



gratuit



LES VALLÉES DE GAVARNIE
PYRÉNÉES

*Versión en
español* ✨

*English
version* ✨

**Bonjour Adieu!*

MAGAZINE TOURISTIQUE ANNUEL 2026 >27

6 vallées, 1 destination



Puissantes



Surprenantes



Traditionnelles



Gourmandes

©Elisa Moreau



PIC DU MIDI

TOURMALET

— 2877 M

© Kudatq 2024 - Photo : M. Pinaud

Un jour,
j'irai là-haut ✨

BILLET VISITE 44€
À PARTIR DE /pers.

JUSQU'À -25%

SUR VOTRE BILLET VISITE: RÉSERVEZ EN LIGNE picdumidi.com



Pic du Midi
Tourmalet
PYRÉNÉES FRANCE



LE PIC DU MIDI
ET SON OBSERVATOIRE
CANDIDATURE
AU PATRIMOINE
MONDIAL



LES VALLÉES DE GAVARNIE
PYRÉNÉES

Adieu!

À l'heure où tout semble aller toujours plus vite, *Les Vallées de Gavarnie* vous invitent à ralentir. À respirer profondément. À renouer avec l'essentiel.

Ici, la montagne s'exprime dans toute sa splendeur. Sommets majestueux, forêts de pins à crochets, estives fleuries et torrents dessinent un décor grandiose où la faune et la flore s'épanouissent en toute liberté. Randonnée, vélo, tyrolienne, sports d'eaux vives ou ski selon les saisons... chaque activité est une invitation à découvrir nos vallées autrement, au plus près de la nature.

Face à ces paysages d'exception, le temps retrouve son juste rythme. Singulières par nature, nos vallées façonnent leur identité au fil des saisons et des traditions, portées par les femmes et les hommes qui font vivre ce territoire avec passion.

Au fil de ces pages, nous vous invitons à découvrir une destination qui se vit autant qu'elle se contemple. Chaque sentier, chaque sommet, chaque rencontre, chaque expérience gourmande, culturelle ou sportive devient une émotion à partager et un souvenir à emporter.

Bienvenue dans *Les Vallées de Gavarnie*, où la montagne est une invitation à respirer, à explorer, à se dépasser et à se reconnecter à la nature.

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**

**6 STATIONS
de ski**

**4 CENTRES
thermaux**

**14 SITES
Natura 2000**

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.

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

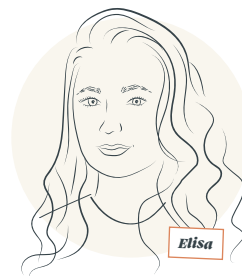


LES VALLÉES DE GAVARNIE
PYRÉNÉES

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.

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 !



Elisa



Olivier



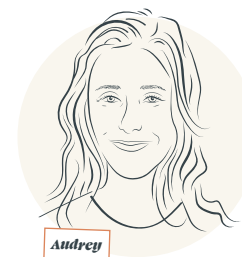
Christophe



Julien



Vioiane



Audrey



Découvrir
les Pyrénées
avec mon chien



Peppino



Harmonie

Je donne des petits
conseils pour
préserver le
territoire des
Vallées de Gavarnie

Les Vallées de
Gavarnie sont...



puissantes



surprenantes



traditionnelles



gourmandes

Direction de la publication 2026
Les Vallées de Gavarnie
15 Place de la République
65400 Argelès-Gazost
infotourisme@valleesdegavarnie.com

Rédaction
Pôle Communication Les Vallées de Gavarnie

Graphisme
Cécile Henniquau
Pôle Communication Les Vallées de Gavarnie

Illustrations
Cécile Henniquau et Alba Santoro
Pôle Communication Les Vallées de Gavarnie

Impression 2026
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

©Pierre Meyer, AE Médias

Puissantes



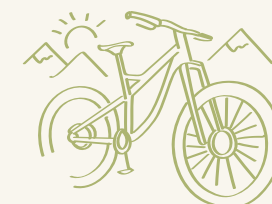
Les Grands
Sites d'Occitanie



Le Parc national
des Pyrénées



Les Réserves
Naturelles



À pied,
à vélo,
en courant
en piste



Les Grands Sites
<< Occitanie

3 jours dans Les Vallées de Gavarnie...

sans 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

Les 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...)

Trouvez votre
mode de transport
sur notre site :



Jour 1

C'est à ce site de renommée internationale que Les Vallées de Gavarnie doivent leur nom et, en partie, leur notoriété. Inscrits sur la liste du patrimoine mondial de l'UNESCO, le **Cirque de Gavarnie**, mais aussi les Cirques d'Estaubé et de Troumouse, font partie du bien transfrontalier Pyrénées Mont-Perdu. Ils sont adossés aux plus profonds canyons d'Europe dont le mythique Ordesa. Été comme hiver, il est possible de venir admirer ce colossal amphithéâtre naturel, véritable emblème de nos vallées.

*Le projet MERCI a été cofinancé à 65% par l'Union européenne à travers le Programme Interreg VI-A Espagne-France-Andorre (POCTEFA 2021-2027). L'objectif de POCTEFA est de renforcer l'intégration économique et sociale de la zone frontalière Espagne-France-Andorre.



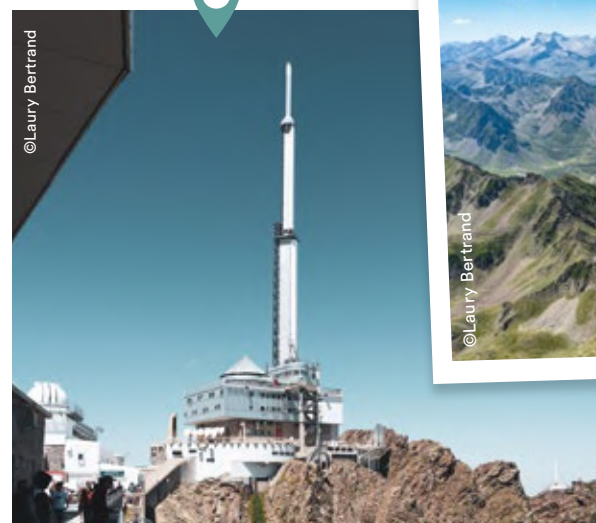
Le Cirque
de Gavarnie



Interreg
POCTEFA
MERCI *



Le Pont d'Espagne - Cauterets



Le Pic du Midi - Barèges

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 pied.



<< Découvrez
les hébergements,
restaurants et activités
en Vallée d'Argelès-Gazost

Jour 2



Sous un soleil éclatant ou sous une épaisse couche de neige, le **Pont d'Espagne** n'en finit pas de nous charmer. Bâti en 1886, ce pont voit se déverser une impressionnante cascade. C'est depuis ce décor remarquable que s'engagent de nombreuses randonnées, notamment celle menant au lac de Gaube dont les eaux vert émeraude émerveillent chaque été.

Jour 3

Venez terminer votre séjour en apothéose à 2 877 m d'altitude, sur le "balcon des Pyrénées". Après une montée en téléphérique jusqu'au **Pic du Midi et son observatoire**, profitez d'un panorama grandiose sur les 300 km de sommets qui se dévoilent sous vos yeux.

Prenez le temps d'apprécier la vue et de découvrir les installations et services proposés toute l'année au sommet (planétarium, observatoire, restaurant, boutique...).

Que ça s'abêr !

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



Le Parc national des Pyrénées

Tout savoir sur >> le Parc national des Pyrénées



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.

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.

Le Parc national des Pyrénées œuvre pour la connaissance et la préservation des patrimoines naturels, culturels et paysagers. Il accueille et sensibilise tous les publics, et accompagne les communes dans leur développement durable. Il est un refuge pour une faune riche et précieuse, et pour une flore d'une diversité remarquable avec 2 500 espèces floristiques ! Ces espèces animales et végétales constituent un tout harmonieux mais dont l'équilibre fragile est à préserver.

Que ça s'abère !



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 !



« Avant de partir en randonnée avec nous, renseignez-vous bien sur la réglementation : les sentiers où nous sommes tolérés, en laisse, sont peu nombreux dans le Parc.

C'est un territoire protégé où la faune sauvage ne doit pas être perturbée par nos courses-poursuites et aboiements. Les Vallées de Gavarnie restent un vaste terrain de jeu, avec des zones plus adaptées pour nous les poilus. »




LÉGENDE

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

Les conseils... d'Harmonie



Pour conserver la richesse du Parc national des Pyrénées, une réglementation spécifique protège sa zone cœur. Par exemple, les feux, les drones, la cueillette sont formellement interdits. Malheureusement, par méconnaissance de la réglementation et des bonnes pratiques, ces comportements sont encore trop fréquents en montagne et perturbent l'équilibre naturel. Pour connaître la réglementation et les bons usages en montagne, consultez le site internet : pyrenees-parcnational.fr.



Rencontre avec...

Isabelle Henry

Garde monitrice du Parc national des Pyrénées

« La sensibilisation, c'est une mission qui me paraît vraiment importante, même peut-être la plus cruciale. Parce que pour qu'on arrive à inverser un peu la tendance de perte de biodiversité, c'est important que chacun développe un lien à la nature. L'animation, le fait d'accompagner les groupes sur le terrain, que ce soient des familles ou des classes, c'est nourrir ce lien à la nature, leur faire vivre des expériences, des moments intenses, ressentir des émotions. Pour moi, c'est vraiment la mission qui me donne le plus de sens au quotidien. »

Isabelle Henry

Découvrez son portrait vidéo >>



Concours photo

Les Réserves Naturelles des Vallées de Gavarnie sont des espaces préservés qui accueillent des trésors aussi beaux que fragiles. Cette année ce sont trois photographes, professionnels et amateurs, lauréats de notre concours photo "Au cœur des réserves", qui nous les révèlent à travers leur œil affûté et leur sensibilité profonde.

Au cœur des Réserves



<< Découvrir les Réserves Naturelles des Vallées de Gavarnie

La Réserve Naturelle régionale du massif du Pibeste-Aoulhet



Photographe : Gilles Rebeyre
Instagram : @litoradict

La Réserve Naturelle nationale du Néouvielle



Photographe : Rémy Labes
Instagram : @remy_9

Photographe : Jean-François Graffand

Instagram : @jeffgraffand

La Réserve Internationale de Ciel Étoilé



20% de la population mondiale connaît encore des nuits pures

250 communes engagées

1^{ère} Réserve labellisée en Europe

EN ROUTE POUR L'UNESCO

La RICE s'étend sur **65%** des Hautes-Pyrénées soit **3 300** km²



<< Découvrir les spots pour observer les étoiles

Le Pic du Midi et son observatoire

Rando | Top par saisons

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.



©Tristan Buchot

Le prieuré de Saint-Orens

Promenez-vous au cœur des vallées : de Villelongue et son ruisseau d'Isaby au paisible hameau d'Ortiac, offrant une vue sur les gorges de Luz, jusqu'à l'ancien prieuré de Saint-Orens, perché dans la montagne.

automne

©Marion Vallin

Vallon et refuge d'Aygues-Cluses

Sublimé par les couleurs de l'automne, ce sentier agréable et accessible longe le torrent jusqu'au refuge. Profitez d'une nature préservée aux portes de la Réserve Naturelle du Néouvielle, où règne le majestueux pin à crochets.

À pied!



© Marie Hervieu - Parc national des Pyrénées

Le sentier d'interprétation horizontal du Tech

Découvrez le sentier d'interprétation horizontal du Tech au cœur du Val d'Azun, territoire labellisé « Destination pour tous ». Cet itinéraire longe une belle sapinière montagnarde et offre un panorama fabuleux sur le lac et le massif des Gabizos.



©Pierre Meyer, AE Médias

Le Cirque de Gavarnie depuis le plateau de Bellevue

Explorez le Cirque de Gavarnie depuis le plateau de Bellevue. Une boucle avec un beau point de vue sur l'amphithéâtre calcaire. Pour l'atteindre, empruntez le sentier des Entortes, chemin historique emprunté à l'époque pour atteindre l'Espagne via le Col de Boucharo.



RANDO
LES VALLÉES DE GAVARNIE

Quelle que soit la saison et quel que soit votre niveau, partez à la découverte de notre sélection d'itinéraires sur rando.valleesdegavarnie.com et trouvez la randonnée qui vous ressemble.

Le Quiz des Vallées de Gavarnie Jusqu'où peut-on vous emmener ?

Un détour inattendu, une marmotte que vous n'auriez jamais repérée, une aventure à partager ou un sommet que nous n'auriez pas osé tenter... Avec un accompagnateur, une randonnée peut réserver bien des surprises. Faites le test et trouvez celle qui vous ressemble !



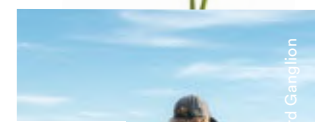
1 En randonnée, qu'est-ce qui peut transformer une jolie sortie en vrai souvenir ?

- A** Une pause gourmande avec des produits locaux.
- B** Emprunter un itinéraire auquel je n'aurais pas pensé.
- C** Apercevoir un animal et comprendre enfin ce que j'observe.
- D** Atteindre un sommet que je n'aurais pas osé gravir seul.



2 Sur le chemin, votre guide s'arrête soudainement. Vous espérez qu'il va vous montrer...

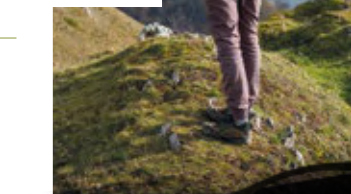
- A** L'endroit parfait pour savourer un saucisson de porc noir ou une tourte aux myrtilles des Pyrénées.
- B** Un sentier méconnu qui mène à un superbe point de vue.
- C** Une empreinte, une fleur ou un animal que vous n'auriez pas remarqué.
- D** L'itinéraire le mieux adapté à mon niveau pour poursuivre l'ascension.



©Gérard Ganglion

3 Vous connaissez déjà le chemin. Un accompagnateur vous propose quand même de le refaire. Vous dites oui si...

- A** Il me promet une pause gourmande qui vaut le détour.
- B** Il connaît une variante ou un détour que j'ignore avec pourquoi pas une nuit en bivouac.
- C** Il m'aide à voir et à comprendre tout ce qui m'avait échappé jusque-là.
- D** Il me propose d'aller un peu plus loin cette fois-ci.



4 Vous partez en montagne avec vos enfants, et vous aimeriez surtout...

- A** Partager avec eux un moment ludique et convivial avec une randonnée pensée pour toute la famille.
- B** Leur faire vivre une aventure dont ils se souviendront : refuge, bivouac, randonnée sous les étoiles...
- C** Leur transmettre le goût de la nature et leur faire découvrir les animaux, les fleurs et les secrets de la montagne.
- D** Les voir se dépasser sur une randonnée adaptée à leur âge et en toute sécurité.



©Marion Vallin

5 Face à un itinéraire que vous ne connaissez pas, vous êtes plutôt...

- A** « Il y a un bon endroit pour pique-niquer ? »
- B** « Montrez-moi les coins que les cartes ne racontent pas. »
- C** « Qu'est-ce qu'on peut observer par ici ? »
- D** « Je suis partant, vous pensez que c'est adapté à mon niveau ? »



6 Au bout de 2h de marche, quelle phrase aimeriez-vous prononcer ?

- A** « Avec cette vue, l'apéro est encore meilleur. »
- B** « Je ne connaissais pas du tout cet endroit ! »
- C** « Je serais passé 10 fois devant sans le remarquer ! »
- D** « Je ne pensais pas être capable d'aller jusque-là ! »

7 Si votre accompagnateur avait un « super pouvoir », vous choisiriez lequel ?

- A** Me dénicher la pause gourmande parfaite.
- B** Connaître les chemins... et les détours qui changent tout.
- C** Repérer ce que je n'aurais jamais vu et savoir me le raconter.
- D** Me donner confiance pour aller un peu plus loin que je ne l'aurais imaginé.

8 En montagne, qu'est-ce qui pourrait parfois vous retenir de partir seul ?

- A** Pas grand-chose... sauf si on me promet une expérience gourmande et conviviale !
- B** Ne pas savoir quel itinéraire choisir pour vraiment sortir de mes habitudes.
- C** Passer à côté de tout ce qu'il y a à découvrir sans même m'en rendre compte.
- D** Ne pas savoir si l'itinéraire ou les conditions sont adaptés à mon niveau.

Majorité de A : La montagne à savourer

Vous aimez autant les paysages que la gastronomie locale. Les sorties courtes, ponctuées de pauses gourmandes pour découvrir les spécialités des vallées, sont faites pour vous. Imaginez un pique-nique ou un apéritif au sommet du Hautacam, face au soleil couchant sur les montagnes. Une façon conviviale de concilier nature et saveurs locales, aux côtés d'un accompagnateur qui connaît les bons coins... et les bons produits !

Majorité de B : La montagne hors des sentiers battus

Curieux et aventurier, vous aimez emprunter les chemins auxquels vous n'auriez pas pensé et découvrir des coins que les cartes ne racontent pas. Variantes, itinéraires moins connus, petits détours, lacs d'altitude, bivouacs ou itinérance sur plusieurs jours... vous aimez quand la randonnée réserve quelques surprises. Avec un accompagnateur qui connaît le terrain, même une vallée que vous pensiez connaître peut encore vous surprendre.

Majorité de C : La montagne dans les détails

Vous aimez observer la nature et comprendre ce qui vous entoure. Une empreinte sur le chemin, un rapace au loin, une fleur croisée 100 fois sans connaître son nom. Avec l'oeil et les connaissances d'un accompagnateur, ce qui serait peut-être passé inaperçu prend tout son sens. La montagne se regarde alors autrement, jusque dans les petits détails.

Majorité de D : La montagne pour se dépasser

Vous aimez les défis et cette satisfaction d'aller un peu plus loin que vous ne l'auriez imaginé. Un sommet, une randonnée plus sportive et pourquoi pas l'ascension du Mont-Perdu ou du Vignemale, vous aimez mettre votre endurance à l'épreuve. Avec un accompagnateur expérimenté, vous progressez à votre rythme, bénéficiez de ses conseils, évoluez en toute sécurité et profitez de panoramas exceptionnels.

Rencontre avec...

Yohann François

Accompagnateur en montagne

Découvrez son portrait vidéo >>



En courant!

Entre sommets majestueux, vallées préservées et panoramas grandioses, *Les Vallées de Gavarnie* offrent un terrain d'entraînement exceptionnel aux amateurs de trail. Ici, chaque sortie est une invitation à se dépasser, à respirer le grand air et à découvrir une nature authentique, au rythme de ses foulées.

Cap sur les sentiers !

Seul ou accompagné, partez à la découverte de sentiers variés qui dévoilent, à chaque détour, des panoramas d'exception. Que vous souhaitiez repousser vos limites ou simplement profiter de l'instant, *Les Vallées de Gavarnie* offrent un terrain de jeu idéal pour le trail. Pour débiter ou perfectionner votre pratique, suivez le parcours « Gave au fil de l'eau », disponible sur rando.valleesdegavarnie.com. En quête d'un défi plus sportif ? Le circuit du Plateau de Bellevue vous promet des paysages spectaculaires tout au long de l'ascension.

L'un des grands atouts de nos vallées est de pouvoir pratiquer le trail tout au long de l'année. En été, profitez des sentiers ombragés pour courir au frais. En hiver, les itinéraires de basse altitude permettent de continuer à s'entraîner malgré la neige. Au printemps et à l'automne, laissez-vous séduire par des paysages en perpétuelle évolution, où chaque saison révèle une nouvelle palette de couleurs et d'ambiances. Une destination à redécouvrir, encore et encore.



Ah, teh!

Olivier

Ambassadeur des Vallées de Gavarnie

« *Les Vallées de Gavarnie se prêtent pleinement à la pratique du trail. Le massif du Hautacam en est un des meilleurs exemples. Au départ du village de Beaucens, fin mai, le "Trail du Hautacam" et ses trois distances (24 km, 45 km et 70 km) avec un dénivelé important et des terrains techniques permet de se challenger et de préparer au mieux les courses estivales !* »



Passer du quiz au terrain !

Découvrez toutes nos randonnées accompagnées et trouvez celle qui vous correspond le mieux.



Et si quelqu'un vous montrait ce que vous n'auriez pas vu tout seul ? Faune, paysages, itinéraires méconnus, histoires, savoir-faire ou défi sportif... nos accompagnateurs connaissent les vallées autrement. À vous de les suivre !



<< Réservez votre rando accompagnée



RANDO
LES VALLÉES DE GAVARNIE



Découvrez tous nos itinéraires trail sur rando.valleesdegavarnie.com. Crêtes, sentiers et sommets << vous attendent !



Découvrez le trail sur les sentiers >> des Pyrénées >>



Col d'Aspin
1 489 m

Col du Tourmalet
2 115 m

Hautacam
1 520 m

Luz Ardiden
1 715 m

Pont d'Espagne
1 496 m

Col du Soulor
1 474 m

Col d'Aubisque
1 709 m

Col de Spandelles
1 378 m

A vélo!

Avec leurs cols mythiques rendus célèbres par le Tour de France, leur voie verte, leurs parcours VTT et leurs Bike Parks, Les Vallées de Gavarnie offrent un terrain de jeu idéal pour pédaler au cœur de panoramas exceptionnels.

Tous en selle !

<< Location de matériel et sorties à vélo

Rencontre avec... Irénee Menjou

Ancien pilote sur le circuit de la Coupe du monde d'enduro

RANDO
LES VALLÉES DE GAVARNIE

<< Découvrez tous nos itinéraires à vélo sur rando.valléesdegavarnie.com. Cols, pistes et sentiers vous attendent pour explorer les vallées à votre rythme.

« Des pentes d'Hautacam aux paysages grandioses de Gavarnie, Les Vallées de Gavarnie sont un terrain de jeu exceptionnel pour le VTT. Entre le Bike Park de Barèges, ses pistes pour tous les niveaux, et les nombreux sentiers naturels de Luz, Gèdre ou du Col de Ripeyre, chacun trouvera un itinéraire à sa mesure.

Ancien pilote de Coupe du Monde d'Enduro, j'ai eu la chance de m'entraîner sur ces pistes pendant de nombreuses années. Aujourd'hui encore, elles offrent un cadre unique pour rouler, à condition de les préserver et de partager les sentiers dans le respect de tous.

Tout au long de l'été, plusieurs événements et compétitions animent également Les Vallées de Gavarnie, ce qui en fait une destination incontournable pour les passionnés de VTT. » **Irénee Menjou**



Pour les passionnés de vélo, gravir les sommets des Pyrénées est un défi à vivre au moins une fois. Sur les pentes de leurs cols mythiques comme le Tourmalet, c'est un véritable face-à-face avec soi-même qui s'engage. L'effort est intense, parfois exigeant, mais une fois en haut, le panorama et la fierté d'avoir repoussé ses limites valent toutes les récompenses.

Des ascensions emblématiques des Hautes-Pyrénées comme le Col du Soulor, le Col d'Aubisque ou encore Hautacam font rêver autant qu'elles impressionnent. Chacun de ces cols offre une expérience unique, entre routes vertigineuses, paysages grandioses et atmosphère chargée d'histoire cycliste.

Gravel

À mi-chemin entre le vélo de route et le VTT, le gravel est une invitation à l'évasion.

Il permet d'explorer pistes, chemins et routes de montagne, au cœur d'une nature préservée, où chaque sortie rime avec liberté.

Parmi les itinéraires incontournables, Les Balcons du Val d'Azun : Col de Couraduque – Col du Soulor, offrent un magnifique parcours entre forêts, cols et panoramas d'exception. Un itinéraire sportif qui séduira les pratiquants en quête de défis et de grands espaces.



Partez à l'aventure au guidon d'un Fat bike ! Grâce à ses larges roues adaptées aux terrains enneigés, ce vélo offre une expérience unique entre sensations de glisse et paysages immaculés.

Le Tour de France et Les Vallées de Gavarnie, une histoire qui n'en finit pas de s'écrire !

En 2026, Les Vallées de Gavarnie ont une nouvelle fois vibré au rythme du Tour de France, en accueillant l'arrivée de la 6^{ème} étape à Gavarnie-Gèdre, après le passage de la course à Hautacam en 2025. Un territoire d'exception, aussi spectaculaire pour les coureurs que pour les spectateurs, où les itinéraires sillonnent nos vallées et franchissent les mythiques cols tels que ceux du Tourmalet et du Soulor.

Une nouvelle page de l'histoire du cyclisme pyrénéen s'écrit ainsi chaque année dans Les Vallées de Gavarnie.

Que ça gâcher !

Découvrez toutes nos activités à 2 roues !

Le Bike Park de Barèges se réinvente pour la saison 2027. D'ici là, partez à la découverte de toutes les expériences à vélo que vous réservent Les Vallées de Gavarnie.

VTT

Au cœur des Pyrénées, le VTT est bien plus qu'une pratique sportive : c'est une immersion totale dans des paysages bruts et préservés. Des sentiers sinueux en forêt aux crêtes offrant des panoramas spectaculaires, chaque sortie est une aventure où se mêlent engagement, technique et plaisir.

Ici, les vallées deviennent un véritable terrain de jeu pour les amateurs de sensations, avec une grande diversité de parcours adaptés à tous les niveaux. Entre montées exigeantes, descentes ludiques et passages plus techniques, le VTT permet de découvrir la montagne autrement, au plus près de ses reliefs et de sa nature.

Une expérience intense et authentique, que seuls ceux qui l'ont vécue peuvent vraiment raconter...



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.



Toutes les infos
sur les domaines
skiabiles >>



©Gérard Ganglion



©Angèle Mary

Rencontre avec... Delphine Bruzaud

Monitrice de ski à la station
de Gavarnie-Gèdre

« J'ai choisi ce métier parce que j'adore skier. J'ai la chance de pouvoir exercer ma passion et mon métier en même temps. Si je devais résumer mon métier en trois mots ce serait passion, échange et transmission. (...) Je pense que le but de tout moniteur dans toutes les activités, c'est d'arriver à transmettre ce qu'on sait, et surtout de pouvoir transmettre ma passion à ma fille. Et j'espère que peut-être un jour, elle sera monitrice de ski comme moi je le suis, comme mon père et beaucoup de gens de ma famille. »



©Angèle Mary

Delphine Bruzaud

Découvrez son
portrait vidéo >>



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 29

2 Station
Hautacam

Amateur de
sensations fortes ?
Teste la Zippy Bike !

En savoir plus >> page 32

3 Station
Luz Ardiden

Prends un peu
de hauteur en
parapente !

En savoir plus >> page 31

4 Station
Cauterets
& Pont
d'Espagne

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

En savoir plus >> page 17

5 Station
Gavarnie
-Gèdre

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

En savoir plus >> page 28

6 Station
Grand
Tourmalet

Escalader
une cascade
de glace, ça te
tente ?

En savoir plus >> page 32

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

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



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 !

Des vallées surprenantes

« Ce que j'aime par-dessus tout ?
Proposer à des gens des choses qu'ils n'ont pas l'habitude de faire,
et voir que ça les rend heureux. J'ai toujours le même plaisir
à régaler les gens et ça c'est vraiment génial ! »

Laurent, guide de haute montagne pour Luz Aventure

Surprenantes



Les activités
sur terre



Les activités
dans les airs



Les activités
dans l'eau



En attendant
le soleil



Avec les
pitchouns

Vos plus beaux moments

...sur terre

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



©Elisa Moreau

Tubing

Tous nos >> prestataires



Grimpez sur votre bouée, élansez-vous du haut de la piste et laissez-vous glisser sur la neige ou le tremplin. 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 !

Trottinette

Tous nos >> prestataires



©Gérard Ganglion



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.

Chiens 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 ! 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 !



<< Tous nos prestataires

Padel

Envie de changer de terrain de jeu ?

Raquette en main, découvrez le padel, un sport convivial et facile à prendre en main, à partager en famille ou entre amis. Dans *Les Vallées de Gavarnie*, jouez toute l'année sur des pistes extérieures couvertes, avec une belle vue sur les Pyrénées.



©Drazen Adobe Stock



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.

©Pierre Meyer, AE Médias

©Pierre Meyer, AE Médias

Réservez >> votre activité



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 !

©Manon Vallin

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 et accessibles à tous.

Parmi elles, le biathlon en famille est une expérience que j'adore partager. 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. »

Florent Charrier



©Elisa Moreau



©Pierre Meyer, AE Médias

©Pierre Meyer, AE Médias

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



La Mountain Luge

La Mountain Luge 4 saisons vous permet de dévaler les pentes en toute sécurité. Sur une luge deux places, que vous pouvez emprunter seul ou à deux, vous gérez votre descente de 10 à 45 km/h en actionnant simplement le freinage pour contrôler votre vitesse. Confortable et sécurisé, cet équipement vous permet de découvrir des sensations uniques.

Qu'est-ce que ça ?

Une télécabine transformée en sauna !

À Hautacam, une ancienne télécabine des années 70 est reconvertie en sauna au feu de bois. Une pause bien-être plutôt insolite à plus de 1 600 m d'altitude !



... sous terre

Faire une sortie spéléo

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 !



<< Tous nos
prestataires



©Pierre Meyer, AE Médias



©Pierre Meyer, AE Médias

Vos plus beaux moments ... dans les airs

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 !



©Pierre Meyer, AE Médias

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 !

Toutes les
tyroliennes >>



©Pierre Meyer, AE Médias

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 !



©Pierre Meyer, AE Médias



Tous les
moniteurs de
parapente



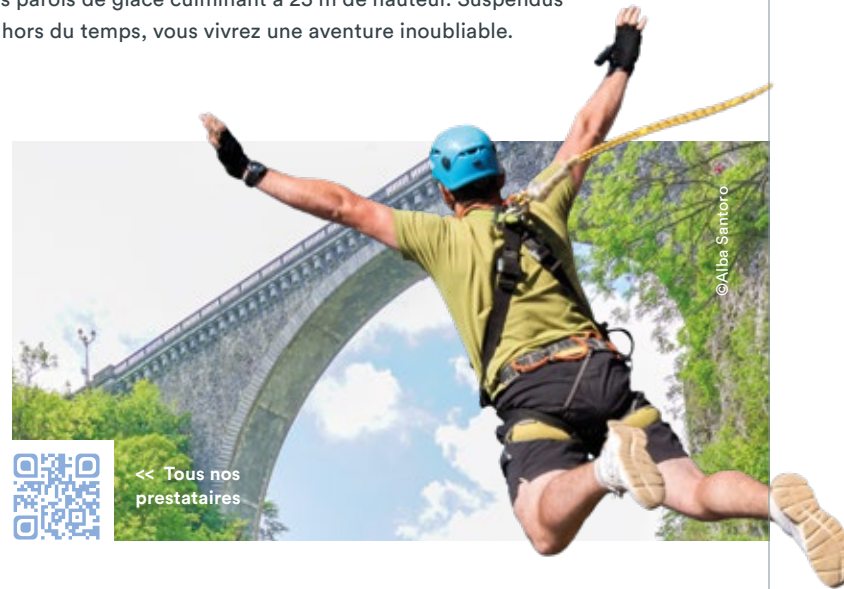
©Pierre Meyer, AE Médias



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

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 ?



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



Grimpe d'arbres

Prenez de la hauteur et découvrez la forêt sous un angle totalement différent ! Équipé et accompagné par un professionnel, évoluez parmi les arbres dans un environnement naturel préservé. Un moment hors du commun !

©Matthieu Izabe, Arbor&Cimes

Que ça s'abêr !

Passer une nuit suspendue au cœur de la forêt ? Vous en rêviez, c'est désormais possible dans Les Vallées de Gavarnie !



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



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. »

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 >>



Vos plus beaux moments ... 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.

Rafting et 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 !

©Elisa Moreau



Tous les moniteurs
<< de rafting



Peppino
Ambassadeur canin
des Vallées de Gavarnie

« Moi aussi, j'ai parfois envie de me rafraîchir avec mes propriétaires ! Et quoi de mieux que de partager une aventure en rafting tous ensemble ? Dans Les Vallées de Gavarnie, c'est possible grâce au DogRafting : une activité ludique et familiale, spécialement adaptée à nous, les chiens. »



<< **Réservez
votre activité**

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



Les conseils... d'Harmonie

Pour préserver la beauté des lacs d'altitude, admirons-les sans y plonger ! Souvent invisibles pour l'homme, les résidus que nous transportons sur notre corps (crème solaire, produits d'hygiène, fibres textiles, bactéries...) mettent en danger la faune et la flore, et le piétinement des berges lors de baignades entraîne la destruction des habitats qu'elles abritent. Aussi, sur l'ensemble des lacs et laquets en zone cœur du Parc national la baignade et les autres activités aquatiques et nautiques sont désormais interdites.



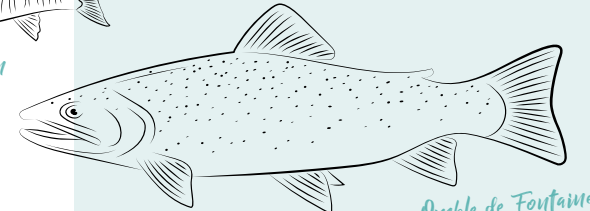
Les poissons des Gaves



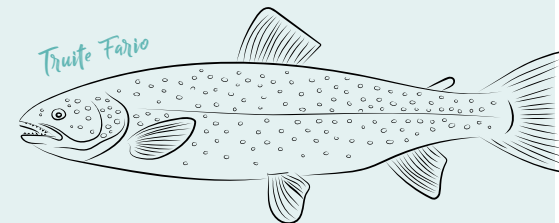
Saumon
Atlantique



Cristivomer



Omble de Fontaine



Truite Fario



Truite Fario

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 réciproitaire 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 ! »

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. 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

Tous nos conseils
pour pêcher dans
les Pyrénées >>



©Elisa Moreau



Toutes nos idées
pour ensoleiller
vos journées

Je me réveille, la pluie n'a cessé de
pianoter sur la toiture toute la nuit...
Et elle n'est pas près de s'arrêter !
Tant pis pour les randonnées, il va falloir
revoir le programme. C'est parti pour une
journée pluvieuse mais j'espère joyeuse,
à la découverte de toutes les activités
abritées des Vallées de Gavarnie !



En attendant le soleil

Difficile de ne pas s'empresse de
mettre le nez dehors dès que l'on en
a l'occasion pour explorer nos vallées.

Or, c'est à la pluie que l'on doit
cette nature luxuriante et ses grands
espaces verdoyants.

Alors pendant que Dame Nature
fait son œuvre, gardez le sourire et
profitez d'activités insoupçonnées
avant le retour du soleil.



La pluie me met d'humeur créative !

Je pousse la porte d'un atelier, attirée par une odeur de
terre ou de peinture. Je retrousse mes manches : poterie,
aquarelle, tissage... peu importe la matière à partir du moment
où je redécouvre le plaisir de créer de mes mains.

Oula
c'est haut !



J'ai loué mon équipement
d'escalade et je me
lance en autonomie sur
le mur de 18 m de haut.

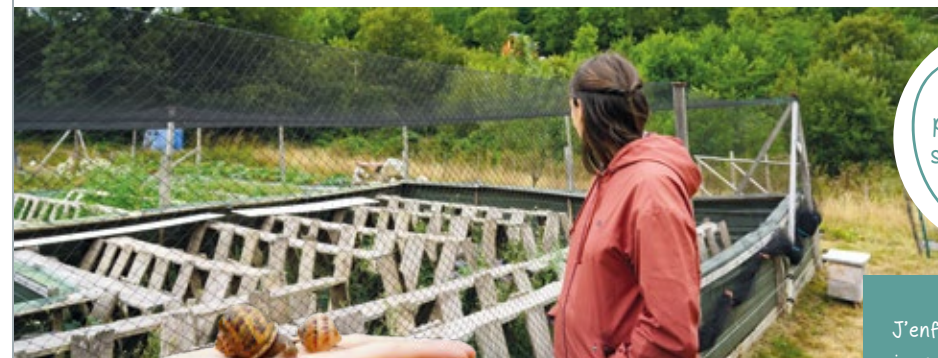
L'activité est intense
mais super fun !

La pluie m'offre
le prétexte parfait
pour succomber à
la gourmandise...

Bien à l'abri dans
un café-salon de thé,
je contemple les nuages
déverser leurs grosses gouttes
sur les paysages au dehors.
Rien de plus réconfortant
que de savourer une boisson
chaude et une pâtisserie
par temps pluvieux.



Miam !



Et tiens si je visitais une ferme d'élevage d'escargots !

Durant une heure et demie je plonge dans l'univers minuscule
mais fascinant de ces petits animaux amoureux de la pluie.

Envie d'une pause culture



Je file voir une expo !

Pendant une petite heure,
je m'évade au milieu de sculptures
et de tableaux captivants.

Et hop un petit plouf !



Je clôture cette journée par une pause détente
dans les eaux chaudes des thermes pour me
délasser. Je prolongerai même cet instant
bien-être avec un soin ou un massage...
Autant se faire plaisir jusqu'au bout !

Quitte à ne
pas profiter du
soleil, profitons
de la glace !

J'enfile mes patins,
je me couvre
chaudement, et
c'est parti pour
effectuer mes
plus belles figures.



Waouh !



Impossible de continuer
cette journée sur le thème
de l'eau sans visiter une
centrale hydroélectrique !

Equipée d'un casque de
réalité virtuelle, j'ai vécu
une tournée aérienne en
hélicoptère au-dessus des
barrages comme si j'y étais !

Quelle journée !
Ce matin je fuyais la pluie
et ce soir je l'écoute autrement.

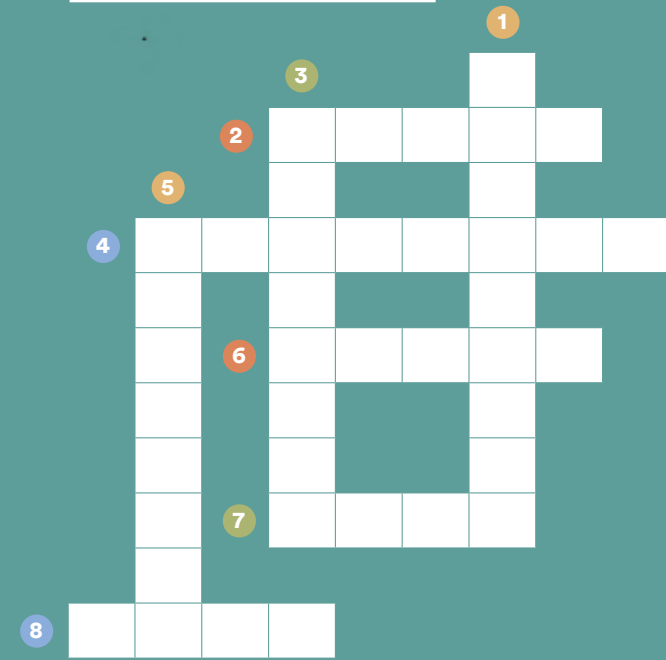
Elle m'a dévoilé des lieux,
des gens, des instants que je n'aurais
peut-être pas cherchés sous le soleil.
Si demain il pleut encore, je saurai
quoi faire pour en profiter !

À toi de colorier !



Mots croisés

Lis les définitions et complète la grille avec les mots correspondants à chaque numéro. Une case = une lettre !
Si tu bloques sur un mot, passe au suivant et reviens plus tard !



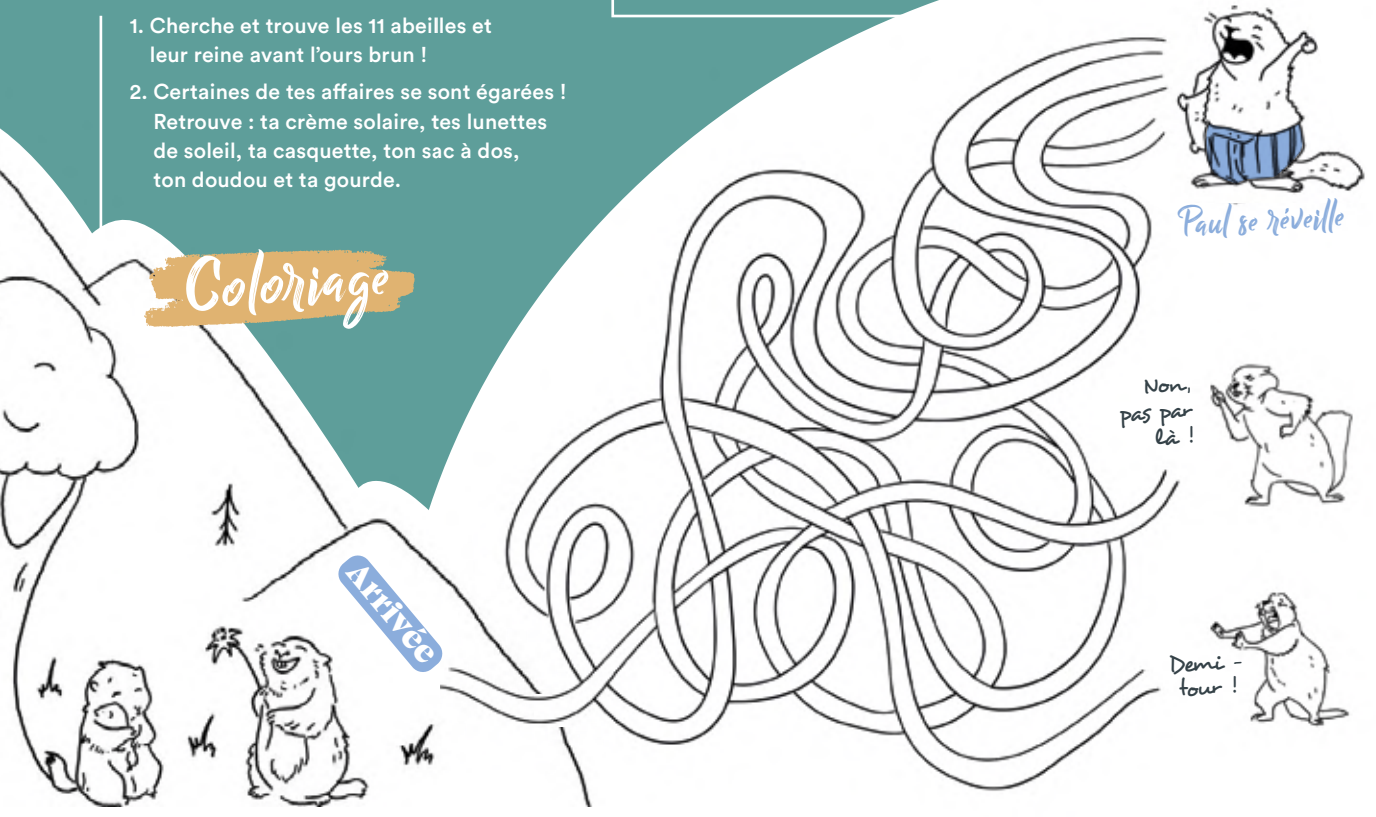
- 1 Elles nous entourent et font les reliefs de nos vallées
- 2 Il est le protecteur des troupeaux en estives
- 3 Frontière naturelle entre la France et l'Espagne
- 4 Célèbre dans nos montagnes, elle siffle pour prévenir ses congénères d'un danger
- 5 Fruit qui pousse en altitude et colore la langue en violet
- 6 Tant attendue en hiver, elle est indispensable pour faire de la luge
- 7 Chaussés à tes pieds, tu seras le plus rapide sur les pistes
- 8 Ne l'oublie pas pour profiter de la voie verte et du pumtrack

Paul la marmotte vient de se réveiller de son hibernation. Aide-le à rejoindre toutes les autres marmottes !

Labyrinthe

1. Cherche et trouve les 11 abeilles et leur reine avant l'ours brun !
2. Certaines de tes affaires se sont égarées ! Retrouve : ta crème solaire, tes lunettes de soleil, ta casquette, ton sac à dos, ton doudou et ta gourde.

Coloriage



Avec les pitchouns

Découvrir les Pyrénées en famille, c'est partager des moments que vous chérirez 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



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'émervveiller 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 !

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 : une tour de 20 m de haut à laquelle grimper puis sauter depuis le sommet !

Cultiver leur curiosité



Découvrez un jeu de piste ludique au cœur d'un site insolite : la première plantation de thé des Pyrénées ! Spécialement conçue pour les enfants à partir de 4 ans, cette expérience originale et immersive propose de se glisser dans la peau d'un journaliste en mission pour compléter un article.



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.

Se défouler 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.

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 !

Que ça saber !



©Gérard Ganglion

Découvrez les aventures de Myrtille la marmotte, écrites par Raphaëlle Jessic, des éditions De Plaines en Vallées situées en Pays Toy !

Dévaler le Skate park d'Argelès-Gazost



Trottinette, roller, BMX ou skate-board, 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

« 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. »

Lina Fourcade



©Angèle Mary

Découvrez son portrait vidéo >>



Des vallées traditionnelles

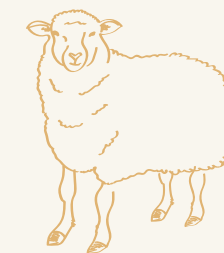
« Dans un écrin naturel remarquable,
les villages des Vallées de Gavarnie s'offrent
à la découverte avec leurs particularités. »

Brigitte Bellocq, guide-conférencière

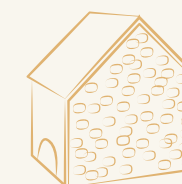
Traditionnelles



Terre de
savoir-faire



La transhumance



Les granges
foraines



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 >>



©Elisa Moreau

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.



©Elisa Moreau



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.



©Mélodie Mengarduque



©Elisa Moreau

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 Cardo** ouvre grand les portes de sa fabrique pour vous faire découvrir la transformation de la laine du Pays Toy.

Quant à **De Laine et de Bois**, tisserands et artisans d'art basés à Bun, ils proposent des démonstrations et des ateliers de feutrage et de tissage, notamment à destination des groupes.

Tout savoir sur la laine des Pyrénées >>



©Elisa Moreau

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...



©Pierre Meyer, AE Médias

La transhumance



Ah, teh !

Christophe

Ambassadeur des Vallées de Gavarnie

Reconnue au patrimoine culturel immatériel de l'humanité de l'UNESCO depuis décembre 2023, 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.

« La transhumance dans *Les Vallées de Gavarnie* est une fête ! J'aime entendre résonner les chants pyrénéens qui accompagnent la montée des troupeaux aux estives. Parmi mes préférés, "Canta se gausas" par le groupe de chanteurs bigourdans Allegria à découvrir ici ! »



©Pierre Meyer, AE Médias

Les conseils... d'Harmonie

Gardez vos distances avec les troupeaux et les chiens qui les protègent ! En montagne, les bêtes ou les chiens de protection (patous) qui veillent sur elles, peuvent prendre peur et se montrer agressifs pour se défendre. Alors pour profiter de votre balade et éviter tout accident, **restez bien sur les sentiers et évitez de les déranger.**



Que cau saber !

L'année 2026 a été proclamée par l'ONU comme Année internationale des Parcours et des Éleveurs Pastoraux, et ce afin d'appuyer la visibilité et la connaissance de cette méthode d'élevage très présente dans nos territoires de montagne, mais aussi plus largement dans le monde entier. À cette occasion de nombreuses manifestations valorisant ce patrimoine culturel vivant sont proposées dans *Les Vallées de Gavarnie* !



©Mélodie Mengarduque

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 (...). »

Brigitte Bellocq

Réservez une
visite guidée >>



Que ça s'abê !

Un patrimoine qui a encore des histoires à raconter. Certains bâtiments traversent les époques sans jamais vraiment quitter le paysage. Cette année, deux lieux emblématiques des Vallées de Gavarnie écrivent un nouveau chapitre de leur histoire.

À Beaucens, les anciens thermes reprennent vie ! Longtemps liés à l'histoire thermale de la vallée d'Argelès-Gazost, les anciens thermes de Beaucens ont été entièrement réhabilités pour devenir Le Domaine de Beaucens, un lieu d'accueil haut de gamme. Une nouvelle histoire commence derrière ces murs chargés de mémoire.

Aux portes du Pic du Midi, l'Hôtellerie des Laquets renaît. Juste sous le Pic du Midi, un bâtiment historique de la haute montagne retrouve lui aussi une vocation d'accueil. Après une importante réhabilitation, l'Hôtellerie des Laquets ouvrira ses portes en septembre 2026.

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



Les granges foraines

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.

La grange foraine est un élément architectural emblématique des Vallées de Gavarnie. Plus qu'un bâtiment, cette "grange-étable" était organisée comme un véritable écosystème agro-pastoral, indispensable à l'élevage en montagne. Située habituellement dans des prés de fauche proche du village et de ses activités du quotidien, elle servait d'abri aux animaux et d'espace de stockage pour les fourrages.

De nos jours, peu de granges foraines ont encore leur fonction d'antan. Beaucoup sont réhabilitées en logements ou gîtes touristiques, dans le respect d'une réglementation très spécifique. Toutefois, elles continuent de faire partie de notre patrimoine paysager et nous remémorent notre héritage pastoral et rural.

Qu'es aquò ?

Les toits des granges ont un profil en escalier, avec des "créneaux" ou "pignons" matérialisés par des dalles d'ardoise disposées à l'horizontal.

Au sommet des toits de certaines granges, sur la dalle supérieure, se trouve une pierre nommée "cocut" en raison de sa ressemblance avec un œuf de coucou.

Selon une croyance populaire, cette pierre placée sur le pignon supérieur de la grange assurait la protection du bâtiment.

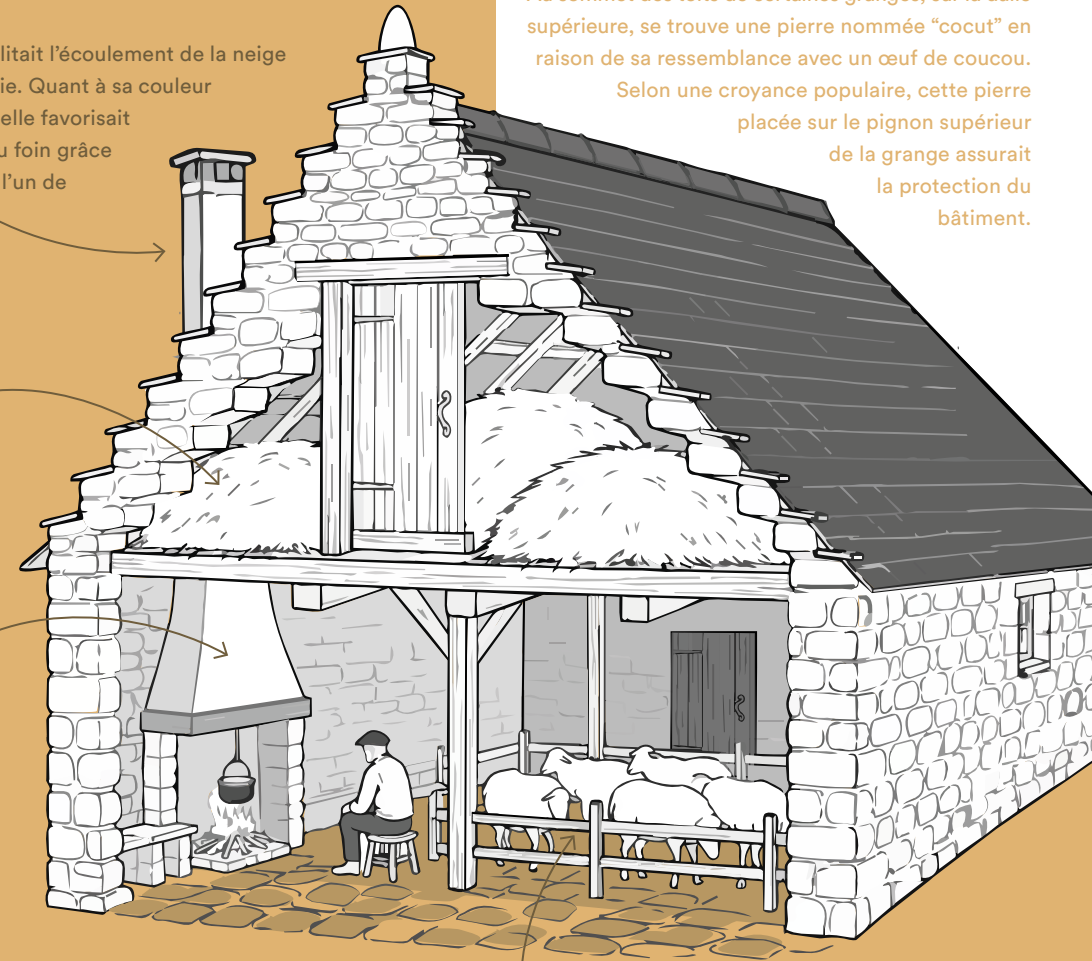
L'inclinaison du toit facilitait l'écoulement de la neige et l'évacuation de la pluie. Quant à sa couleur sombre due à l'ardoise, elle favorisait la finition du séchage du foin grâce à l'exposition au sud de l'un de ces pans le plus long.

À l'étage se situait le fénil, un plancher en bois où était stocké le foin, accessible depuis l'extérieur de la grange par une entrée de plain-pied située sur le côté le plus haut du terrain.

Au rez-de-chaussée, un espace bergerie essentiellement en pierre et à plafond bas, doté d'une large porte, permettait l'accueil des troupeaux de vaches ou de brebis.

Souvent un arbre, plus précisément un frêne, prenait place à l'ouest de la grange pour protéger la bâtisse du vent, et son feuillage pouvait aussi faire office de ressource fourragère en cas de nécessité et d'espace ombragé pour le bétail.

La litière à l'intérieur de l'étable provenait de feuilles de châtaigneraies ou de fougères séchées, récoltées à proximité.





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



©Pierre Meyer, AE Médias

Cieléo

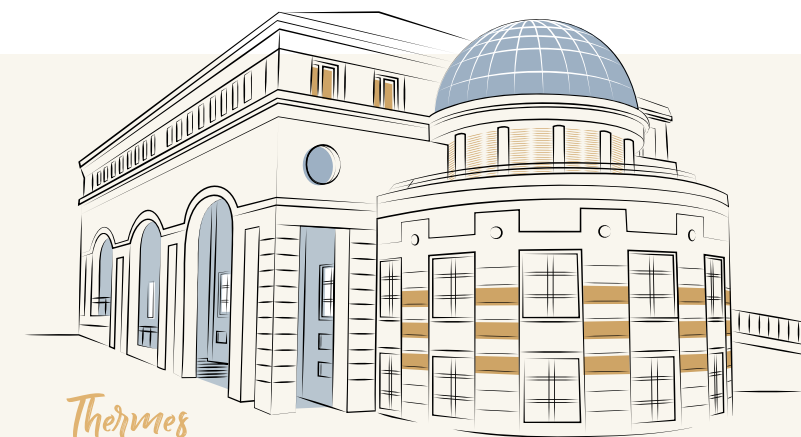
À Barèges, prélassiez-vous dans une eau naturellement chaude avec vue sur les montagnes. Au pied du Pic du Midi, accordez-vous une parenthèse de détente sous une coupole éclairée par la Voie Lactée : simplement magique !



Ah, teh !

Viviane
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 Midan

Responsable
cures aux
thermes
de Barèges

« Ce qui me passionne dans mon métier c'est de partager du bien-être, faire du bien aux gens.

Une bienveillance, parce que c'est beaucoup de bienveillance avec les patients qui ont une moyenne d'âge de 65 ans l'été en cure.

L'hiver c'est du bien-être, de la remise en forme. C'est de partager toutes ces qualités et ces bienfaits qu'on a naturellement dans notre station. »

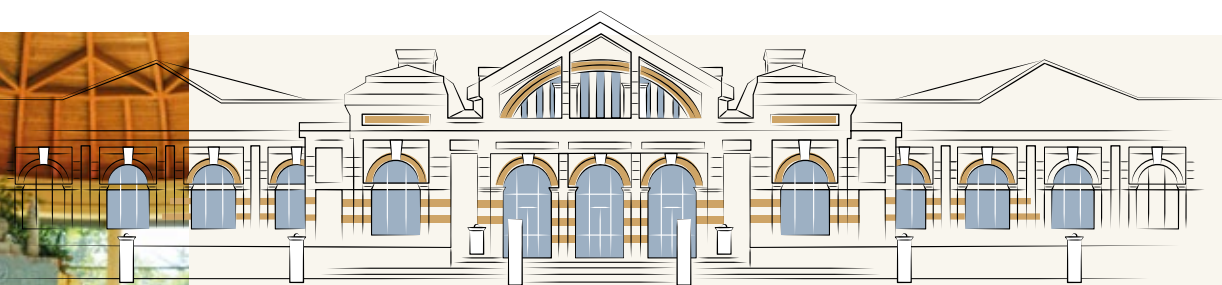
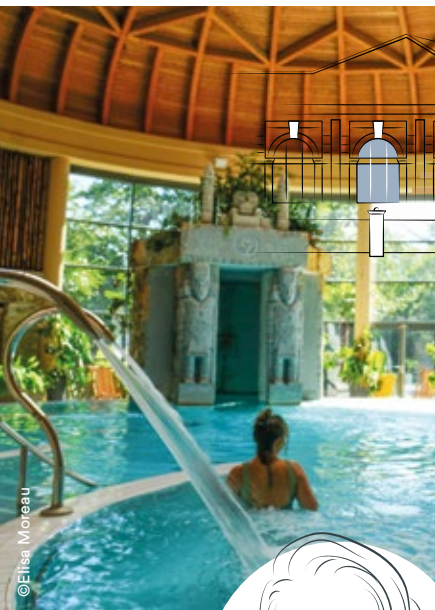
Viviane Midan



©Angèle Mary

Découvrez son
portrait vidéo >>





Thermes d'Argeles-Gazost

> Cures thermales en ORL
Voies Respiratoires
& Phlébologie

Ah, teh!

Elisa

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.

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.

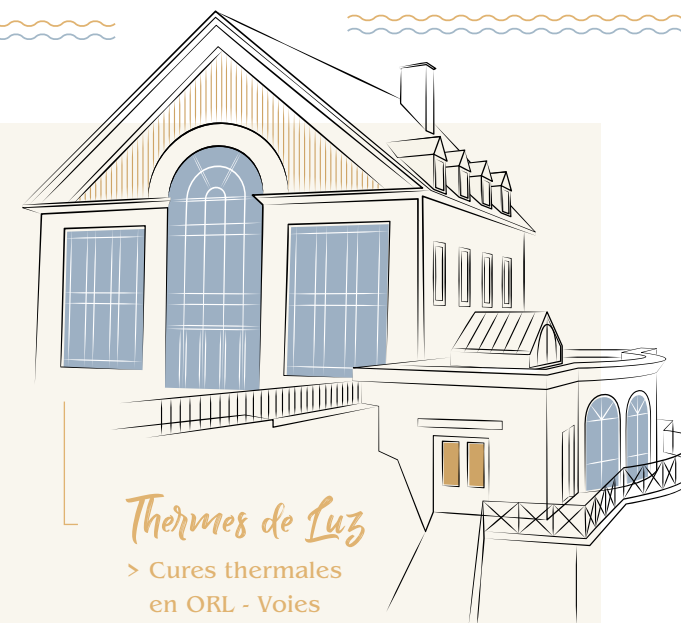


Ah, teh!

Christophe

Ambassadeur
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



Les Bains du Rocher

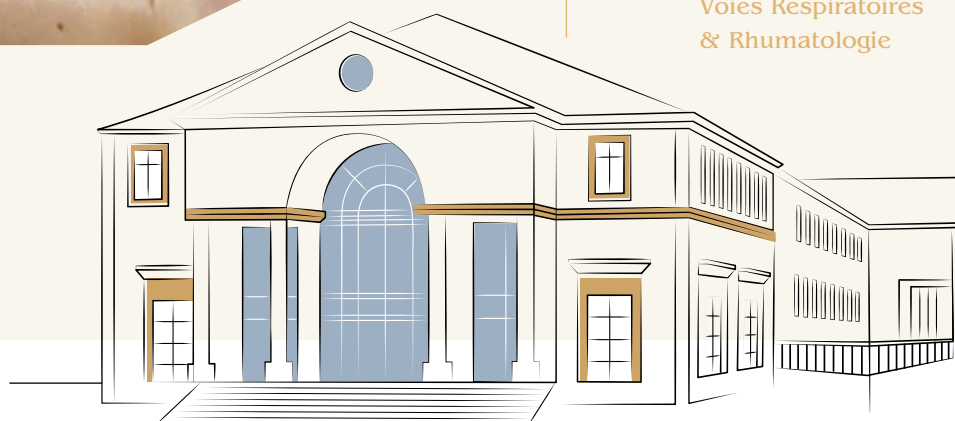
Plongez dans une bulle de douceur et de bien-être au spa thermal des Bains du Rocher. En toute saison profitez d'une eau à 38°C dans ses bassins intérieurs comme extérieurs. Un moment hors du temps à savourer les yeux rivés sur les montagnes.

Ah, teh!

Audrey

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). »



Thermes de Cauterets

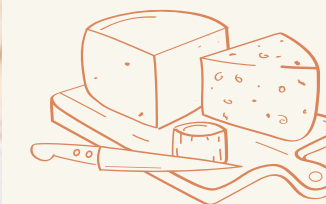
> Cures thermales en ORL
Voies Respiratoires
& Rhumatologie



En savoir plus
sur les spas
thermaux >>

Des vallées gourmandes

Gourmandes



Papilles en visite



Balade gourmande



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.

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. Ils sont au cœur de nombreux plats locaux ou se dégustent simplement avec du bon pain artisanal.



Les berlingots

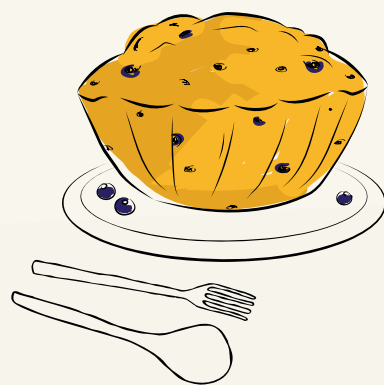
À l'origine, ces petits cubes de sucre colorés étaient utilisés pour enlever le goût de soufre aux curistes. De nos jours, ils restent une petite douceur très appréciée des petits et des grands gourmands.

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.



Tourte des Pyrénées



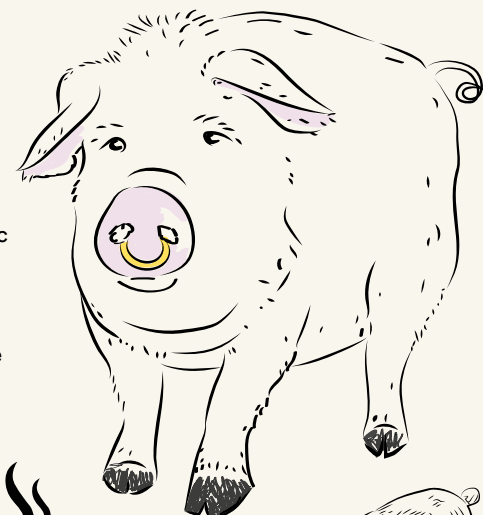
et confiture aux myrtilles

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 !



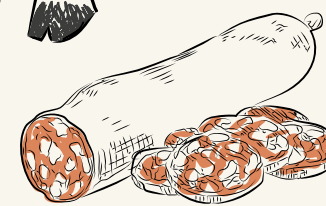
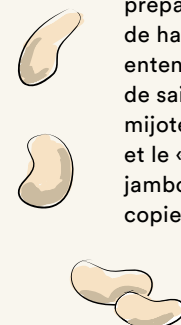
Porc Noir de Bigorre

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

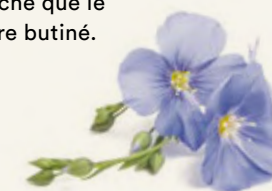
C'est LE plat d'hiver incontournable ! La soupe traditionnelle préparée à partir de choux, de haricots (tarbais, bien entendu !) et autres légumes de saison, où on laisse mijoter du jarret de porc et le « camayou », un os de jambon du pays. Savoureux, copieux et typique.



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

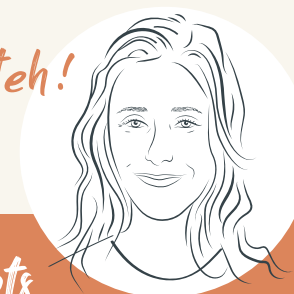


Tendres et juteuses à souhait, les côtelettes d'agneau des Pyrénées sont idéales pour un repas gourmand en famille ou entre amis.

Ah, teh!

Audrey

Ambassadrice 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 ! »



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



<< Découvrez toutes les visites de mielleries, de fermes, de confiturier...

Balade gourmande

J'ai entendu dire que Les Vallées de Gavarnie sont une terre de gastronomie, et je compte bien vérifier par moi-même ! Entre visites de producteurs, marchés et boutiques de produits locaux, ma journée s'annonce bien garnie.

C'est parti pour faire frétiler mes papilles !

Faire son marché !

LUNDI

- 8h à 14h : Luz-Saint-Sauveur
- 16h30 à 19h30 : Arras-en-Lavedan

MARDI

- 8h à 13h : Argelès-Gazost

MERCREDI

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

JEUDI

- 15h à 19h : Gèdre (mi-juillet à mi-septembre)

VENDREDI

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

SAMEDI

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

DIMANCHE

- 10h30 à 13h : Arrens-Marsous (juillet/août)

En savoir plus sur les marchés de nos vallées >>



De bon matin à la fraîche, je me rends au marché, mon panier sous le bras...

Je flâne entre les étals des producteurs présents pour goûter leurs produits. Un festival d'odeurs alléchantes et de couleurs attirantes auquel il est difficile de résister !



Il est midi, à table !

Au menu : plats traditionnels et produits emblématiques des vallées sur de généreuses tablées !

Je suis rassasiée... au moins jusqu'à l'heure de goûter !



Je déchiffre les secrets des plantes et de la distillation en visitant une ferme et ses jardins botaniques. En prime, une dégustation de spiritueux, sirops artisanaux ou tisanes.

Délicieux !



Voir gambader les brebis tout en dégustant du fromage, c'est vraiment le paradis sur terre !

Je m'immerge dans les traditions des Pyrénées en visitant une ferme. Le berger transmet tout l'amour de son métier et j'ai le privilège de déguster quelques-uns de ses produits.



Mmmm les bons produits..

Je fais escale dans les boutiques de produits locaux : charcuterie, fromage, truite, tourte, gâteau à la broche...

Difficile de résister à l'envie de tout goûter et de tout acheter !



Le monde des abeilles est vraiment fascinant...

Bienvenue dans l'univers de l'apiculture avec la visite d'une miellerie.

J'en profite pour acheter quelques pots de miel.

Aujourd'hui je me suis régalée... au sens propre comme figuré !

Les Vallées de Gavarnie sont une destination gourmande où se mélangent nature et traditions, idéale pour les bons vivants.

Au-delà des saveurs, je retiens la convivialité avec laquelle chaque producteur ou commerçant m'a accueillie. Ici, la gastronomie est véritablement une histoire de partage.

Rencontre avec...

Florent Huard

Apiculteur au Rucher Pentu

« Je suis apiculteur professionnel en ruches kenyanes dans la Vallée de Luz-Saint-Sauveur. C'est l'ouverture du Rucher Pentu durant l'été. Je commence à faire des gaufrettes au miel, ensuite on passe un petit moment où je réponds aux questions et je parle de l'apiculture en France et dans le Monde. Et j'ouvre une ruche kenyane où je fais voir le monde merveilleux des abeilles, aux enfants et aux adultes. On passe un moment merveilleux dans un cadre idyllique. »

Florent Huard

Découvrez son portrait vidéo >>



©Mélanie Mengarduque

Contactez-nous !

📍 **Argelès-Gazost**

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

📍 **Pierrefitte-Nestalas**

51 bis avenue 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**

2 Place Henry Russel
65120 Gavarnie
+33 (0)5 62 92 49 10

📍 **Gèdre**

2 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



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



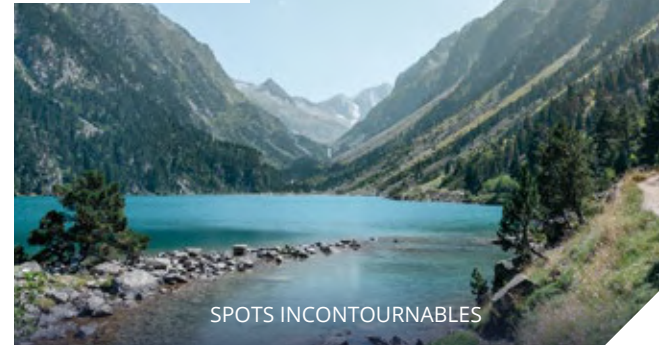
BIEN-ÊTRE ET DÉTENTE

PONT D'ESPAGNE



NATURE PRÉSERVÉE

RANDONNÉE



SPOTS INCONTOURNABLES

VILLAGE



AU CŒUR DES MONTAGNES



📱 @couterets

couterets.com

6 Vallées,
1 destination

LES VALLÉES DE GAVARNIE

PYRÉNÉES

©Elisa Moreau

Adishatz!

*Au revoir