

Au cœur des Pyrénées centrales, ce quatrième tronçon de la traversée des Pyrénées vous invite à découvrir des sites remarquables, en commençant en Pays Toy, de Cauterets à Barèges, en passant par la haute vallée de Luz Saint Sauveur et le col de Riou. Vous ferez étape dans des villages connus pour leurs eaux bienfaisantes.

Puis, du Pont de la Gaubie à Bagnères de Luchon, la nature vous ouvre grand ses portes. Vous traverserez la Réserve Naturelle du Néouvielle et ses remarquables lacs d'origine glaciaire, avant de rejoindre, par les villages de caractère d'Azet ou Germ, le célèbre refuge gardé du lac d'Espingo, et enfin Bagnères de Luchon, Reine des Pyrénées.

► Repères

Début du séjour : le jour 1 dans l'après-midi à Cauterets (65).

Fin du séjour : le jour 7 en fin d'après-midi à Bagnères-de-Luchon (31).

Hébergement : en gîte et refuge gardé

Niveau 5 : en moyenne 1 100 m de dénivelé positif et 6 heures de marche par jour.

Portage : affaires personnelles pour 1 nuit

Dossier de voyage : topo-guide, cartographie précise, traces GPS

Prix à partir de 525 €

Supplément chambre (5 nuits) : 112 €

Réduction à partir de 6 personnes, nous consulter

Dates : départ possible tous les dimanches de mi-juin à fin septembre.

Le programme jour par jour

Jour 1 : Début du séjour à Cauterets

Installation à votre hébergement à Cauterets, haut lieu du thermalisme. Possibilité de découvrir la ville et son patrimoine architectural ou encore la Maison du Parc National. Randonnée en milieu forestier, jusqu'au Turon des Oules, d'où vous dominerez la station de Cauterets, ou au plateau du Lisey, véritable vallée glaciaire suspendue avec possibilité de poursuivre jusqu'au col qui vous promet un panorama grandiose.

Dénivelé : + 450 m, - 450 m / **Distance :** 7 km / **Durée :** 3 h 15

Jour 2 : De Cauterets à Luz Saint Sauveur

L'étape du jour conduit à Luz Saint Sauveur, célèbre station thermale, en empruntant le col de Riou, qui sépare les vallées de Cauterets et de Luz. Du col, le panorama est immense : la vallée de Barèges, le massif du Néouvielle, le cirque de Troumouse, et à vos pieds la station de ski de Luz-Ardiden. Sur le versant de Cauterets, on devine le Cirque du Lys, le Pic Cabalirros et les proches sommets de la vallée du Marcadau.

Dénivelé : + 1 250 m, - 1470 m / **Distance :** 24 km / **Durée :** 7 h

Jour 3 : De Luz Saint Sauveur à Barèges

Le sentier du GR10 monte vers les estives du Couret d'Ousset, puis, à travers bois, jusqu'au Gué de Bolou, culminant à 1460m, avant de redescendre à Barèges, par les replats du Pla dets Plaas puis ceux de Lumière et de l'Artiguète. Vous découvrirez quelques spécimens de la faune du massif pyrénéen, tels que les isards ou les marmottes, tout en remontant la vallée lumière, offrant une succession harmonieuse de paysages.

Dénivelé : + 810 m, - 270 m / **Distance :** 13 km / **Durée :** 4 h 30

Jour 4 : De Barèges au Lac d'Orédon

Le matin transfert au parking de Tournaboup. Après avoir visité le jardin botanique, vous entamerez une ascension jusqu'au Col de Madamète. Après le passage du col, vous pénétrerez dans la splendide Réserve Naturelle de Néouvielle, où vous pourrez admirer les paysages enchanteurs qui s'offriront à vous. L'étape s'achève par les lacs d'Aumar, d'Aubert, les Laquettes et enfin le lac d'Orédon.

Dénivelé : + 1 040 m, - 680 m / **Distance :** 16 km / **Durée :** 6 h

Jour 5 : Du lac Orédon à Saint-Lary-Soulan

Le matin transfert à Artiguisse. Vous rejoindrez le lac de l'Oule. Puis, une piste vous permettra de parvenir au Col de Portet, culminant à 2215m. Du col, via la station de ski de Saint Lary, et des pelouses d'altitude, le GR 10 redescend vers le village de montagne de Vielle-Aure, et le site de sa mine de manganèse et arrive enfin à Saint-Lary-Soulan.

Dénivelé : + 740 m, - 1 660 m / **Distance :** 20 km / **Durée :** 6 h

Jour 6 : De Saint-Lary-Soulan au refuge d'Espingo

Le matin transfert à Germ dans la vallée de Louron (Il est aussi possible pour vous de faire ce tronçon à pied, en rajoutant une nuit à Germ, nous consulter). Vous pourrez profiter d'un splendide belvédère en direction des sommets franco-espagnols. Ici, le quotidien des populations locales est rythmé par les activités de la vie agropastorale. Depuis le village, le GR10 franchit le Pas de Couret, altitude 2131m, pour basculer dans le Luchonnais. Enfin, la montée vers le Lac d'Espingo par les Granges d'Astau et le splendide Lac d'Oô et sa grande cascade.

Dénivelé : + 1 820 m, - 1 200 m / **Distance :** 17 km / **Durée :** 8 h

Jour 7 : Du refuge d'Espingo à Luchon

La marche en direction de Luchon permet de retrouver l'ambiance haute montagne. Le GR10 franchit la Hourquette des Hounts secs, puis, le col de la Coume de Bourg, altitude 2 272 m, avec une variante possible hors GR10, jusqu'au Pic de Céciré, culminant à 2403m. Du sommet, la vue s'étend en direction du massif de la Maladeta et de ses glaciers en déroute, ou encore vers le dièdre des Spjeoles. La descente vers Luchon s'opère par la station de Superbagnères.

Dénivelé : + 550 m, - 1 890 m / Distance : 17 km / Durée : 6 h

▷ Nota bene

La durée est donnée à titre indicatif et correspond aux heures effectives de marche (hors pauses).

Accès

Début du séjour : à votre hébergement à Cauterets (65), selon votre heure d'arrivée.

Fin du séjour : à Luchon (31), après votre randonnée.

Arriver sur place :

- En avion : Aéroport de Lourdes-Tarbes (35km) : Tel : 05 62 32 92 22 Aéroport de Pau-Pyrénées (80km) : Tel : 05 59 33 33 00 Aéroport de Toulouse-Blagnac (204km) : Tel : 0825 380 000 ; relié à la gare SNCF de Toulouse Matabiau par navette toutes les 20mn.
- En train et bus : Train de Bordeaux ou Toulouse jusqu'à Lourdes. Bus SNCF de Lourdes à Cauterets (départ devant la gare de Lourdes - horaires à vérifier) : compter 1h de trajet
- Par la route : Au départ de Tarbes suivre Lourdes, Argelès-Gazost, puis Cauterets. Situation : Paris 894km, Bordeaux 278km, Toulouse 204km, Nantes 602km

Parkings :

- À Cauterets : gare routière, Place de la gare, Thermes César, derrière le fronton (centre ville). Parkings gardés et payants : Parking Municipal souterrain, Rue de Belfort - Tel : 05 62 92 55 57, ou 05 62 9250 34 (Mairie), ou 05 62 92 50 50 (Office du Tourisme).

- À Luchon : la Poste, au départ de la télécabine, devant la gare SNCF, sortie de Luchon.

Si vous laissez votre véhicule durant toute la durée de votre séjour, veuillez vous renseigner auprès de l'office du tourisme pour savoir si des manifestations (fêtes, marchés...) seront organisées sur votre lieu de stationnement.

Comment quitter Luchon :

Départ de la gare SNCF de Luchon en autobus SNCF ou en TER en direction de Montréjeau ; puis correspondances SNCF vers Toulouse ou Pau, Bordeaux, Paris.

Rejoindre Cauterets depuis Luchon :

Départ en train (ou autobus SNCF) de la gare de Luchon jusqu'à Montréjeau; puis train T.E.R de Montréjeau à Lourdes, ligne Toulouse à Irun) ; de Lourdes, autobus SNCF jusqu'à Cauterets.

Si vous choisissez de venir en voiture, nous vous conseillons de stationner votre véhicule au point d'arrivée du séjour et de rejoindre le point de départ le premier jour. Vous aurez ainsi le temps de faire le trajet et vous ne serez pas fatigués par votre semaine de randonnée.

Hébergement & repas

Demi-pension en dortoirs communs, en gîtes d'étape (4 nuits), en refuges gardés de montagne (2 nuits). Prévoir un drap de sac (couvertures fournies).

VERSION CONFORT : Possibilité de dormir 5 nuits en chambre de deux avec supplément (cf. paragraphe "dates et prix"), à préciser à l'inscription.

Les gîtes

C'est dans de petits dortoirs que vous dormirez. Ce que le gîte perd en confort, il le gagne en chaleur, en ambiance familiale et en convivialité. Soirées animées en perspective...

Le refuge de montagne

Le refuge vous charmera grâce à son emplacement insolite et sauvage, dans une nature vierge de toute pollution et urbanisation. Randonnées fait son maximum pour vous loger dans des refuges équipés de douches et sanitaires.

Séjour en demi-pension (dîner + petit-déjeuner). Les boissons et les repas de midi ne sont pas compris. Selon les parcours, vous pourrez soit déjeuner le long du chemin, soit vous ravitailler dans la journée ou le soir à l'étape, soit commander des pique-niques auprès de vos hôtes. Les repas du soir sont la plupart du temps composés du menu du jour (pas de choix de menu).

Les coordonnées des hébergements vous seront fournies avec votre dossier de voyage.

Les chiens ne sont pas acceptés.

Niveau 5

En moyenne chaque jour : 1 100 m de dénivelé positif et 6 heures de marche effectives. Terrain : bons sentiers.

Dénivelé positif maximum : + 1 820 m
Dénivelé total en montée : + 6 660 m

Dénivelé total en descente : - 7 620 m
Altitude mini / maxi de passage : 630 m / 2 509 m

	Jour 1	Jour 2	Jour 3	Jour 4	Jour 5	Jour 6	Jour 7
Dénivelé positif	+ 450 m	+ 1250 m	+ 810 m	+ 1 040 m	+ 740 m	+ 1820 m	+ 550 m
Dénivelé négatif	- 450 m	- 1470 m	- 270 m	- 680 m	- 1660 m	- 1200 m	- 1890 m
Distance	7 km	24 km	13 km	16 km	20 km	17 km	17 km
Durée de marche	3 h 15	7 h	4 h 30	6 h	6 h	8 h	6 h

NB : la durée est donnée à titre indicatif et correspond aux heures effectives de marche (hors pauses).

Cet itinéraire s'effectue sans accompagnateur et sous votre propre responsabilité. Nous vous fournissons toutes les indications et la logistique nécessaires au bon déroulement de votre randonnée. Vous devez être capable d'autonomie en jugeant de vos forces et en appréciant des situations inattendues (fatigue, météo, présence d'animaux, modification du terrain, etc.).

Nous déclinons toute responsabilité en cas d'erreur de votre part concernant l'orientation (erreur ou changement d'itinéraire) ou la gestion du temps (départ trop tardif le matin, pause pique-nique trop longue).

Transferts & transport des bagages

Durant la randonnée, portage uniquement de vos affaires personnelles pour la journée de marche (pique-nique, eau...) sauf pour la nuit du J6 passée en refuge. Prévoir un bagage suiveur facilement transportable (voir nos conseils sur l'équipement). Sauf si vous avez choisi la REDUCTION BAROUDEURS portage par vos soins auquel cas vous porterez toutes vos affaires d'une étape à une autre.

REDUCTION BAROUDEURS portage par vos soins.

Nous vous proposons une réduction séjour sans portage des bagages par notre agence, de ce fait vous porterez vos bagages vous-même d'étapes en étapes, pas de transport en taxi sauf pour les transferts. La réduction n'est valable que dans le cas où tous les participants de la réservation en ont fait la demande.

Pour organiser au mieux la logistique nous vous prions d'indiquer sur vos bagages (étiquettes fournies) le nom de la personne responsable du groupe (qui a réservé la randonnée).

Transferts

- Jour 4 : A 7h30, court transfert (5 min) par un correspondant local, de Barèges au parking de Tournaboup. Ce transfert a été prévu, pour raccourcir une étape trop longue et physique.

- Jour 5 : A 7h30, court transfert (10 min) par un correspondant local, du Refuge d'Orédon au Parking d'Artigusse. Ce transfert a été prévu pour raccourcir une étape trop longue et vous éviter un tronçon de marche sur la route.

- Jour 6 : A 7h30, transfert (30 min) par un correspondant local, de St Lary Soulan au village de Germ. Ce transfert a été prévu, pour raccourcir une étape trop longue. (Il est aussi possible pour vous de faire ce tronçon à pied, en rajoutant une nuit à Germ : nous consulter).

Les temps de trajet sont donnés à titre indicatif, ils restent dépendants d'événements incontrôlables et imprévisibles (conditions météo, de circulation, etc.). Les transferts routiers sont assurés par des taxis ou des transporteurs privés ; cependant d'autres personnes peuvent également effectuer le même transfert que vous, ainsi nous vous prions d'être ponctuel et de ne pas décaler l'horaire qui a été fixé.

Dossier de voyage

Cet itinéraire s'effectue sans accompagnateur et sous votre propre responsabilité. Nous vous fournissons toutes les indications et la logistique nécessaires au bon déroulement de votre randonnée. Vous devez être capable d'autonomie en jugeant de vos forces et en appréciant des situations inattendues (fatigue, météo, présence d'animaux, modification du terrain, etc.).

Nous déclinons toute responsabilité en cas d'erreur de votre part concernant l'orientation (erreur ou changement d'itinéraire) ou la gestion du temps (départ trop tardif le matin, pause pique-nique trop longue).

Dates et prix

Départ possible tous les dimanches du 15 juin au 30 septembre. Inscription à partir de 2 personnes. Départ un autre jour que dimanche possible avec supplément.

Prix/pers (de 2 à 3 personnes) : 615 €

Prix/pers (de 4 à 5 personnes) : 525 €

Suppléments/réductions :

- VERSION CONFORT : 5 nuits en chambres : 112€/pers
- Supplément départ un autre jour que dimanche : 25€/pers
- REDUCTION BAROUDEURS : portage par vos soins : 110€/réservation
- Supplément transfert retour en taxi de 1 à 4 pers de Luchon à Cauterets (selon les disponibilités) : 235€/transfert

Le cas échéant, veuillez nous préciser à l'inscription si plusieurs dates de départ sont possibles ; ceci au cas où un ou plusieurs hébergements seraient complets aux dates retenues. Afin d'organiser au mieux votre séjour, nous vous conseillons de vous inscrire le plus tôt possible ; certains hébergements peuvent être complets parfois plusieurs mois à l'avance.

Le prix comprend :

- Frais d'organisation
- Hébergement en demi-pension
- Transport des bagages (sauf pour 1 nuit)
- Transferts prévus au programme
- Dossier de voyage pour 2 à 4 personnes avec cartes, topoguide, traces GPS (dossier supplémentaire 25€).

Le prix ne comprend pas :

- Acheminement jusqu'aux lieux de rendez-vous et de séparation
- Pique-niques
- Boissons pendant et en dehors des repas
- Douches payantes dans les refuges
- Assurances
- Tout ce qui n'est pas mentionné dans "le prix comprend"

Équipement à prévoir

Le bagage suiveur

Pour les affaires qui suivent entre les hébergements, prévoir un seul bagage suiveur (sac souple de 10 kg maximum) par personne en évitant les valises rigides autant que possible.

Le couchage en dortoir (pour les circuits avec nuits en gîte ou refuge)

- Drap de sac ou drap cousu type "sac à viande" (couvertures fournies)
- Nécessaire de toilette, serviette
- Bouchons d'oreille
- Lampe de poche ou frontale

Le sac à dos

Pour les affaires de la journée et une ou plusieurs nuits en autonomie en refuge ou gîte (40-50 litres).

- Fond de sac (vêtement de pluie, vêtement chaud, lunettes de soleil, crème solaire, trousse à pharmacie, nécessaire de pique-nique)
- Pique-nique du jour (prévoir une boîte plastique)
- Gourde (minimum 1,5 litres) ou poche à eau
- Affaires personnelles (papiers d'identité, guide faune et flore, appareil photo...)
- Pour les circuits liberté, dossier de voyage avec cartes, topo-guide, boussole, téléphone portable (batterie chargée), coordonnées des hébergements, numéro d'urgence.

Le pique-nique

- Gobelet ou quart
- Une boîte hermétique en plastique (environ 0,8 l)
- Couverts légers (fourchette, couteau pliant)
- Gourde (1,5 l minimum) ou poche à eau selon votre préférence

Les chaussures

C'est l'un des éléments les plus importants. Elles doivent être avant tout confortables, imperméables et respirantes. Un bon maintien de la cheville est indispensable. Si vous devez acheter une nouvelle paire, nous vous conseillons d'essayer vos chaussures avant de commencer votre séjour. Ne prenez pas une pointure trop petite, car vos pieds auront tendance à gonfler pendant la marche. Prévoir des chaussures à tiges hautes, avec une semelle de type vibram avec une bonne accroche. Attention à vos chaussures restées trop longtemps dans un placard, au bout d'un certain temps les semelles se décollent et les coutures peuvent se déchirer.

Les vêtements et équipement spécifiques pour la randonnée

- Veste coupe-vent imperméable (type goretex) ou cape de pluie
- Vêtement chaud (veste polaire ou pull)
- Pantalon pour la marche, short, tee-shirt (privilégiez des matières respirantes)
- Protection solaire (lunettes, chapeau ou casquette, crème, stick à lèvres)
- Gants fins et bonnet
- Mini-pharmacie : médicaments personnels, compeed pour les ampoules, élastoplaste, gaze, désinfectant, antalgique, biafine, arnica (crème ou granules), une couverture de survie...

Et pourquoi pas :

- Bâtons de marche télescopiques qui favorisent la stabilité et soulagent les articulations
- Guêtres ou "stop-tout" très efficaces par temps de pluie ou simplement dans l'herbe humide

Adresses et numéros utiles

- Parc National des Pyrénées : à Cauterets, bureau du Parc -
Tel : 05 62 92 52 56
- Office du Tourisme de Cauterets - Tel : 05 62 92 50 50 -
www.cauterets.com

- Office du tourisme de Luchon : Tel : 05 61 79 21 21 -
www.luchon.com
- Secours en montagne : 112

Bibliographie

- *Dictionnaire des Pyrénées* de André Levy
- *Les Pyrénées* de Claude Dendaletche
- *La grande flore illustrée des Pyrénées* de Marcel Saule
Pyrénées Magazine, GR10, nos plus belles étapes, n°92

Guide vert Pyrénées Aquitaine, éd. Michelin
Guide Bleu, éd. Hachette
Chemins du Piémont n 1 G. Véron
L'épopée des Cimes, Bellefont, Ed. Alpes Pyrénées

Modifications de réservation

Trois semaines avant le départ (et après réception du solde de votre séjour), nous vous fournirons le dossier de voyage (pour 2 à 4 personnes) comprenant la liste des hébergements, des étiquettes pour vos bagages, un topo-guide descriptif du parcours, une cartographie précise et, sur demande, les traces GPS du parcours (format .gpx).

Si vous souhaitez recevoir des dossiers de voyage supplémentaires (+ 25€ par dossier), la demande doit être faite à l'inscription.

Les itinéraires et les topo-guides sont régulièrement vérifiés et mis à jour. Cependant, l'itinéraire traverse des zones où les conséquences de l'activité humaine et/ou d'événements climatiques peuvent modifier significativement son tracé. À votre retour, nous vous serions reconnaissants de nous mentionner les changements ou imprécisions relevés sur le terrain.

Conditions d'annulation

En cas d'annulation de votre part à plus de 30 jours du départ, Randonades rembourse l'intégralité du prix du séjour sous déduction de frais de dossier forfaitaires de 50 € par personne.

À partir de 30 jours avant le départ, des frais d'annulation seront appliqués et calculés selon le barème suivant (par personne) en fonction de la date d'annulation :

- de 30 à 22 jours : 25% du prix du séjour
- de 21 à 15 jours : 50% du prix du séjour
- de 14 à 8 jours : 75% du prix du séjour

- de 7 à 2 jours : 90% du prix du séjour
- moins de 2 jours : 100% du prix du séjour

En cas de souscription à une assurance annulation, les frais d'annulation vous seront remboursés. Les primes d'assurance ne sont pas remboursables.

L'abandon de votre part au cours de la randonnée ne donne droit à aucun remboursement. Lors d'une inscription à plusieurs : en cas d'annulation de la personne avec laquelle vous deviez partager une chambre (et de non remplacement par une autre personne), le supplément chambre individuelle pourra vous être facturé.

Assurances

Vous pouvez souscrire, à l'inscription, à une ou plusieurs assurances (assistance / rapatriement, annulation, interruption de séjour, bagages) qui s'ajoutent au prix du séjour ; conditions générales des contrats sur demande ou consultables sur notre site internet : <http://www.randonades.com/sejour-randonnee/comment-sinscrire>. Ces assurances ne peuvent prendre effet qu'après le paiement intégral du séjour. La souscription est accessible à tous les résidents européens.

L'assurance annulation

Comprend le remboursement des sommes retenues en cas d'annulation de voyage justifiée avant le départ.

L'assurance interruption de séjour

Comprend le remboursement des prestations non consommées en cas d'abandon justifié pendant le séjour.

L'assurance assistance / rapatriement

Comprend l'assistance aux personnes en cas de maladie ou d'accident pendant le séjour.

L'assurance bagages

Comprend le remboursement en cas de vol, détérioration ou perte de vos bagages pendant le séjour.

Responsabilité

En raison de frais d'organisation importants, pour toutes modifications de la réservation demandées par le client (date, nombre de personnes, type de chambre, nombre de nuits supplémentaires, etc.), le client devra s'acquitter d'une somme forfaitaire de 50 € par dossier.

RANDONADES – 30, allée Arago – F-66500 PRADES – Tél. (33) 04 68 96 16 03 – Fax (33) 04 68 05 29 44
randonades@wanadoo.fr – www.randonades.com
n° Siret 450 612 668 00027 – Agence de voyages Licence LI06609001- IM066100022
Assurance RC : MMA BP27 69921 OULLINS – Garantie financière : Groupama caution

