



Traversée des Pyrénées, du cirque de Lescun au cirque de Gavarnie

Ce parcours en altitude, alternant entre le versant français et espagnol aragonais, relie deux sites exceptionnels : le cirque de Lescun à celui de Gavarnie. Toute une palette de sites géologiques complètement différents. Une traversée presque intégrale du Parc National des Pyrénées avec sa richesse inégalable de faune sauvage, d'espèces végétales et animales endémiques et avec une vie humaine locale encore très préservée.

PROGRAMME

Jour 1 : Accueil à 19h à la gare de Bedous 64

Nous vous donnons rendez vous à 19h à la gare SNCF de Bedous puis transfert à Lescun pour y passer la nuit.

Si vous arrivez en voiture, possibilité de laisser votre voiture à la gare de Pau que vous retrouvez le soir du dernier jour. Prendre le train Pau Bedous

Présentation de votre séjour par votre accompagnateur, nuit et petit déjeuner à la maison de la montagne de Lescun

TYPE D'HÉBERGEMENT : en gîte

Jour 2 : Lescun - Ansabère - Lac de la Chourique-Arlet

Transfert matinal pour le pont Lamary départ vers les aiguilles d'Ansabère dont les vertigineuses parois calcaires rappellent les Dolomites. Après avoir franchi la crête frontière, premier passage en Espagne, nous longerons le lac de la Chourique ou Acherito pour rejoindre le col de Pau limite ouest du Parc National des Pyrénées. Un long cheminement en balcon nous permet d'arriver au lac et refuge d'Arlet. Il sera difficile d'éviter les nombreux troupeaux de brebis gardés par le fameux Patou des Pyrénées seul chien à ne pas fuir mais à faire face à l'ours présent dans ces hauteurs

TEMPS DE MARCHE : 7h

DÉNIVELÉ + : 1240 m

DÉNIVELÉ - : 840 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en refuge

Jour 3 : Arlet - Lac d'Estaens - Col du Somport

Petite montée au col d'Arlet, un panorama grandiose sur les vastes pâturages aragonais que nous allons traverser en descendant jusqu'au rio Aragon qui s'écoule péniblement en décrivant de larges méandres, le bleu des champs d'iris endémiques se confond avec celui du ciel ; ambiance far-west au milieu des nombreux troupeaux de vaches.

Ici il est fréquent d'observer le vautour d'Egypte ou percnoptère en quête de nourriture.

Perdu dans un paysage karstique et entouré de terre rougeâtre, le lac d'Estaens sera le bienvenu pour un rafraîchissement. Puis le sentier, à l'ombre des hêtres, nous amènera au col du Somport par une succession de petites montées et descentes.

TEMPS DE MARCHE : 6h30

DÉNIVELÉ + : 470 m

DÉNIVELÉ - : 750 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en gîte au col du Somport

Jour 4 : Somport - Col des Moines - Pombie

C'est du col des Moines que nous découvrons l'imposant pic du Midi d'Ossau avec ses deux pointes caractéristiques. Autre curiosité géologique, ce sommet est le reste d'un pan d'une caldeira. Haut lieu du pastoralisme, ici les bergers fabriquent dans de nombreuses cabanes, le fameux fromage pur brebis Ossau-Iraty. Dans le ciel le vol plané des vautours fauves profitent des thermiques pour repérer le cadavre d'une brebis C'est par le col de Peyreget que nous finirons cette longue journée pour atteindre le refuge de Pombie.

TEMPS DE MARCHE : 7h

DÉNIVELÉ + : 910 m

DÉNIVELÉ - : 510 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en refuge

Jour 5 : Pombie - Passage d'Orteig - Lac d'Arrémoulit - Refuge Respomuso

Nous quittons ce haut lieu d'escalade par une longue descente jusqu'au fond de la vallée qui mène au col du Pourtalet. S'en suit, une très longue montée jusqu'au passage d'Orteig, raccourci vertigineux mais équipé d'une main courante, pour faire une étape réconfortante au refuge d'Arrémoulit. Notre itinéraire se poursuit versant espagnol jusqu'au refuge de Respomuso parmi une myriade de lacs, témoins d'une activité glacière importante.

TEMPS DE MARCHE : 7h30

DÉNIVELÉ + : 1160 m

DÉNIVELÉ - : 990 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en refuge

Jour 6 : Respomuso - Col de la Fache - Marcadau

Variante du HRP évitant les contreforts granitiques du massif du Balaitous, après avoir longé de gros lacs barrage, la montée sur le col de la Fache se fait agréablement en bordure du torrent de Campoplano. Journée de récupération propice à l'observation des Isards, mais si la forme est là et que le temps le permet pourquoi ne pas monter jusqu'à la Grande Fache par son cheminement cairné pour un point de vue remarquable. La descente sur le refuge Wallon facilité par un grand névé dans sa partie supérieure se fait aisément par un sentier bien marqué

TEMPS DE MARCHE : 5h30 (+1h45 si aller-retour par la Grande Fache)

DÉNIVELÉ + : 750 m (+341 m si aller-retour par la Grande Fache)

DÉNIVELÉ - : 750 m (-341 m si aller-retour par la Grande Fache)

TYPE D'HÉBERGEMENT : en refuge

Jour 7 : Marcadau - Col d'Aratille - Col des Mulets - Refuge des Oulettes - Refuge Baysseance

Grosse étape, ambiance haute montagne qui passe par deux cols d'altitude 2528 pour le col d'Aratille et 2591 pour le col des Mulets, dernière virée en Espagne avec une vue intéressante sur le rio Ara. La descente raide sur le refuge des Oulettes se fait à travers

éboulis et reste de névés, elle nous permet de découvrir la prestigieuse face Nord du Vignemale plus haut sommet pyrénéen français. Dernière montée jusqu'au refuge de Baysellance pour clôturer cette très longue journée si nous faisons partie des 19 privilégiés (pour raison de sécurité) qui pourront dormir dans ce plus vieux refuge des Pyrénées, autrement il faudra rester au Oulettes

TEMPS DE MARCHE : 8h00

DÉNIVELÉ + : 1500 m

DÉNIVELÉ - : 630 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en refuge

Jour 8 : Baysellance - barrage d'Ossoue - Gavarnie

Dernière étape essentiellement en descente sauf si nous la démarrons du refuge des Oulettes. Nous laisserons en amont le glacier d'Ossoue accès au sommet du Vignemale par la voie normale, pour passer à proximité des grottes Bellevue creusées artificiellement par le comte Henry Russel entre 1881 et 1893. De nombreuses marmottes agrémenteront notre randonnée, elles sont toutes parentés à celle des Alpes, réintroduit à la création du Parc car elles avaient toutes disparues. L'arrivée sur Gavarnie se fait en suivant le Gr 10 après avoir contournée le lac barrage d'Ossoue. Nous voilà soudain en présence de la foule qui est venue admirer ce site d'exception : le Taillon et la Brèche de Roland, le pic du Maboré point culminant de ce cirque d'origine glaciaire, les cascades dont la plus haute s'écoule de ses 422 mètres.

Fin de notre traversée, un autobus en fin de d'après midi nous amène à la gare SNCF de Lourdes

TEMPS DE MARCHE : 6h00 (8h00 si départ des Oulettes)

DÉNIVELÉ + : 150 m (733 m si départ des Oulettes)

DÉNIVELÉ - : 1500 m (1580 m si départ des Oulettes)

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Nous vous donnons rendez vous à 19h à la gare SNCF de Bedous puis transfert à Lescun pour y passer la nuit.

Si vous arrivez en voiture, possibilité de laisser votre voiture à la gare de Pau que vous retrouvez le soir du dernier jour. Prendre le train Pau Bedous

DISPERSION

Le jour 8 en fin d'après-midi à la gare SNCF de Lourdes.

NIVEAU

Niveau 4 : Sportif.

Dénivelé positif moyen : 950 m par jour

Durée moyenne des étapes 7 h 00 par jour

Difficultés particulières : randonnées sur bons sentiers de montagne balisés, mais qui peuvent être parfois assez pentus ou caillouteux. Passage dans des dévers schisteux sans grandes difficultés. Quelques passages un peu exposés

HEBERGEMENT

2 nuits en gîte d'étape.

5 nuits en refuge de montagne.

Jour 1 : Maison de la montagne à Lescun

Jour 2 : Refuge d'Arlet

Jour 3 : Gîte du col du Somport ou Auberge Aysa

Jour 4 : Refuge FFCAM de Pombie

Jour 5 : Refuge Aragonais Respomuso

Jour 6 : Refuge Wallon Marcadau

Jour 7 : Refuge du FFCAM de Baysse

TRANSFERTS INTERNES

Transfert entre la gare sncf de Bedous et le village de Lescun: 15 mn

Transfert entre Lescun et le départ du Jour 2 et du jour 4 : 15 mn

Transfert de Gavarnie à la gare sncf de Lourdes par autobus 2 €/personne

PORTAGE DES BAGAGES

Sac léger pour les deux premiers jours. On récupère la totalité des bagages au gîte du Somport pour les jours suivants

GROUPE

Groupe de 4 à 10 personnes.

ENCADREMENT

Accompagnateur en montagne brevet d'état.

Tous les départs de ce séjour sont encadré par Alain, accompagnateur de La Vie Sauvage et originaire des Pyrénées.

MATERIEL FOURNI

contenumaterielourn

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

1 sac de montagne de 30 à 40 litres.

Vêtements :

- 1 sac de montagne de 30 à 40 l
- 1 chapeau de soleil ou casquette
- 1 foulard
- 1 bonnet et/ou bandeau
- 1 paire de gants légers
- T-shirts (1 pour 2 ou 3 jours de marche). Éviter le coton, très long à sécher ; préférer t-shirts manches courtes (matière respirante) en Capilène (Patagonia), Dryflo (Lowe Alpine), Light Effect (Odlo) etc...
- 1 sous-pull (remarques idem ci-dessus) ou chemise manches longues
- 1 veste en fourrure polaire
- 1 short ou bermuda
- 1 pantalon de trekking
- 1 pantalon confortable pour le soir
- 1 veste style Gore-tex, simple et légère
- 1 sur-pantalon imperméable ou poncho
- 1 maillot de bain
- Des sous-vêtements
- Chaussettes de marche (1 paire pour 2 à 3 jours de marche). Éviter les chaussettes type "tennis" (coton), très longues à sécher et risque élevé d'ampoules ; préférer celles à base de Coolmax par exemple.
- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville (semelle type Vibram)
- 1 paire de sandales ou paires de chaussures détente pour le soir.

Équipement :

- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité
- 1 paire de bâtons télescopiques (facultatif) : facilite les montées et les descentes et très utile pour évoluer sur des terrains accidentés ou glissants.

- 1 gourde (1.5 l de préférence)
- 1 lampe frontale (facultatif)
- 1 couverture de survie (facultative)
- 1 couteau de poche
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre son argent
- Nécessaire de toilette : prenez des produits biodégradables de préférence (il existe du savon liquide biodégradable de marque CAO).
- 1 serviette de toilette : ils en existent qui sèchent rapidement : marque Packtowl (existent en 4 tailles).
- Boule Quiès (facultatif)
- Papier toilette - Crème solaire + stick à lèvres.
- Un drap sac

Materiel pique-nique :

- Une boîte plastique hermétique pour transporter votre pique-nique.
- Un gobelet
- Des couverts

Pharmacie personnelle :

- Vos médicaments habituels
- Vitamine C ou polyvitamine
- Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- Bande adhésive élastique (type Elastoplast, en 6 cm de large)
- Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- Double peau (SOS Ampoules de marque Spenco, disponible en magasins de sport, en pharmacie, parapharmacie...)
- Barres énergétiques

LE PRIX COMPREND

- l'hébergement en pension complète du dîner du J1 au petit-déjeuner du J8 (avec pique-niques le midi),
- les taxes de séjour,
- l'encadrement par un accompagnateur en montagne français,
- les transferts minibus ou en bus nécessaire au déroulement du séjour dont celui entre Gavarnie et la gare SNCF de Lourdes le dernier jour,

LE PRIX NE COMPREND PAS

- le transport jusqu'au point de rendez-vous
- les boissons
- les assurances
- les visites de sites
- tout ce qui n'est pas indiqué dans " Les prix comprennent "

