

Fiche Technique | Randonnée accompagnée | Niveau 3/5    | 12 jours de marche

Grande Traversée du Parc National des Pyrénées

Votre circuit en bref

- Randonnée guidée avec un accompagnateur montagne
- Séjour itinérant
- Transport de vos bagages entre chaque étape sauf pour 5 nuits en refuges
- Hébergement en gîtes d'étape et en refuges de montagne
- Durée 12 jours / 11 nuits
- Accès et retour facilité via Oloron Sainte Marie et Saint Lary Soulan

Les points forts

- Une partie de l'itinéraire au sein du Parc National des Pyrénées
- Parcours transfrontalier entre France et Espagne
- Quelques-uns des plus beaux sites des Pyrénées : Cirques de Lescun, Gavarnie, Estaubé et Troumouse ; Massifs de l'Ossau, du Balaitous, du Vignemale ; Lapiatz du Pic Anie, Ansabère ; Vallée de Gaube, du Marcadau, d'Aguas Limpias, de Respomuso...
- De nombreux et magnifiques lacs
- Des coins plus confidentiels : l'immense plateau d'Agua Tuerta, les Sierras espagnoles du Visaurin et de Bernara...



Cette grande traversée du Parc National des Pyrénées explore la plus grande zone protégée des Pyrénées. L'itinéraire emprunte en grande partie une des plus belles portions de la mythique HRP (Haute Route Pyrénéenne) : la traversée des Pyrénées la plus sauvage et la plus montagnarde du massif, au plus près de la crête frontière à cheval entre France et Espagne. Depuis le Béarn et le massif du Pic d'Anie, vous irez ainsi à la découverte de quelques-uns des plus beaux et emblématiques sites des Pyrénées Centrales ainsi que des lieux plus méconnus mais tout aussi magnifiques. Vous passerez dans un premier temps de vastes étendues karstiques au cirque dolomitique de Lescun, puis des falaises de grès rouge à de hauts plateaux verdoyant avant de rejoindre la vallée d'Ossau et son célèbre sommet. Puis, vous vous aventurerez hors du Parc National en versant espagnol sur de merveilleux sentiers constellés de lacs, au pied du massif du Balaitous. L'itinéraire reviendra ensuite en France pour rejoindre les superbes vallées du Marcadau et de Gaube, au pied de l'impressionnante et spectaculaire face Nord du Vignemale. Enfin, un grandiose parcours traversant les 3 grands cirques Pyrénéens viendra conclure cette magnifique itinérance à travers les cirques de Gavarnie, Estaubé et Troumouse.

www.gr10-liberte.com / www.respyrenees.com

www.maison-iputxainia.com

Tél : (33) 5.34.14.51.50 ou (33) 6.10.97.16.54

info@respyrenees.com

• PROGRAMME

Jour 1 : De la Pierre Saint Martin au cirque de Lescun

Rendez-vous à 8h devant la gare SNCF de Oloron St Marie. Vous devrez être en tenue de marche, prêts à partir directement en randonnée. Transfert de la gare à la Pierre St Martin au départ de la randonnée (45min). Cette première étape traverse le plus grand lapiaz d'Europe, un décor calcaire, minéral et lunaire, dans des paysages surréalistes de plates-formes rocheuses, de mini-gorges et de fissures. Au cœur de cet impressionnant massif karstique, véritable gryère avec ses galeries et ses gouffres parmi les plus profonds du monde, l'itinéraire se dirige en direction de la pyramide du pic d'Anie, premier grand sommet pyrénéen depuis l'océan, culminant à 2504m. Possibilité pour ceux qui le souhaitent d'en faire l'ascension en aller-retour : panorama époustouflant, du Pays Basque aux hauts sommets des Pyrénées Centrales. La randonnée s'achève dans le grandiose cirque de Lescun aux allures de Dolomites.

- Distance : 17km, durée : environ 6h30, dénivelé plus : +640m, dénivelé moins : -1375m.
- Distance : 19,5km, durée : environ 7h45, dénivelé plus : +915m, dénivelé moins : -1645m (avec Pic d'Anie)

Jour 2 : Du pont de Labrénère au refuge d'Arlet

Court transfert (15min) au pont de Labrénère au départ de la rando. La première partie de l'itinéraire monte en direction du col de Pau via une très belle vallée sauvage et pastorale ponctuée de cabanes de berger. Après avoir pénétré dans le Parc National des Pyrénées vous rejoindrez le col de Pau sur la crête frontière. Du col, ascension du pic de Burcq (2105m), qui malgré sa modeste altitude offre un magnifique panorama sur une grande partie du Béarn, à cheval entre France et Espagne. Puis un joli parcours panoramique sur les crêtes frontalières et à travers pâturages mène au lac et refuge d'Arlet dominé par des falaises de grès rouge, étonnante particularité géologique de cette région des Pyrénées.

- Distance : 14km, durée : environ 5h45, dénivelé plus : +1205m, dénivelé moins : -335m

Jour 3 : Du refuge d'Arlet au col du Somport

Au départ du bucolique site d'Arlet, l'étape du jour rejoint rapidement le versant espagnol. Vous profiterez alors de magnifiques vues sur la sierra du Visaurin (2669m) dominant un immense plateau d'altitude où serpente les méandres du rio Aragon : le plateau d'Agua Tuerta. La traversée de ce milieu verdoyant très peu parcouru vous procurera une sensation de grand espace sauvage et vierge. Vous rejoindrez ensuite le grand lac d'Estaens le long de l'élégante Sierra de Bernara. Puis, vous repasserez en France afin de parvenir au col du Somport.

- Distance : 18,5km, durée : environ 6h45, dénivelé plus : +760m, dénivelé moins : -1125m.

Jour 4 : Du col du Somport au refuge de Pombie

Depuis le col du Somport, après avoir laissé la petite station de ski espagnole d'Astun, l'itinéraire monte en direction de l'ibon d'Escalar et du col des Moines (2168m) à la frontière franco-espagnole. Depuis ce dernier, l'ascension du Pic des Moines (2349m) promet un panorama grandiose sur l'emblématique Pic du Midi d'Ossau, s'élançant telle une flèche vers le ciel. La vue est tout aussi belle sur l'ensemble de la vallée d'Ossau et ses lacs ainsi que sur les hautes sierras du versant espagnol des Pyrénées. Puis, après avoir rejoint le lac Castérou, le chemin file en direction du col Peyreget. A l'Est se dévoile le haut massif du Balaitous et le parcours des jours à venir. Vous rejoindrez ensuite le refuge et le lac de Pombie, au pied de l'Ossau, seigneur des lieux.

- Distance : 15,5km, durée : environ 6h30, dénivelé plus : +935m, dénivelé moins : -1340m.

Jour 5 : Du refuge de Pombie à Gabas

Aujourd'hui, c'est la découverte d'une autre face du pic du midi d'Ossau en parcourant la crête Lavigne-Chérué culminant au pic de Chérué (2198m). Cette crête, facile, peu connue et peu fréquentée, offre des vues splendides tous azimuts, notamment sur le vertical et impressionnant versant Nord de l'Ossau. Il n'y a pas meilleur cheminement pour admirer et apprécier au calme ce fier sommet surnommé aussi « Jean-Pierre ». Le panorama s'étend également en direction des hauts sommets de plus de 3000m des Pyrénées Centrales tels que le Balaitous. Puis, en quittant la crête vous rejoindrez le lac de Bioux Artigue et le bas de vallée à Gabas.

- Distance : 14,5km, durée : environ 5h30, dénivelé plus : +410m, dénivelé moins : -1390m

Jour 6 : Du Caillou de Soques au refuge Respomuso

Le matin, court transfert de Gabas au caillou de Soques au départ de la randonnée (10min). Magnifique parcours transfrontalier qui après avoir rejoint le col d'Arrious (2259m), emprunte le célèbre passage d'Orteig, chemin taillé dans la falaise plus impressionnant que difficile. Celui-ci conduit au refuge et lac d'Arrémoulit (2265m), au cœur d'un superbe site de haute montagne, au pied de l'impressionnante et élégante pyramide du pic d'Arriel. Après une courte montée au col d'Arrémoulit (2448m), l'itinéraire bascule en Espagne et explore le sublime vallon d'Arriel et ses lacs aux eaux turquoise, sous le regard du majestueux sommet du Balaitous (3144m). Puis un sentier au-dessus de la vallée d'Aguas Limpas mène au refuge de Respomuso dans un somptueux décor en bord de lac.

- Distance : 13,5km, durée : environ 5h45, dénivelé plus : +1230m, dénivelé moins : -495m

Jour 7 : Du refuge de Respomuso au chalet du Clot

Depuis le refuge de Respomuso, l'étape du jour rejoint rapidement l'agréable et bucolique verdoyant plateau de Campo Plano et son lac. Au niveau de celui-ci, s'élève un sentier permettant de repasser versant français des Pyrénées via le col de la Fache (2664m). Du col, il y aura la possibilité pour ceux qui le souhaitent, de faire l'ascension en aller-retour d'un sommet de plus de 3000m d'altitude : La Grande Fache (3005m) dont le panorama au sommet est parmi les plus beaux de toute la chaîne des Pyrénées. Puis vous entamerez la descente jusqu'au Chalet du Clot via la magnifique vallée du Marcadau.

- Distance : 16,5km, durée : environ 6h00, dénivelé plus : +565m, dénivelé moins : -1185m
- Distance : 18km, durée : environ 7h30, dénivelé plus : +840m, dénivelé moins : -1455m (avec Grande Fache)

Jour 8 : Du chalet du Clot au refuge de Baysellance

Aujourd'hui, l'itinéraire parcourt dans un premier temps la somptueuse vallée de Gaube et son lac de montagne blotti au cœur de la vallée. Après le lac de Gaube, un itinéraire facile en pente douce vous mènera au site des Oulettes de Gaube (2151m) et son refuge, au pied de l'imposante et magnifique face nord du Vignemale (3298m), plus haut sommet des Pyrénées française. Vous poursuivez ensuite vers la Hourquette d'Ossoue avant de rejoindre le plus haut refuge gardé des Pyrénées : le refuge Baysellance (2651m). De la hourquette, il y aura la possibilité pour ceux qui le souhaitent, de faire l'ascension en aller-retour du Petit Vignemale (3032m) avec de belles vues sur le glacier d'Ossoue.

- Distance : 13km, durée : environ 5h30, dénivelé plus : +1240m, dénivelé moins : -135m
- Distance : 15km, durée : environ 6h45, dénivelé plus : +1485m, dénivelé moins : -380m (avec Petit Vignemale)

Jour 9 : Du refuge de Baysellance à Gavarnie

L'étape du jour conduit à Gavarnie et son célèbre Cirque minéral. Au départ du refuge Baysellance, point de départ pour l'ascension du mythique Vignemale, une longue et belle descente vous attend. Après avoir dépassé les grottes Bellevues, creusées par le comte Henry Russell entre 1881 et 1893, vous plongerez dans la vallée d'Ossoue. Une fois dépassé le barrage d'Ossoue, un beau sentier en balcon vous mènera au village de Gavarnie depuis lequel vous pourrez profiter de superbes vue sur le cirque, mondialement connu.

- Distance : 17km, durée : environ 6h00, dénivelé plus : +250m, dénivelé moins : -1515m.

Jour 10 : De Gavarnie au refuge des Espuguettes

Découverte complète du cirque de Gavarnie tout d'abord par le plateau Bellevue, permettant d'admirer la muraille du cirque de Gavarnie dans toute son immensité minérale, étonnant et impressionnant amphithéâtre naturel de calcaire. Puis vous rejoindrez le cœur du cirque et effectuez un court aller-retour au pied de la cascade de Gavarnie, l'une des plus hautes cascade d'Europe (423m). Depuis cette dernière, vous emprunterez le sauvage plateau de Pailla afin de gagner le refuge des Espuguettes dominant la vallée.

- Distance : 11,5km, environ 5h30, dénivelé plus : +1265m, dénivelé moins : -630m.

Jour 11 : Du refuge des Espuguettes au plateau du Maillet

Depuis les Espuguettes, vous grimpez en direction du superbe belvédère de la Hourquette d'Alans (2430m). Vous êtes alors à cheval entre le cirque de Gavarnie et le cirque d'Estaubé dans lequel vous pénétrez. Au cœur de pelouses d'altitude habitées par des marmottes peu farouches et de nombreux troupeaux, vous rejoignez le vallon d'Estaubé à proximité du lac des Gloriettes. Puis vous remontez en direction du plateau du Maillet et du cirque de Troumouse. Les trois grands cirques des Pyrénées dans la même journée !

- Distance : 14km, durée : environ 5h15, dénivelé plus : +685m, dénivelé moins : -885m

Jour 12 : Du plateau du Maillet à Piau Engaly

Depuis l'auberge du Maillet, vous atteignez très rapidement le cœur du cirque de Troumouse que vous traversez par un vaste plateau d'altitude. Puis via un sentier en balcon, vous parvenez dans la vallée d'Héas pour gagner la hourquette du même nom. Depuis celle-ci la vue est fantastique, sur le Mont Perdu et son glacier notamment. La randonnée se poursuit en descente dans l'agréable vallée de Badet et se termine plus bas, au niveau de la station de Piau Engaly. Transfert de Piau Engaly à Saint Lary Soulan (environ 30min). Fin du séjour.

- Distance : 20,5km, durée : environ 7h45, dénivelé plus : +1110m, dénivelé moins : -1120m

Les programmes ont été établis selon les derniers éléments connus lors de la rédaction : des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement. Sur place, nos guides sont les meilleurs juges, ils peuvent être amenés à modifier l'itinéraire en fonction de la météo ou si la sécurité du groupe le nécessite.

• DATES ET PRIX

Prix : Du 26/07/2021 au 06/08/2021

Prix/personne	1535€
---------------	-------

Possibilité de tarif dégressif suivant le nombre final d'inscrits (nous consulter).

Le prix comprend :

- L'hébergement en pension complète du pique-nique du jour 1 à celui du jour 12
- Les transferts mentionnés dans le programme
- Le transport des bagages entre les hébergements sauf pour 5 nuits en refuges les jours 2, 4, 6, 8 et 9
- L'encadrement par un accompagnateur moyenne montagne

Le prix ne comprend pas :

- Les assurances
- Les transferts non compris dans le programme
- Les douches parfois payantes dans les refuges de montagne
- Les boissons

• INFOS TECHNIQUES

Nature du terrain

Randonnées sur bons sentiers, le terrain est varié mais souvent rocheux. Ponctuellement quelques portions plus techniques.

Niveau 3

Pour marcheurs en bonne condition physique, ayant déjà une expérience de la randonnée en montagne. Les temps de marche mentionnés sont donnés à titre indicatif, ce sont des horaires moyens qui ne prennent en compte que la durée de la marche effective sans comptabiliser les temps de pause. En fonction des conditions climatiques le rythme de marche peut également varier, allant de + 300m à +500m de montée à l'heure.

Encadrement

Randonnée encadrée par un BE Accompagnateur montagne.

Portage

Durant la randonnée, portage uniquement de vos affaires personnelles de la journée, de votre pique-nique et d'eau en quantité suffisante. Exceptés pour les nuits en refuge les jours 2, 4, 6, 8 et 9 où vous devrez porter vos affaires personnelles nécessaires pour la nuit (drap de sac, vêtements de rechange, nécessaire de toilette). Prévoir un bagage suiveur facilement transportable (voir nos conseils sur l'équipement).

•HEBERGEMENT / NOURRITURE

Hébergement

Pension complète (nuit + diner + petit déjeuner + pique-nique)

5 nuits en gîte d'étape en dortoir partagé les jours 1, 3, 5, 9 et 11

6 nuits en refuge de montagne en dortoir partagé les jours 2, 4, 6, 7, 8 et 10

Les repas

- Petit déjeuner continental (thé, café, lait, pain, beurre, confiture).

- Repas du soir à base souvent de spécialités locales, incluant une entrée, un plat et un dessert.

- Pique-niques inclus.

- Boissons non comprises.

•INFOS PRATIQUES

Jour 1 : le lundi 26 Juillet, rendez-vous à 8h avec votre accompagnateur à la gare Oloron Sainte Marie.

Jour 12 : le vendredi 06 Août après le transfert en fin de journée à Saint Lary Soulan.

Comment se rendre à Oloron Sainte Marie :

- Par train :

Train de plusieurs grandes villes (Bordeaux, Paris, Toulouse...) jusqu'à Pau. Puis train de Pau à Oloron Sainte Marie.

Consulter le site internet de la SNCF pour confirmation des horaires selon la période sélectionnée :

<https://www.oui.sncf/>

- Par avion :

Aéroports : Aéroport de Lourdes-Tarbes

Aéroport de Pau-Pyrénées

Aéroport de Toulouse-Blagnac

Aéroport de Bordeaux - Mérignac

Comment quitter Saint Lary Soulan :

Départ de St Lary en autobus SNCF direction de Lannemezan ; puis correspondances SNCF vers Toulouse ou Pau, Bordeaux, Paris.

Nuits supplémentaires à Saint Lary Soulan et/ou Oloron Sainte Marie :

Nous consulter.

•A EMPORTER DANS VOS BAGAGES

Votre bagage suiveur

Pour des raisons de logistique nous vous demandons de limiter le poids du sac suiveur à 12kg ou 15kg maximum, pas de valises rigides, et un seul bagage suiveur par personne.

Le sac à dos

La taille du sac est très importante elle peut varier en fonction du type de séjour.

- Pour une randonnée dite sans portage : 30L minimum
- Pour une randonnée avec portage allégé ou partiel : 50L minimum
- Pour une randonnée avec portage : 60L minimum

Ce dernier devant contenir :

- Fond de sac (vêtement de pluie, vêtement chaud, tee-shirt de rechange, lunettes de soleil, crème solaire, trousse à pharmacie, nécessaire de pique-nique, objets personnels, ...)
- Déjeuner pique-nique du jour (prévoir une boîte plastique)
- Eau en suffisance (gourde minimum 1,5 litres)

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. Pour les petites randonnées nous vous recommandons des chaussures de marche souples de type trekking avec une bonne semelle et un bon contrefort. Pour les randonnées en montagne de plus de 4h, prévoir des chaussures à tiges hautes, avec une semelle assez rigide. Attention, à vos chaussures restées trop longtemps dans un placard. La durée de vie d'une chaussure est de 2 à 5 ans. Au bout d'un certain temps les semelles se décollent et les coutures peuvent se déchirer.

Les vêtements spécifiques pour la randonnée

- Une veste coupe-vent imperméable (type goretex)
- Une veste polaire ou pull
- Un pantalon pour la marche, un short, des tee-shirts (privilégiez des matières respirantes)
- Vêtements de rechange et linge personnel
- Un maillot de bain et une serviette
- Pour le début et fin de saison prévoir des gants fins et un bonnet pour les randonnées en altitude

Le couchage

- Un drap de sac est essentiel pour tous les séjours impliquant des nuits en gîte, en refuge (couvertures fournies).
- Des bouchons d'oreille.

Le pique-nique

- Une boîte hermétique en plastique (0,8 L) pour transporter les salades des pique-niques.
- Couverts (fourchette, couteau pliant)
- Gourde 1,5 L minimum ou Camel back bien plus pratique...

Petit matériel

- Une paire de tennis, ou de sandalettes pour le soir
- Une paire de bâtons télescopiques (facultatifs)
- Lunettes et crème solaire
- Chapeau, casquette ou bob
- Appareil photo...
- Une petite trousse de toilette, avec serviette
- Une lampe de poche ou frontale
- Du papier hygiénique
- Une mini-pharmacie : médicaments personnels, Compeed pour les ampoules, élastoplaste, gaze, désinfectant, arnica en granules et aspirine en cas de petits bobos... une couverture de survie.