées de Gavarnie qui donnent à la viande des moutons AOP Barèges-Gavarnie sa saveur si délicieusement particulière.

Tourte des Pyrénées



et confiture aux myrtilles

Dans les Vallées de Gavarnie la myrtille se décline sous toutes ses formes ! Entière dans une tourte moelleuse à cœur et croustillante à l'extérieur, ou en confiture faite dans le respect des traditions, ces sublimes petites perles violines sont riches en saveur !

Les fromages des Pyrénées



Qu'il soit de vache, de brebis, de chèvre ou un peu de tout cela à la fois, les fromages des Pyrénées contribuent à la renommée des vallées et sont au cœur de nombreux plats locaux...

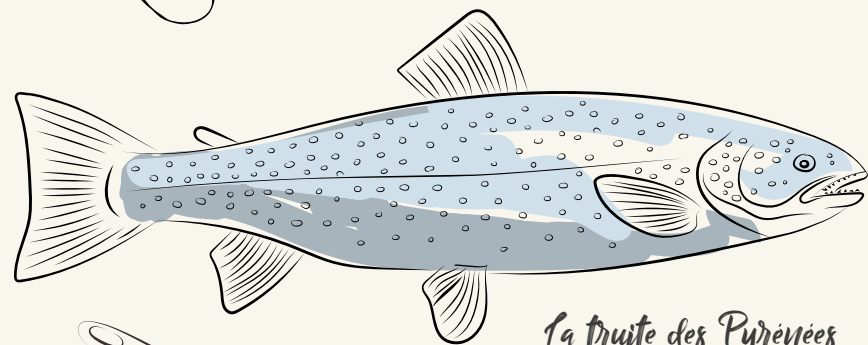


Les berlingots

À l'origine, ces petits cubes de sucre colorés étaient utilisés pour enlever le goût de soufre aux curistes. De nos jours, ils restent une petite douceur très appréciée des petits et des grands gourmands.

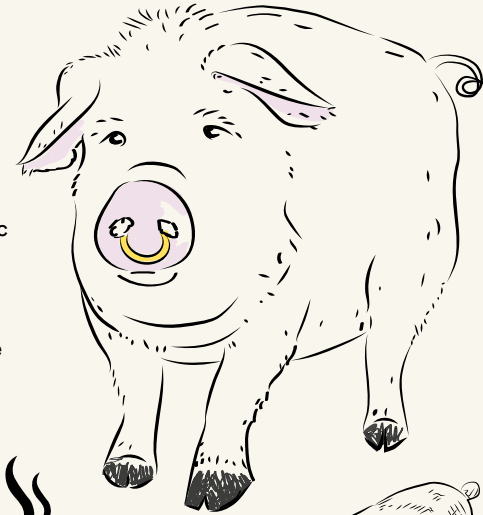
La truite des Pyrénées

La chair tendre et délicate, au goût fin et prononcé, de la truite qui frétille dans les eaux limpides de nos gaves en fait un produit incontournable des Pyrénées.



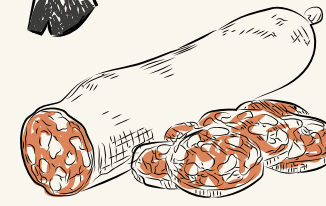
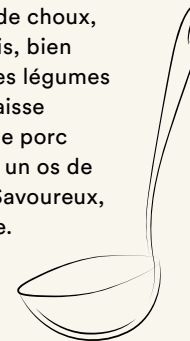
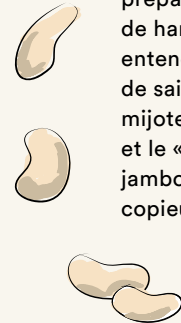
Porc Noir de Bigorre

Nourri en plein air aux glands et châtaignes, ce porc à la robe noire est renommé pour la qualité de son gras qui permet de faire des charcuteries typées. Un délice !



La garbure

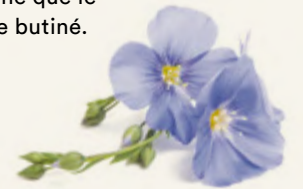
C'est LE plat d'hiver incontournable ! La soupe traditionnelle préparée à partir de choux, de haricots (tarbais, bien entendu !) et autres légumes de saison, où on laisse mijoter du jarret de porc et le « camayou », un os de jambon du pays. Savoureux, copieux et typique.



Miel des Pyrénées



Il existe tant de variétés qu'il faudrait presque parler DES miels des Pyrénées. La gamme de ce précieux nectar est aussi riche que le territoire butiné.



Bières artisanales brassées dans les Vallées de Gavarnie

Pour faire glisser toute la bonne nourriture dégustée et rester hydraté, rien de mieux qu'une bière brassée dans les Pyrénées !

Les côtelettes d'agneau

Tendres et juteuses à souhait, les côtelettes d'agneau des Pyrénées sont idéales pour un repas gourmand en famille ou entre amis.



Ah, teh!

Axel
Ambassadeur des Vallées de Gavarnie



Les spots pique-niques et goûters

« Retrouvez les plus beaux panoramas et les coins les plus cosy où casser la croûte. Votre plaisir n'en sera que décuplé ! »



Un abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.



Faire son marché !

La meilleure façon de remplir son panier pour un pique-nique ou un goûter à déguster devant les beaux paysages des Vallées de Gavarnie, c'est de se rendre sur les marchés ! Allez à la rencontre des producteurs locaux, faites de bonnes emplettes aux saveurs d'ici et glanez quelques conseils de préparation.

En savoir plus sur les marchés des vallées ✨



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 (8h à 14h) : Luz-Saint-Sauveur
- 16h30 à 19h30 : Lau-Balagnas

MARDI

- Matin (8h à 13h) : Argelès-Gazost

MERCREDI

- Matin (9h à 12h) : Barèges (juin à septembre)
- 16h à 20h : Arrens-Marsous (juillet à mi-septembre)

JEUDI

- Matin (6h à 13h30) : Lourdes
- De 15h à 20h : Gèdre (mi-juillet à fin août)

VENDREDI

- Matin (8h à 13h) : Cauterets (mai à octobre)
- 16h à 22h : Luz-Saint-Sauveur (juillet/août)

SAMEDI

- Matin : Pierrefitte-Nestalas (8h à 13h), Argelès-Gazost (7h à 13h) et Lourdes (6h à 13h30)
- 10h30 à 13h : Arrens-Marsous (hors juillet/août)

DIMANCHE

- Matin : Arrens-Marsous (juillet/août)

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, visites de mielleries, de fermes, de confiturier... ✨

Rencontre avec...

Florent Huard

Apiculteur au Rucher Pentu



« Je m'appelle Florent Huard, je suis apiculteur professionnel en ruches kenyanes dans la Vallée de Luz-Saint-Sauveur, labellisé Agriculture Biologique et Esprit Parc National.

Quand je me suis intéressé à l'apiculture, j'ai essayé de comprendre les différentes pratiques et les différentes ruches qui existaient. Afin de pallier les problèmes de résidus chimiques qu'on pouvait retrouver dans les cires et au syndrome d'effondrement des colonies, je me suis orienté très rapidement sur l'apiculture naturelle et la ruche kenyane. L'idée de la ruche naturelle c'est de laisser construire toutes les cires par les abeilles, donc tout est construit entièrement par elles.

L'apiculture est un métier très varié puisqu'on travaille suivant les saisons et ce sont les abeilles qui nous donnent le tempo selon leur cycle biologique... »

Florent Huard

Découvrez son portrait vidéo ✨





À table!



La tarte aux myrtilles ✨

La tarte aux myrtilles est idéale pour terminer n'importe quel repas sur une note légère et sucrée. Elle marie à merveille la douceur de la crème pâtissière, relevée par un soupçon de vanille, à l'acidité de la myrtille.

Un délice pour les yeux également, par sa pâte dorée et le violet profond de ses fruits brillants. Un dessert tout en fraîcheur et authenticité.

Un repas couronné de succès réunit trois ingrédients : des produits de qualité, des sens éveillés, et une émotion suscitée.

Retrouvez nos suggestions de recettes pour faire de vos repas un moment "presque" parfait.



Ecrasé de pommes de terre ✨ de terre aux champignons



Rien de mieux pour accompagner une viande de caractère qu'un écrasé de pommes de terre aux champignons, aéré et mousseux. Rustique et raffiné à la fois, ce plat allie à la perfection l'onctuosité de la pomme de terre, écrasée à la main, et le caractère des champignons. Une pincée de persil vient apporter une touche de fraîcheur à cet équilibre parfait des saveurs.



Rôti de Porc noir de Bigorre ✨

Le rôti de Porc Noir de Bigorre est une expérience gastronomique dont ne peuvent que se délecter les plus fins gourmets.

À la cuisson, le gras noble du porc noir fond doucement, sa croûte se caramélise, et son alléchant parfum embaume la pièce. Sa chair, ultra fondante au goût profond, s'accorde parfaitement avec un assaisonnement minimaliste.

Pas besoin de grand-chose à cette viande copieuse et réconfortante pour révéler toute sa noblesse.



Gravlax de truite des Pyrénées ✨



Sublimez la truite des Pyrénées avec cette entrée qui évoque la fraîcheur et la finesse du poisson cru. Le secret d'un gravlax parfait : l'équilibre de son assaisonnement. Ni trop salé ni trop épicé, il agrémenté la truite sans masquer son goût raffiné, tout en apportant une légère note sucrée. La texture de la truite est ferme mais fondante, son goût subtil et équilibré. En touche finale, ornez d'un peu de ciboulette pour son goût délicat et son contraste avec la chair orangée brillante de la truite.



Bon appétit!



Le Quiz des Vallées de Gavarnie

Quel vacancier êtes-vous ?

1 Pour préparer vos vacances dans les vallées, vous...

- A** Planifiez toutes vos sorties avec l'application rando.valleesdegavarnie, pas question de rater les meilleures randonnées !
- B** Motivez déjà vos proches pour vous accompagner dans de nouvelles expériences insolites. Après tout, on a qu'une vie !
- C** Cherchez les bonnes adresses où manger des petits plats locaux de qualité. La montagne c'est bien, mais le ventre plein c'est mieux !
- D** Préparez votre appareil photo. À vous les incroyables clichés de sunsets colorés.

2 Niveau hébergement vous préférez...

- A** Une tente, un sac de couchage et c'est tout ! Le bivouac c'est votre grand luxe à vous.
- B** Les campings, il y a toujours une super ambiance, on fait plein de rencontres, c'est convivial.
- C** Un hôtel en demi-pension, pour profiter au maximum sans avoir à bouger le moindre orteil !
- D** Un petit appartement cosy avec, bien sûr, une vue dégagée sur les vallées.

3 Pendant votre séjour, l'objet fétiche qui ne vous quitte pas c'est...

- A** Vos chaussures de rando. Vous hésitez même à les enlever pour dormir.
- B** Votre Gopro pour immortaliser vos aventures.
- C** Votre Opinel. Un classique à avoir pour un pique-nique improvisé.
- D** Vos jumelles. Si un isard passe, vous ne voudriez pas le rater.

4 Lors de vos vacances dans les Vallées de Gavarnie, vous...

- A** Passez la majeure partie de votre temps sur les chemins, chaque journée est une nouvelle occasion de parcourir les Pyrénées.
- B** Vous n'avez jamais les pieds sur terre. Parapente, rafting, tyroliennes... À chaque journée son lot de sensations.
- C** Prenez le temps de prendre le temps. Spas, balades, restaurants... C'est déjà la course toute l'année, les vacances, c'est sacré !
- D** Partagez vos journées sur les réseaux. C'est tellement beau que vous voulez que le monde entier le sache.

5 Quel animal vous représente le mieux ?

- A** L'ours, vous aimez parcourir la montagne en solitaire.
- B** L'isard, avec vos congénères vous arpentez les vallées avec agilité.
- C** La marmotte, vous aimez vous dorner la pilule au soleil et au grand air.
- D** Le gypaète, toujours en l'air à observer le monde !

6 Pour vous, des vacances à la neige riment avec...

- A** Ski, ski et puis... du ski !
- B** Snowparks : votre QG pour les vacances.
- C** Raclette, fondue, tartiflette... Qu'importe, tant qu'il y a une tonne de fromage fondu !
- D** Raquettes. Parfait pour respirer l'air pur et frais des Pyrénées et contempler les paysages enneigés.

7 Comme souvenirs des vallées, vous ramenez...

- A** Des courbatures, mais vous adorez ça !
- B** Des heures de vidéos de vous en train de relever des défis. Spoiler Alert : vous ne les regarderez probablement jamais.
- C** Du fromage, du miel, une tourte... Pour que vos proches goûtent à la délicieuse saveur des vallées. Encore faut-il que vous n'ayez pas tout mangé avant, bien sûr !
- D** Un poster des vallées. C'est tellement beau que vous voulez continuer d'en profiter depuis chez vous.



Majorité de réponses A

Le grand sportif

Pour vous, vacances riment avec dépenses...physiques ! Qu'importe la saison pourvu que vous puissiez sortir et explorer les Pyrénées à pied, en courant, en ski... Chaque minute à l'intérieur est une minute gâchée. Alors, qu'est-ce que vous attendez, enfiler vos chaussures et rendez-vous à la page 20 ✨ hop hop hop !



Majorité de réponses B

L'aventurier

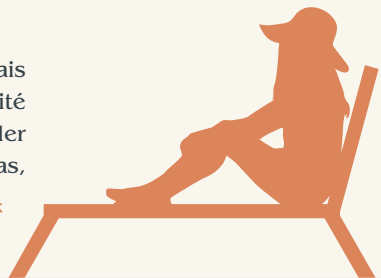
Vous êtes en quête perpétuelle d'adrénaline ! Vous aimez vous sentir vivant, partager des expériences inoubliables avec vos amis, vous dépasser... Bref vous n'en avez jamais assez des défis ! Alors, en voilà un nouveau pour vous : cap ou pas cap de tester toutes nos activités à sensations ?
Rendez-vous page 20 ✨



Majorité de réponses C

Le bon vivant

Vous ne cherchez pas à atteindre les sommets des montagnes mais plutôt les sommets de la détente. Vous aimez le calme et la tranquillité des Pyrénées. Pour vous, une journée parfaite se résume à se balader au cœur des villages, profiter des marchés, faire une pause aux spas, déguster des spécialités locales...
Rendez-vous pages 36 ✨ et 46 ✨



Majorité de réponses D

L'explorateur

Les jumelles dans une main, l'appareil photo dans l'autre, vous adorez découvrir de nouveaux paysages et les voir évoluer au fil des saisons. Observer les grands espaces, la Réserve Internationale de Ciel Étoilé, la faune, la flore... Bref, vous avez soif de découvertes pour vous en mettre plein la rétine ! Alors, rendez-vous page 8 petit explorateur ! ✨



Vibrez au rythme des vallées

À voir à faire

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 partage, 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

Juillet
2025



Fête des bergers
Barèges

Septembre
2025



Fête des bergers

Matinale de la châtaigne
Argelès-Gazost

Janvier
2026

Altitoy Millet

Juin
2025



Jazz à Luz
Luz-Saint-Sauveur

Trail des fleurs
Barèges

Passage du Tour de France pour la 12^{ème} étape
Auch > Hautacam
et la 14^{ème} étape
Pau > Luchon-Superbagnères par le Col du Tourmalet

Août
2025



Festival Trad'Azun
Val d'Azun

Fête du ciel
Aucun

Fête des chiens des Pyrénées
Argelès-Gazost

Foire aux côtelettes
Luz-Saint-Sauveur

Novembre
2025

Trail Blanc du Pont d'Espagne
Cauterets

Mars
2026



Transhumance à Estaing



Jazz à Luz



Qui ils sont beaux les Patous

©Photos : Antoine Garcia, Manon Vallin, Pierre Meyer, Elisa Moreau, Tristan Buchot

LES VALLÉES DE GAVARNIE
PYRÉNÉES

Tous nos événements et 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



© Bernard Ganglion

Donnez une seconde vie à ce magazine !

Après votre lecture, n'hésitez pas à le partager pour réduire son impact sur l'environnement.



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...

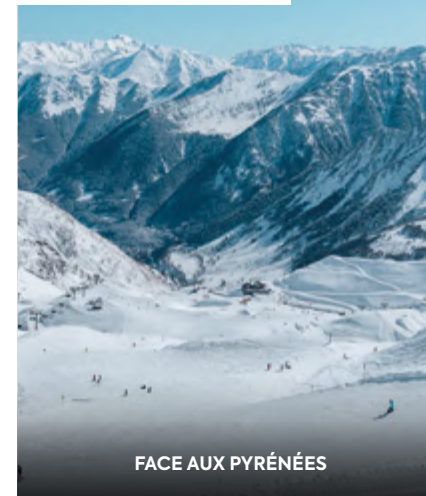
Adishatz!

EXPÉRIENCES PYRÉNÉENNES

VIVRE DES AVENTURES À LA MONTAGNE

C'est très Cauterets!

SKI ALPIN



FACE AUX PYRÉNÉES

SPA THERMAL



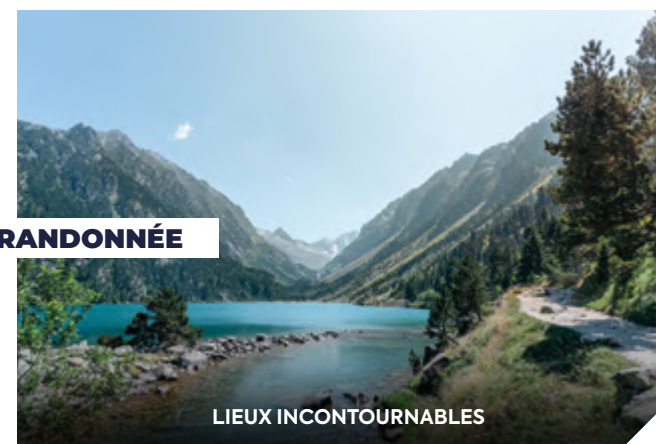
BIEN-ÊTRE ET DÉTENTE

PONT D'ESPAGNE



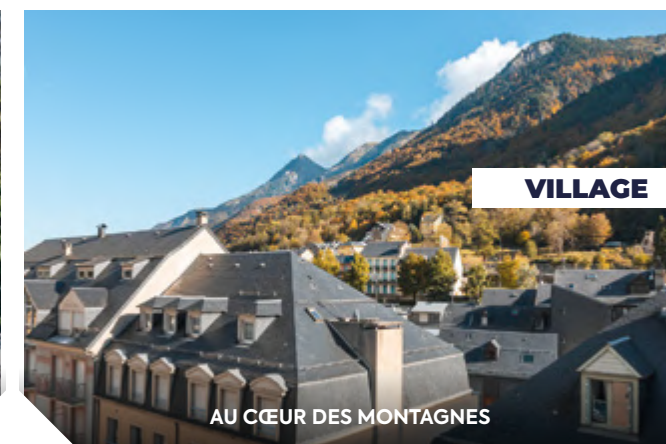
NATURE PRÉSERVÉE

RANDONNÉE



LIEUX INCONTOURNABLES

VILLAGE



AU CŒUR DES MONTAGNES



@cauterets

WWW.CAUTERETS.COM



LES VALLÉES DE GAVARNIE
PYRÉNÉES

Adishatz!

**Au revoir*

©World Elise