



*gratis*

# Aqui que l'as *¡Ahí lo tienes!*

Valles de Gavarnie  
y País de Lourdes

REVISTA TURÍSTICA #4



---

**Explorar  
y cambiar de  
aires**

---

**Saborear  
los  
Pirineos**

---

**Al encuentro  
de la población  
local**

# Los valles al alcance de sus dedos

valleesdegavarnie.com ✨

AGENDA  
VIDA LOCAL  
ACTIVIDADES  
VISITAS  
RESTAURANTES  
OCIOS  
BIENESTAR  
EVENTOS ...



## Valles de Gavarnie y País de Lourdes

### SUMARIO

Vista general del territorio	p.4
Cómo llegar	p.5
Qué ver, qué hacer	p.6
De un valle al otro	p.9
Momentos intemporales	p.26
Naturaleza	p.30
En movimiento	p.40
Descubrimiento	p.44
Degustación	p.50
Relajación	p.54
En invierno	p.58
Conservar para transmitir mejor	p.62
Encuétranos	p.65

### LEYENDA

accesible para personas con movilidad reducida	para hacer con los niños pequeños	el itinerario se encuentra en el sitio web <a href="http://rando.valleesdegavarnie.com">rando.valleesdegavarnie.com</a>	se puede hacer en cualquier tiempo	se admiten perros con correa

Documento no contractual y no exhaustivo. La información se da sólo a título informativo indicativo y se detiene en el 15/06/2023. L'Agence Touristique des Vallées de Gavarnie no se hace responsable de los cambios en la información proporcionada. Queda prohibida cualquier representación o reproducción total o parcial de los artículos, fotografías y ilustraciones.



#### Espacios preservados

Parque nacional de los Pirineos  
Reserva Natural Regional de Pibeste-Aoulhet  
Reserva Natural de Néouvielle  
14 lugares NATURA 2000



#### El Sitio Pirineos-Monte Perdido en el Patrimonio Mundial de la UNESCO

Con los tres circos glaciares de Gavarnie, Estaubé y Troumouse



#### RICE

Reserva Internacional del Cielo Estrellado del Pic du Midi de Bigorre



#### Punto culminante

Vignemale 3 298 m

#### Dirección de la publicación

Vallées de Gavarnie  
Terrasse Jacques Chancel  
15, place de la République  
65400 Argelès-Gazost  
[infotourisme@valleesdegavarnie.com](mailto:infotourisme@valleesdegavarnie.com)

#### Ilustraciones

David TOISER *Forma*

#### Grafismo

Vallées de Gavarnie / David TOISER

#### Impresión 2023

RSI - JOMAGAR  
2 500 copias, versión en español



Impreso en papel PEFC

#### Créditos fotográficos

Vallées de Gavarnie / Raïssa Djedje  
Tristan Buchot / Antoine Garcia  
Pierre Meyer / Julien Liron  
Manon Vallin  
OT Saint-Pé-de-Bigorre  
OT LUZ / Luz Ardiden / Luzéa  
Luz Aventure / Fanny Vila  
French Cliff Connection  
Kim Ohliger / Marion Lavit  
P. Vincent / OT Lourdes  
Confiserie des Gaves  
D. Courriades / M. Beauge  
Laurent Attias, Huguette et Prosper  
Paul Quintana - NPY  
HPTE Eric Martin / Worldelse  
RNR Pibeste-Aoulhet  
N. Imbert / Damien Lapierre  
Clément Latapie / Matthieu Pinault



VALLEESDEGAVARNIE.COM



VALLÉES DE GAVARNIE  
PYRÉNÉES



Projet cofinancé par le Fonds Européen de Développement Régional




## editorial


*Aquí se escriben las primeras líneas de tu historia en nuestros valles. A lo largo de estas pocas páginas, compartiremos contigo el amor incondicional que sentimos por nuestra región. Orgullosos de ser los representantes de un territorio rico y diversificado, queremos llevarte de viaje por los lugares más bellos de los Altos Pirineos. Desde sus lagos hasta sus cumbres, pasando por sus encantadores pueblos y monumentos culturales, nuestras montañas no dejarán de sorprenderte. Tienen el extraordinario poder de cambiar tu forma de vivir y de ver el mundo. Cuando vengas aquí, prepárate para vivir momentos llenos de paisajes impresionantes, degustaciones gastronómicas, actividades intensas, pero también y sobre todo encuentros emocionantes con las mujeres y los hombres que hacen vivir y brillar nuestro hermoso rincón de los Pirineos.*

*Desde Lourdes hasta Gavarnie, te damos la bienvenida a nuestro hermoso país.*

### Cómo llegar

- 

**En avión**  
aeropuerto de Tarbes-Lourdes-Pyrénées a 10 min de Lourdes. Autobuses de enlace desde el aeropuerto hasta Lourdes y las estaciones de esquí.
- 

**En tren**  
acceso estación de Lourdes y transporte público que conecta todos los valles.
- 

**En coche**  
desde Toulouse por la A64/ Burdeos por la A65.
- 

**En autocar**  
desde la estación de Tarbes y Lourdes o el aeropuerto en la línea 965.

# • Qué ver, qué hacer



## Pasar la noche en un refugio

Si hay un momento que se debe vivir en la montaña, es este. Los refugios de montaña son mucho más que meros lugares de paso, son puntos de encuentro para compartir experiencias muy enriquecedoras. Cada uno tiene su encanto, su particularidad y es el reflejo de su entorno, su historia y también, y sobre todo, de su guarda.



## Ir de compras

Los mercados son una verdadera inmersión en la vida local, una invitación al viaje por la historia, las tradiciones y la cultura local. Toca, huele y prueba el delicioso sabor de los Pirineos...



## Primer salto en puenting

Atrévete a dar el gran salto desde lo alto del puente de Napoleón. Este enclave de excepción es el lugar ideal para esta experiencia de saltar al vacío en el corazón de los Pirineos...



## Rafting en el Gave

El río Gave, con un descenso apacible y más deportivo en los rápidos, es un terreno de juegos ideal para el rafting. Embárcate con monitores experimentados y déjate llevar para descubrir los valles desde otro ángulo.



## Tocar las estrellas en el Pic du Midi

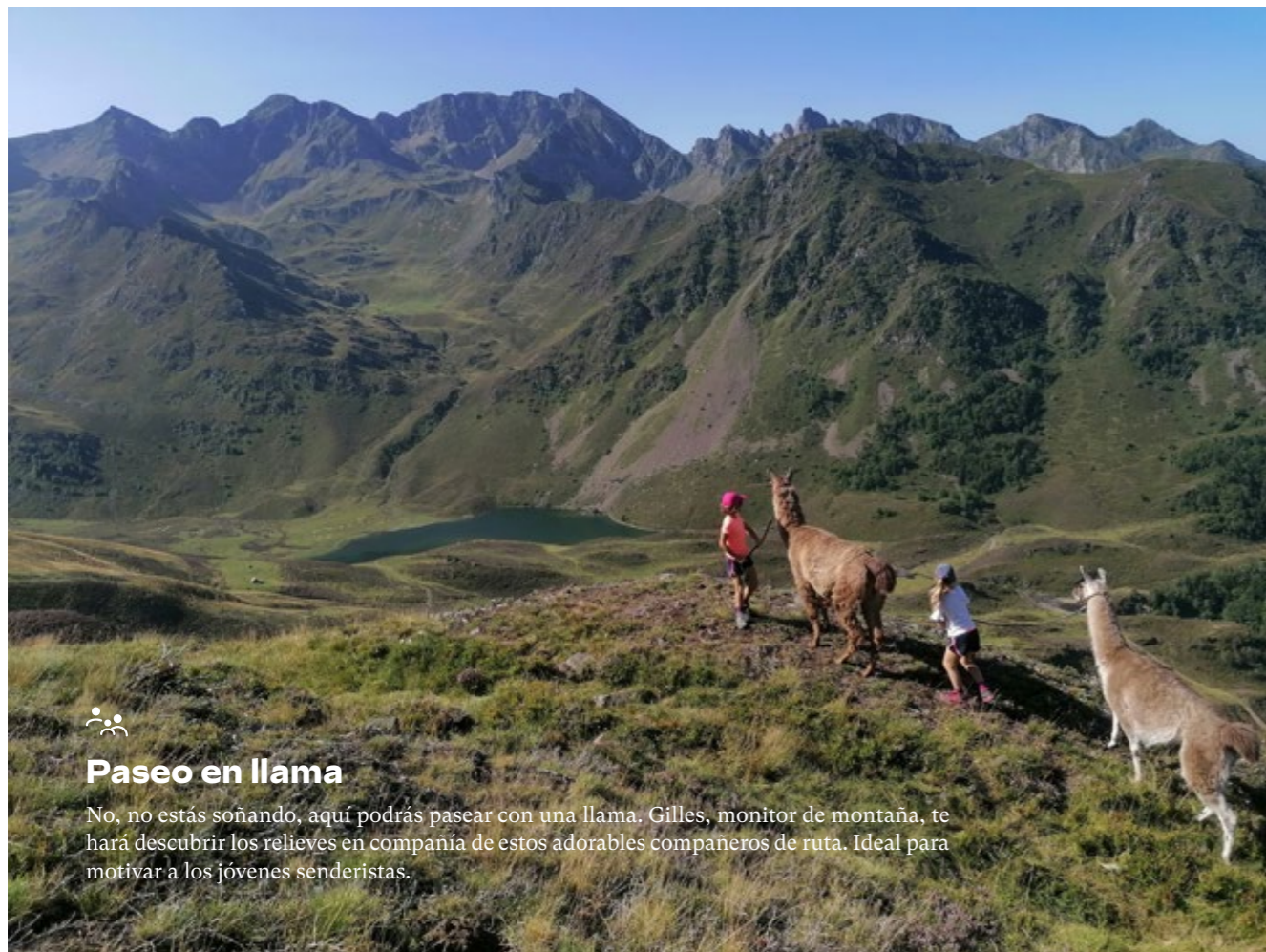
En lo alto del Pic du Midi estarás en un espacio intermedio exquisito a medio camino entre la tierra firme y las estrellas. Un nuevo mundo te abre las puertas a 2877 m de altura...



## Participar en una procesión de antorchas

Todas las noches de abril a octubre, participa en este momento de Lourdes. Recorre, antorcha en mano, la explanada del Santuario de Nuestra Señora de Lourdes y añade tu luz a la de otros miles de personas que te rodean.

Consulta todas las actividades disponibles en el territorio y los contactos de los proveedores en las Oficinas de Turismo, contactos p. 66.



### Paseo en llama

No, no estás soñando, aquí podrás pasear con una llama. Gilles, monitor de montaña, te hará descubrir los relieves en compañía de estos adorables compañeros de ruta. Ideal para motivar a los jóvenes senderistas.



### Aventuras en BTT en los Bike Parks

Súbete a tu BTT y disfruta de los Bike Parks durante todo el verano en los bosques de Barèges, en el Pic du Jer o en las crestas de Lys en Cauterets. Para todos los niveles y edades, solo hay que lanzarse.



### Explorar la cara oculta de los Pirineos

El mundo subterráneo, el verdadero pilar de nuestras montañas, no necesita luz para brillar; más bien al contrario, es en la penumbra donde radica su mayor belleza. Con cualquier clima, apúntate a una salida espeleológica para descubrir este rico patrimonio de salas, estalactitas, concreciones y ríos subterráneos.



# • De un valle al otro

Lourdes

Si hubiera que resumir Lourdes en...

1 lago

**El lago de Lourdes**, un paraje natural a un paso de la ciudad.

psst...

La Candelaría recupera varias veces al día la parafina de las velas consumidas para la fabricación de las nuevas.



« ...He nacido y crecido en Lourdes y hago ciclismo porque la zona es alucinante. Hay varios tipos de terrenos, el Pic du Jer, el Béout o las riberas en dirección al valle de Argelès. Pero lo que me ha hecho mejorar realmente es el Pic du Jer, he mejorado un poco al mismo tiempo que él. Además, Lourdes está en el Camino del Piamonte, lo que permite poder practicar BTT en invierno y en verano...»

Irénée Menjou  
**Ciclista profesional de BTT modalidad enduro**



la vaca lourdesa

1 animal

una raza local y auténtica con cuernos en forma de lira.



1 paisaje

**El Pic du Jer** accesible en funicular, será el escenario de tus fotos más bellas.



## El Santuario



El Santuario de Nuestra Señora de Lourdes, mundialmente conocido por su faceta espiritual, también es un lugar histórico con múltiples tesoros. El recinto construido alrededor de la Gruta de Massabielle acumula décadas de historia. Cada basílica y edificio están íntimamente ligados al vasto conjunto arquitectónico del Santuario de Lourdes. A llegar, desde la explanada del Rosario, se ve de frente la Basílica homónima que ofrece espléndidas capillas cubiertas de mosaicos. Está conectada con la Basílica de la Inmaculada Concepción por unos arcos que invita a la contemplación. Encontrarás esta basílica, denominada superior, edificada en la piedra y magnificada por vidrieras que representan la historia de las apariciones. Pero, ante todo, debes adentrarte en la intimidad de la cripta, primer lugar de culto construido después de las apariciones. Para completar la visita, una proeza arquitectónica: La Basílica Saint-Pie X, de forma elipsoidal, completamente construida bajo tierra para el centenario de las apariciones, y sus tres conjuntos de pinturas gemológicas. Son muchas las emociones que aquí reúnen a curiosos y peregrinos de toda condición. Aquí es donde reside la belleza y el poder de este lugar único que hay que ver al menos una vez en la vida.



1 lugar

**El castillo-fortaleza de Lourdes y el museo Pirenaico centenario** encaramado en un pico rocoso en la parte alta de la ciudad y con unas magníficas vistas.



1 excursión

**El Béout**, una caminata familiar que cuenta la historia de la extracción de sarcófagos en Lourdes. Salida desde el aparcamiento del Arrouza.

Fácil, 2h30 I/V. 10 km, 400 d+.



1 highlight

**Las "Estivales de Lourdes"** es el programa de verano que tendrá lugar entre el 21 de junio y finales de septiembre del 2023 para que todos disfruten.





## Punto de partida de actividades deportivas

Aunque es conocida por su patrimonio histórico, Lourdes también ofrece grandes posibilidades para el ciclismo. En 2022, Lourdes acogerá siete grandes eventos, como la Copa del Mundo de descenso en BTT por tercera vez. El Tour de Francia y el Tour femenino Internacional de los Pirineos. Tanto si es un ciclista experimentado como si es principiante, en solitario o en familia, hay 100 km de senderos para BTT en Lourdes y sus alrededores, con 22 rutas para BTT, un bike park y un single park para niños. También puedes llegar a los valles de Gavarnie desde la « Vía Verde de los Gaves », que ha recibido la etiqueta de turismo para discapacitados « Tourisme & Handicap ».



Saint-Pé-de-Bigorre

## Si hubiera que resumir Saint-Pé en...

1 lugar con agua  

En el bosque de Trescrouts, visita **los riachuelos de los « Génies »** que discurren apaciblemente entre la vegetación exuberante y que dan lugar a un ambiente mágico.

1 excursión  

Si se toma el **sendero kárstico**, se pueden admirar paisajes calcáreos fisurados por el agua, perforados por grutas y simas y una fauna y una flora notables.

1 paisaje   

**La meseta del Mousqué**, accesible en coche o a pie por un sendero señalizado, ofrece unas magníficas vistas del macizo al sur y hasta la ciudad de Pau al norte.






1 evento

Las noches de **“Côteletes étoilées”** proponen caminatas guiadas con aperitivo, cena con productos locales, y después de la puesta del sol retorno con linterna frontal en un ambiente convivial.

« ...Lo que me sedujo fue el entorno de este pequeño municipio en medio de montañas muy verdes con toda la naturaleza muy presente en el macizo de Pibeste-Aoulhet. Esta naturaleza salvaje también alberga un núcleo patrimonial con una plaza con arcadas, una antigua iglesia abacial y todas las casas particulares que van del siglo XVI al XIX. En 2022, Saint-Pé celebró el milenario de la fundación de la abadía. Una historia mucho más antigua, ya que el macizo es testigo de la prehistoria. »

Thibaut de Rouvray – **Historiador**



1 lugar   

**La iglesia abacial de Saint-Pierre**, monumento histórico protegido, fue fundado a principios del siglo XI. Alberga la llave de San Pedro, reliquia venerada por los peregrinos en su camino a Compostela.



El macizo kárstico de Saint-Pé-de-Bigorre es un verdadero queso de gruyere con sus más de **1800 cuevas catalogadas**.



## Gastronomía local bajo una lluvia de estrellas

En verano, acompañado por un guía de montaña, podrás vivir una experiencia insólita: una excursión nocturna con sabores locales. A las 19h te estará esperando en la place des Arcades de Saint-Pé-de-Bigorre para salir en dirección a las laderas. Tras una hora de marcha fácil durante la cual el guía compartirá sus mejores anécdotas, llegarás al Mousqué. Este lugar con robles centenarios es un magnífico rincón donde preparar el fuego y compartir una buena comida con sabores locales: chuletas, embutidos, quesos locales, tourte de los Pirineos... Tras este agradable momento, contempla la puesta de sol en la llanura de Pau. Este bello paisaje cambia a medida que cae la noche; poco a poco va apareciendo la luna y las primeras estrellas. Un momento mágico...

## En Saint-Pé, un mundo puede esconder otro...

En la superficie, el valle de Saint-Pé-de-Bigorre rebosa de tesoros naturales y culturales y brilla por su ambiente pintoresco. Cuando paseamos por sus apacibles caminos, estamos lejos de sospechar que existe otro mundo bajo nuestros pies... Sin embargo, en las entrañas de este macizo hay más de 1800 cuevas. Un verdadero paraíso para las salidas de espeleología. Si quieres explorar sin traje de neopreno, la visita a las cuevas de Bétharram es un buen compromiso. Descubiertas en 1819, Léon Ross las electrificó unos años más tarde para abrirlas al gran público y permitir que la población de los alrededores se beneficiara de esta nueva comodidad: la luz. Para añadir un toque de inusualidad, disfruta de parte de la visita desde un barco que navega entre estalactitas y estalagmitas en el lago de las cuevas. Sigue con una visita en un pequeño tren, espacioso y silencioso con ruedas de goma y bancos al aire libre en un recorrido de 700 m. Un momento de descubrimiento en las entrañas de la tierra accesible para todos y en todo momento.

1 animal

Muy presente en el bosque musgoso de Saint-Pé, los excursionistas curiosos y atentos podrán observarla durante el día, después de una lluvia generosa.



## Si hubiera que resumir el valle de Argelès en...

### 1 excursión

**El Puerto de Andorra** y sus vistas despejadas del valle de Bergons y la cuenca de Argelès-Gazost.

Fácil, inicio de la pista de Bergons. 3h30 I/V. 8,2 km, 420 m d+.

### 1 paisaje

**El pico del Pibeste** se puede ver la ciudad de Lourdes y las cimas de los valles de Gavarnie.

Intermedia, salida de Ouzous. 5h, I/V. 12.3 km, 850 m d+.

### 1 lugar

**El mirador nocturno** en Hautacam, donde un panel pedagógico le explica las constelaciones y un espacio para tumbarse y contemplar las estrellas...



Argelès-Gazost



« ...Vivir aquí es una maravilla. De este valle me gusta todo, su historia, la riqueza de su fauna salvaje, la diversidad de su flora y evidentemente todas las huellas que los humanos han ido dejando durante siglos y que tanto nos enseñan en la actualidad... »

Gilles Tosca – **Guía de paseos con llamas**

### 1 evento

**La fiesta de los perros de los Pirineos los días 15 al 17 de septiembre de 2023**, una importante cita de ámbito internacional en Argelès-Gazost, cuna de la raza. Verdadera inmersión en la vida local y las tradiciones.



La Voie Verte que une a los pueblos de Lourdes y Pierrefitte-Nestalas era antiguamente una vía ferrea.



el Patou de los Pyreneos

### 1 lago

**El lago de Ourrec** en forma de corazón fácilmente accesible desde Hautacam.

Medio, 4h25 I/V. 12,5 km, 470 m d+.



### 1 animal

Este perro blanco de aspecto imponente es una gran ayuda para los pastores pirenaicos que les confían sus rebaños en la estiva.

## El valle de Argelès-Gazost

Como una llave, el valle de Argelès-Gazost te abre las puertas del resto de valles. En la confluencia de numerosos puntos de interés como los Grandes Lugares de Occitania, es mucho más que un lugar de paso y alberga numerosas ventajas. Su ciudad típica de los Altos Pirineos rebosa de vida y tradiciones como su mercado local muy concurrido en verano y en invierno. Los pueblitos de los alrededores, con un patrimonio rico y numerosos lugares con buenas vistas, realzan el encanto de este bello rincón de los Pirineos. El pueblo medieval de Saint-Savin y su iglesia abacial son un perfecto ejemplo de ello. El valle también es la tierra de acogida de un centro termal y de una estación, Hautacam, que se puede visitar en invierno y en verano. Aquí encontrarás propuestas para colmar tus deseos de descubrimiento y de naturaleza en la Reserva del Pibeste-Aoulhet, con múltiples rutas senderistas a pie o con raquetas de nieve para ascender y apreciar el territorio en su totalidad. También puedes ir al encuentro de la fauna local en el Parc Animalier des Pyrénées o ver rapaces en el Donjon des Aigles. Y, a lo largo del año, disfrutar de los importantes eventos que ofrece esta ciudad resplandeciente como la fiesta de los perros de los Pirineos, la trashumancia y muchos más.

## La diversión no tiene estaciones en Hautacam

Si su ascensión es bien conocida en el Tour de Francia, Hautacam brilla por su accesibilidad y su vista despejada de los valles. Ideal para las familias, este centro 4 estaciones propone actividades a lo largo del año. Embárcate a bordo del Mountain Luge, un trineo sobre raíles que recorre Hautacam a la velocidad que quieras (de 10 a 45 km/h). Disfruta también de los patinetes eléctricos, déval'kart, Zippy bike, Tubby Jump, Explor Games® o senderismo para descubrir todas las facetas de estas cimas. En invierno, cuando los relieves se cubren de un manto blanco puro, un nuevo mundo abre sus puertas. Mountain Luge, Zippy Bike y Tubby Jump están siempre disponibles, pero el esquí, las raquetas de nieve y el trino llenan el programa. Como ves, en Hautacam no hay lugar para el aburrimiento. A tu llegada, enseguida encontrarás 1001 actividades para hacer...





Si hubiera que resumir  
Val d'Azun en...

**1 lago**

El bello **lago Plaa de Prat**, en pleno corazón de los Pirineos.

Salida desde el lago de Estaing, 4h I/V. Intermedio, 12 km, 505 d+.

**1 paisaje**

**El Pic de Bazès** en el inicio del cuello de Couraduque. Esta pequeña cima de Val d'Azun ofrece unas vistas panorámicas.

Intermedio, 3h I/V 6,5 km, 500 m d+.



**1 lugar**

**La casa de las artes**, abacial de Arras. Esta antiguo presbiterio se ha restaurado y se ha convertido en la Casa de las Artes (Maison des Arts). Una mediateca y dos salas de exposiciones reciben a los visitantes durante todo el año.



**1 animal**

Esta ave mediterránea con plumaje azul gris se ha observado recientemente en Val d'Azun.



En el **Liantran**, se han descubierto los vestigios de una zona pastoral en el Val d'Azun, a 1820 metros de altitud.



**1 evento**

**La fiesta del cielo en el puerto de Couraduque**, el 9 y 10 de septiembre de 2023. Durante un fin de semana, alza la vista y observa la naturaleza, las rapaces, los globos aerostáticos y participa en los talleres, stands y conferencias...



**1 excursión**

La excursión hasta el **refuge du Larribet**, colgado en su promontorio rocoso en una bella decoración mineral donde puedes tener la suerte de observar rebecos.

Salida del aparcamiento de Plan d'Aste, 4h30 I/V. Intermedio, 9,94 km, 590 d+.

« Caí en la marmita mágica de Val d'Azun hace 25 años, atrapada por las montañas... Lo que me atrae aquí es la idea de este valle con gran personalidad en todos los pueblos. Se nota que la gente aquí está enraizada y cuidan del territorio, pero también notamos que los forasteros vienen y al parecer se integran bien, me encanta esta mezcla...»

Karine Depeyre – **Propietaria del Bar-librería Le Kairn en Arras-en-Lavedan**



**Aire libre en pleno corazón**

Es imposible resumir Val d'Azun en una única disciplina habida cuenta de la diversidad de paisajes y de las posibilidades que ofrece. Si es casi indudable que los excursionistas encontrarán aquí itinerarios a su medida, los amantes del trail y los ciclistas no se quedan atrás. En bicicleta, los puertos de Soulor, Couraduque o de Aubisque serán grandes retos para seguir las huellas de los grandes nombres del ciclismo del Tour de Francia. Mientras pedaleas por los numerosos senderos que cruzan los relieves, desde la iniciación al kilómetro vertical podrás superar tus límites en un entorno excepcional. A pie, alterna entre lagos con mil reflejos, bosques, mesetas o cimas y visita los más bellos caminos del Parque nacional de los Pirineos. Por último, disfruta también de salidas en patinete eléctrico y descensos en tirolina en el Soulor para descubrir nuevas facetas insólitas del Val d'Azun.






**Una tierra de tradiciones**

En este valle existe una marcada tendencia de preservación de las tradiciones pastorales. Entre montañas, bosques y prados, los campos de Val d'Azun se suceden desde hace cientos de años. Aquí el tiempo se ralentiza, casi se detiene. Las estaciones y los años pasan, pero las tradiciones y los conocimientos de estos pastores permanecen. Con el buen tiempo, los rebaños inician la estiva en los pastos de la alta montaña mientras que los ganaderos cultivan las planicies del Val d'Azun para cosechar la hierba tierna. Cuando empieza a hacer frío, los animales vuelven a la calidez de los establos, se alimentan del heno cosechado durante todo el verano y dejan libre el lugar para las actividades nórdicas en las vastas extensiones de nieve. Con estos cuidados, los rebaños producen recursos de gran calidad que hacen la fama del valle. El delicioso queso «Val d'Azun-Pyrénées» es un ejemplo perfecto de ello.

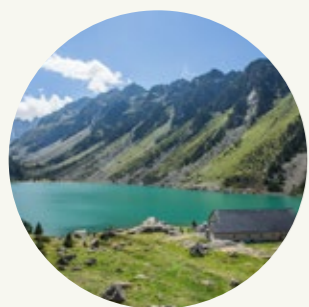
## Si hubiera que resumir Cauterets en...

### 1 paisaje

**El Belvédère d'Aoumède**, en Cauterets. Accesible a pie desde el centro de Cauterets. Es un mirador con unas vistas impresionantes del pueblo y de las cimas de los alrededores.   



### 1 evento

**El Trail des Balcons** el 1 de julio de 2023. Existen 3 formatos para este trail: 10 km, 20 km o 47 km alrededor de Cauterets.



### 1 lago

**El lago de Gaube** de aguas esmeralda, frente al Vignemale.

Accesible fácilmente en verano con los remontes mecánicos o en 1h30 desde el aparcamiento de Puntas en el Pont d'Espagne. Fácil, 3h30 I/V. 4,9 km, 296 m d+.  



### 1 animal

Emblema de Cauterets, este animal puebla las montañas y disfruta del entorno preservado del Parque nacional. Es posible observarlos las mañanas de verano en las caras expuestas al sol.

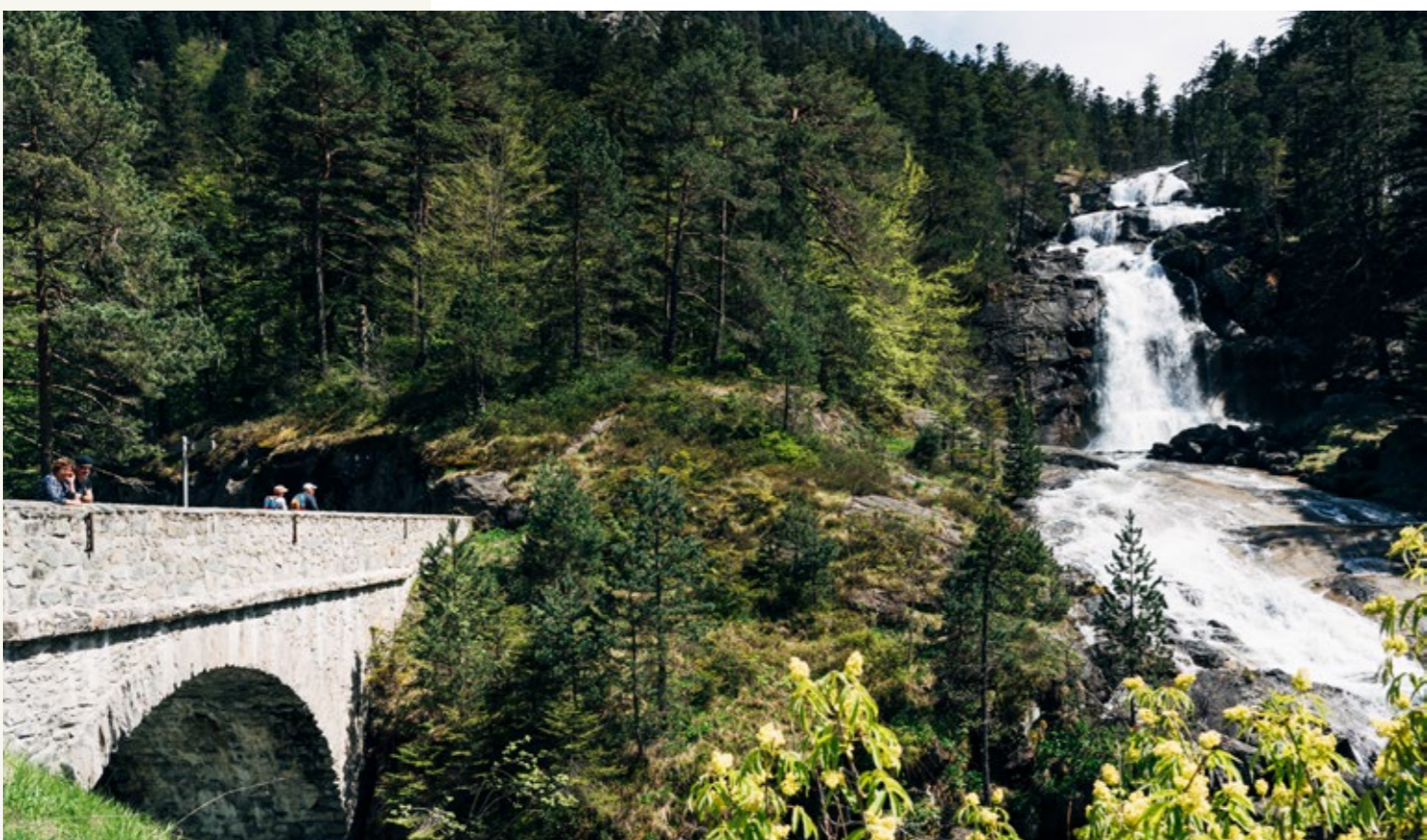


La calefacción de una parte de los edificios públicos de Cauterets, como la piscina, el ayuntamiento o la casa de la montaña se realiza con **agua termal**, caliente de forma natural.



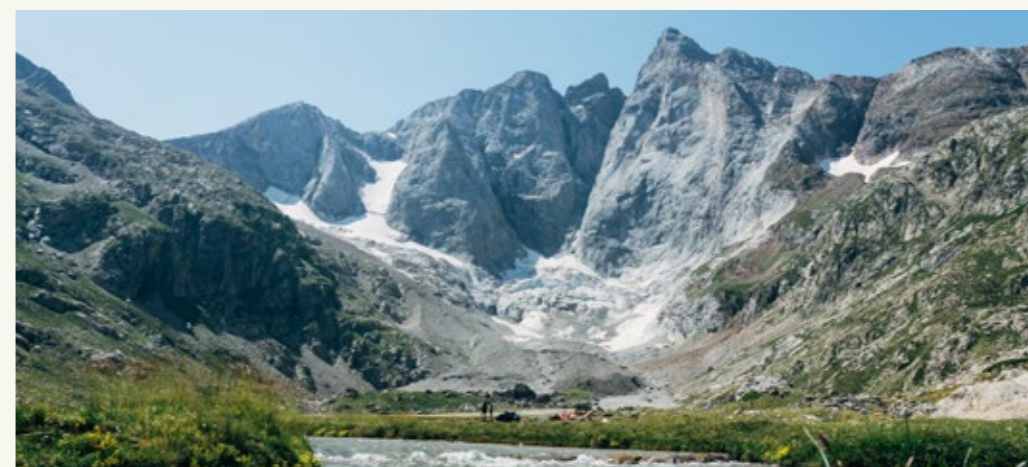
« ... Lo que me gusta de Cauterets es que encontramos todo lo que se puede encontrar en los Pirineos concentrado en un valle. Tenemos magníficos bosques primarios que han permanecido intactos gracias a la conservación del Parque nacional de los Pirineos en un espléndido macizo granítico con cascadas, lagos... Cuando nos acercamos más a la alta montaña encontramos el Vignemale, el macizo más alpino de los Pirineos con su pared vertical de 900 m de altura, una dimensión glacial y esta vertiente de desfiladeros calcáreos... »

Pierre Meyer – **Fotógrafo**



## Un pueblo comprometido, una naturaleza preservada

Enclavado en las montañas, Cauterets es un pequeño pueblo dinámico que se funde a la perfección en el paisaje pirenaico. De la tierra al cielo, de las flores a las estrellas, cada elemento natural es querido y respetado. La naturaleza es soberana y los habitantes de Cauterets son los guardianes de este patrimonio rico y frágil. Para que se mantenga así y que su fasto sea la mejor herencia que podemos dejar a nuestros hijos, conviene protegerla. Con esta idea se creó la Reserva Internacional del Cielo Estrellado que protege y preserva la noche y el Parque nacional de los Pirineos. Este último alberga una fauna y una flora diversificadas con las cuales locales y visitantes viven en armonía. Rebecos, íbices, marmotas y quebrantahuesos han encontrado aquí un refugio en el que evolucionar tranquilamente. La Maison du Parc de Cauterets es un templo dedicado a este espacio natural y te ayudará a conocer mejor este territorio y sus recursos para convertirte en un actor de su conservación.



## Punto de partida de grandes emociones

Si bien es cierto que Cauterets es ideal para pasear por sus bonitas calles de rico patrimonio y relajarse en las aguas termales de los Bains du Rocher, también es un destino de grandes emociones. A pie, o con raquetas de nieve en invierno, disfruta de sus más bellas excursiones al lago de Gaube y las vistas del Vignemale, el imprescindible Pont d'Espagne o la Fruitière. Soleados o nevados, estos paisajes son las musas ideales para tomar tus más bellas instantáneas durante las caminatas en compañía de un fotógrafo profesional. Tómate también el tiempo para degustar el sabor de Cauterets a través de sus deliciosos productos locales que podrás comprar en el mercado o directamente a los productores. ¿Y qué mejor lugar de picnic que una pared de vía ferrata para disfrutar de estos manjares?

Por último, cuando caiga la noche, déjate tentar por el calor de una velada en un iglú... Cauterets ofrece todas estas actividades y muchas más en todas las estaciones.



### 1 lugar

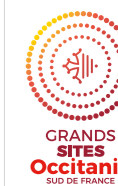
**La estación de madera** de Cauterets. Edificada en 1898 para el acceso en tren de los viajeros y clientes de los balnearios. El tren llegaba hasta el pueblo. En la actualidad es una estación de autobuses y sala de espectáculos.



### 1 excursión

**Lago de Ilhéou**, en verano desde las crestas del Lys (en telecabina + telesilla) para una caminata asequible en familia o con inicio en Cambasque.

Fácil, 3h30 I/V. 9,1 km, 630 m d+.



# Cauterets

## Si hubiera que resumir Barèges en...

### 1 lago

Aquí es imposible elegir solo uno. Haz el circuito de los lagos, **tour des lacs**, cerca de la Reserva de Néouvielle y que ofrece 1001 tonos de azul.

Difícil, 7h30 Circular. 17,4 km, 1.100 m d+.

### 1 paisaje

**El mirador de Saint-Justin desde Barèges.** Este paseo muy asequible conduce hasta unas formidables vistas del valle.

Muy fácil, 2 h 15 circular. 4,9 km, 80 m d+.



### 1 evento

Descubre **el Bike Park de Barèges** y sus senderos para todos los niveles atravesando los bosques de Laquette, Lienz y Ayré.



En el pasado, Barèges organizaba campeonatos de Francia de esquí y competiciones internacionales. En el Ayré había pistas a las que se accedía con un funicular y un trampolín para la práctica del salto de esquí.



« ...Barèges es una estación termal, mi pueblo es pequeño pero muy bonito... El alma de Barèges es el antiguo pueblo con la estación de esquí en invierno y sus famosas pistas que han acogido a campeones como Annie Famose... y en verano hay rutas de senderismo accesibles para muchas familias, lagos, escalada y el Pic du Midi que domina el gran valle... »

Louissette – **Restauradora en el Albergue « Chez Louissette » en Barèges**



### 1 excursión

**La montaña en flor**, salida desde Barèges. Esta excursión bucólica ofrece unas vistas despejadas del valle de Bastan y hasta Gavarnie.

Intermedio, 4 h Circular. 11,4 km, 730 m d+.

## Los pueblos colgados del Valle de Barèges



Colgados en la ladera de la montaña, los pueblos de Labatsus jalonan el valle de Barèges y visten las laderas de la montaña con sus encantadoras piedras antiguas llenas de historia. El viaje para descubrir este rico patrimonio comienza en Esterre. Aquí encontrarás las ruinas del castillo Sainte-Marie, un magnífico vestigio de la historia del «País de Toy». A continuación, continuarás hasta Vielha, donde te espera su notable fuente del pastor con la hermosa cascada de Jeantoy al fondo.

Llegarás a Betpouey, un pequeño pueblo que vive al ritmo de los cencerros de las ovejas que campan a sus anchas en las vastas extensiones verdes. Continuarás hacia Sers, un bonito y soleado pueblo, donde podrás desviarte hacia el oratorio de Saint-Justin situado en la parte alta del pueblo. La vista es sublime. Finalmente, atravesarás Vey y su hermoso lavadero frente al cual podrás hacer una parada fotográfica antes de llegar a Esterre. Esta excursión por el patrimonio es una verdadera inmersión en la vida local...



El urogallo occidental

### 1 animal

El urogallo occidental que encuentra refugio en el bosque del Ayré.



## Pic du Midi, trampolín hacia la Reserva Internacional del Cielo Estrellado

Guardián eterno de los cielos, el Pic du Midi es la prueba de que los sueños más locos pueden hacerse realidad siempre que se disponga de los medios para cumplirlos. Testigo de la extraordinaria epopeya del Hombre a la conquista de las estrellas, actualmente se encuentra en el centro de la Reserva internacional del Cielo Estrellado (RICE) y alberga el planetario más alto de Europa con su observatorio y su museo. El espectáculo empieza nada más entrar en el teleférico. Sube hasta 2877 metros de altura y descubre poco a poco este mundo aparte que se desvela a medida que vas subiendo. Una vez arriba, la mirada se pierde en el paisaje a 360° en las cimas pirenaicas desde los 600 m<sup>2</sup> de terraza o desde el mirador en voladizo sobre el vacío. La experiencia es fascinante. Para aprovechar al máximo este lugar único, concédete una pausa gastronómica en el restaurante y, por qué no, una noche dedicada a las estrellas...

### 1 lugar

**El Pic du Midi**, su observatorio y el museo que cuenta la epopeya extraordinaria del Hombre a la conquista de las estrellas.



**Si hubiera que resumir Luz-Saint-Sauveur en...**

**1 lago**

**El lago de Bastampe** y su isla de pinos negros accesibles desde Luz. Dificil, 6h15 I/V. 13 km, 1.150 m d+.



**1 excursión**

**El Puerto de Riou** con salida desde Luz Ardiden con su vista panorámica de Luz-Saint-Sauveur y las míticas cimas circundantes.

Salida desde el aparcamiento de Bédéret, 1h. Intermedio, 269 m d+.



**1 lugar**

**El Museo Hang'Art**, espacio de arte contemporáneo que ofrece exposiciones, talleres, conferencias, encuentros...



**1 evento**

**Jazz à Luz del 12 al 15 de julio de 2023** un festival de altura creativo donde se mezcla jazz contemporáneo, música improvisada, actual y futura.



La palabra « **TOY** », que significa «pequeño» en gascón, era un apodo utilizado en el pasado para referirse a los habitantes de los altos valles pirenaicos.



*«...El valle de Luz sigue teniendo un interesante patrimonio cultural, ya sea historia, canto o patrimonio. Por ejemplo, tenemos un grupo con algunos amigos. Nos gusta transmitir las viejas canciones que nos dejaron nuestros antepasados, en francés o en el habla local. Nos permite transmitir este lado tradicional y festivo tan característico de nuestro valle...»*

Matthieu Cumia  
**Pastor y cantante pirenaico**



**Luz-Saint-Sauveur, de una callejuela a otra**



En la encrucijada de los valles, Luz-Saint-Sauveur es una burbuja cálida y animada que conviene descubrir en cualquier estación. El encanto de esta bonita ciudad reside sobre todo en el sorprendente contraste entre la arquitectura napoleónica y el patrimonio histórico heredado de los grandes momentos de la época medieval. Déjate guiar por la llamada de las piedras antiguas, el arte de la forja, la nobleza de los marcos de mármol y el suave sonido de los lavaderos que te cuentan la historia de Luz de antaño. Desde el centro histórico hasta el barrio termal, un paseo te llevará hasta la iglesia fortificada de Saint-André, conocida como «des Templiers», a la encantadora capilla de Solferino, a las Thermes Luzéa, a la majestuosa sala termal y al imponente Puente Napoleón.

**Los pueblos del valle de Luz**



Aquí encontramos una sucesión de pueblos, pero ninguno se parece al anterior. Cada uno de ellos ofrece un nuevo reflejo de las montañas circundantes. Con el paso de las estaciones, los pueblos se transforman y se redescubren más y más. Cada piedra y cada pizarra es un fragmento de historia, la de las personas que han dado forma a estos lugares y han contribuido a su riqueza. Disfruta del panorama desde el castillo de Sainte-Marie, déjate guiar durante la visita de los molinos de Sazos, contempla los monumentos religiosos, pasea por las callejuelas foridas de Viscos... Esterre, Esquièze-Sère, Vizos, Viscos, Saligos, Sazos, Chèze, Grust o Sassis: nombres de pueblos muy de aquí y que bien merecen el rodeo. Como habrás comprendido, cada uno de estos pequeños pueblos es una invitación a descubrir una nueva faceta de los Pirineos, una oportunidad para participar en la vida cultural local y apreciar sus encantos y su jovialidad.



**1 paisaje**

**La Capilla Solferino** en la parte alta del pueblo, tras las huellas de Napoleón III y Eugenia.



**1 animal**

La oveja, emblema de la actividad agrícola y pastoral importante del valle bajo la protección de su AOP Barèges-Gavarnie.



Luz-Saint-Sauveur

## Si hubiera que resumir Gavarnie en...

### 1 lago

**El lago de Cestrède**, en el discreto pequeño valle de Bué. Salida desde Granges de Bué.

Intermedio, 4h15 I/V 7 km, 525 m d+.



### 1 excursión

Excursión hasta el Circo de Gavarnie por la **meseta de Bellevue**.

Salida desde el pueblo. Intermedio, 3h circular. 8,1 km, 350 m d+.

### 1 paisaje

Para tener una vista distinta del Circo de Gavarnie, el **Pic de Pahule** es ideal y fácilmente accesible con salida del puerto de Tentes.

1h30 I/V. 4,1 km, 260 m d+.



« Soy cuidador de cabañas en la "Grange de Holle" en Gavarnie y mi trabajo es acoger a los montañeros, desde los más novatos hasta los más experimentados, en verano, cuando generalmente van de cabaña en cabaña, y en invierno, dependiendo de las condiciones de nieve, para moverse en los alrededores del Circo de Gavarnie, ya sea mediante escalada en hielo, raquetas de nieve, esquí de travesía o esquí alpino. Gavarnie es un santuario del Pirineo que se encuentra en la frontera con España y que une otros dos circos: Troumouse y Estaubé... »

Philippe Cordier – **Cuidador del refugio**



## el Quebrantahuesos

### 1 animal

El quebrantahuesos, una de las mayores rapaz de Europa, es fácilmente reconocible por el color naranja de su plumaje ventral. Alza la vista en los alrededores de Gavarnie, ¡puede que tengas la suerte de ver uno!



### 1 lugar

**La meseta de Saugué** es un extraordinario ejemplo de pradera de heno. Se pueden observar muchos canales de riego, todavía claramente visibles, que se utilizaban en la época para regar cada una de las parcelas y favorecer así el crecimiento de los prados.



## Bienvenidos al país de los circos y del Pirineísmo

De una obra común entre la naturaleza y el tiempo nacieron tres circos glaciares... Estaubé, cuyo pequeño tamaño hizo su encanto y belleza, el vasto y apacible Troumouse y finalmente el más famoso de todos: Gavarnie. Este lugar único en el mundo, con su vertiente española formada por grandes cañones y el Parque Nacional de Ordesa, forma el conjunto « Pirineos-Monte Perdido », catalogado por la UNESCO como Patrimonio de la Humanidad. Estos gigantes de piedra combinados con toda la cadena pirenaica son el origen del « pirineísmo ». Para Henri Beraldi, este movimiento es una filosofía de vida que puede traducirse en tres palabras: ascender, sentir, escribir. En otras palabras, se trata de ir al encuentro de esas cumbres, saber reconocer su belleza y escuchar las emociones que nos suscitan, para transcribirlas en nuestros escritos. Como Victor Hugo, que durante uno de sus viajes a los Pirineos escribió sobre el Circo de Gavarnie: « Es una montaña y una muralla a la vez; es el edificio más misterioso del más misterioso de los arquitectos; es el Coliseo de la naturaleza; es Gavarnie. »

### Lectura

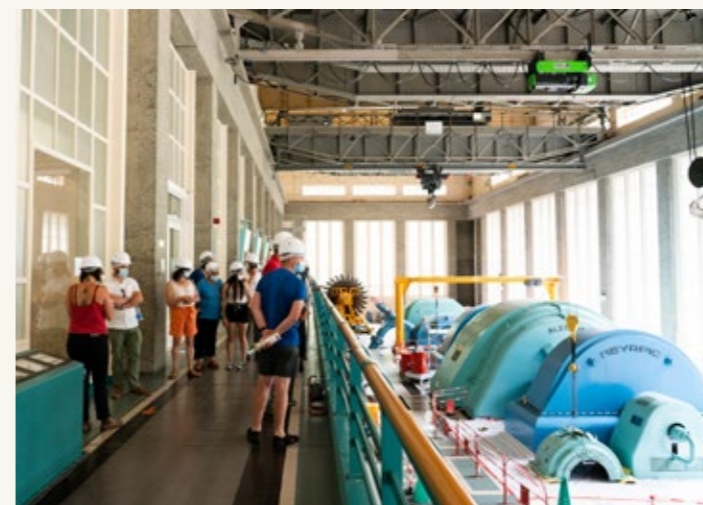
Henri Beraldi, *Cent ans aux Pyrénées, 1898-1904*, reed. Les Amis du livre pyrénéen, Pau, 1977.

### Para consultar

[www.patrimoines-lourdes-gavarnie.fr](http://www.patrimoines-lourdes-gavarnie.fr)

### Para descubrir

Millaris, que presenta de manera pedagógica y cultura la historia, el patrimonio o el pastoralismo del País de los circos. El Circo de Troumouse es accesible en un pequeño tren de junio a septiembre. Más información en [valleesdegavarnie.com](http://valleesdegavarnie.com)



## Luz en... la central hidroeléctrica de Pragnères

Es aquí, en el corazón de los Valles de Gavarnie, donde el agua de los Pirineos sigue haciendo acto de presencia... Su poder es tal que está en el centro de un sistema fascinante: la hidroelectricidad. Puesta en servicio en 1954, la central hidroeléctrica de EDF en Pragnères consta de 40 km de galerías, 4 presas, incluida la de Cap de Long, 30 tomas de agua, una central de producción y dos estaciones de bombeo. Es el ejemplo más llamativo de recogida de agua en los Pirineos. Entonces, ¿qué te parece participar en esta hazaña técnica que ha revolucionado la vida del hombre? Esta original salida, apta para todas las edades, alterna una visita guiada con la realidad virtual para comprender la producción de esta energía renovable...

### 1 evento

**El Día del pasto y del prado**, tendrá lugar el 25 de junio del 2023 en el pueblo de Héas, a la altura de la capilla.



**El macizo del Monte Perdido**, con un rico patrimonio geológico excepcional, es la montaña calcárea más alta de Europa Occidental.

Gavarnie

# Gavarnie-Gèdre



# • Momentos intemporales

*Si de algo estamos convencidos en las montañas de los Pirineos es de que no hay nada más bonito que la sencillez. Desde los paisajes hasta los pueblos y sus habitantes, todo aquí es auténtico, sin artificios. Son valores de los que estamos orgullosos y que queremos compartir contigo, una vez más, con la mayor sencillez. Para sumergirte en esta filosofía de vida, he aquí algunos momentos intemporales que se pueden vivir en solitario o compartir en buena compañía para dejarse llevar por las estaciones...*



## Paseo por las callejuelas de Cauterets



Después de una buena caminata, baja al pueblo de Cauterets y piérdete por sus calles entre la arquitectura del siglo XIX. Haz una parada en las tiendas para conocer los productos locales y comprar la tradicional tourte des Pyrénées, una auténtica delicia...



## Respirar aire puro en Saint-Justin



De fácil acceso, el oratorio de Saint-Justin es un lugar ideal para tener una vista clara del valle. Tras unos minutos de marcha, dominarás el valle, encaramado por encima de los pueblos del Pays Toy. Es un lugar ideal para recargar las pilas y respirar aire puro y fresco.



## Contacto con la naturaleza en Pibeste

Después de un invierno a cubierto, es bueno aprovechar la primavera para salir a observar la naturaleza renacida... Si algunos lugares están todavía cubiertos de nieve, la Reserva Natural Regional de Pibeste-Aoulhet es ideal para hacer senderismo con los pies secos. Podrás observar los primeros brotes, el canto de los pájaros, los árboles vistiéndose. Una dosis de renovación que levanta el ánimo instantáneamente.

# Primavera Prima



## Recorrer los valles en bicicleta

También conocida como « coulée verte » por los lugareños, la Vía Verde va de Lourdes a Pierrefitte-Nestalas. Esta antigua línea de ferrocarril ha sido rehabilitada como carril bici para que puedas disfrutar del paisaje mientras pedaleas suavemente para aprovechar el aire fresco de la primavera.



# Verano Estiu

## Pesca en los arroyos de "Génies"

Cerca de Saint-Pé-de-Bigorre, en el bosque de Très-crouts, los arroyos de Génies ofrecen grandes posibilidades de pesca. Uno torrencial, el otro más tranquilo, el Génie Braque y el Génie Longue nacen en el corazón de la Reserva Natural Regional de Pibeste-Aoulhet y te permitirán realizar unas buenas capturas en un entorno pintoresco y refrescante.



## Detener el tiempo en el lago de Lourdes



El lago de Lourdes es una burbuja de calma y suavidad propicia para la desconexión. Bajo las cálidas luces del verano, toma el remo y déjate flotar a tu ritmo en este tranquilo tramo de agua...



## Pícnic a lo largo de Bastan



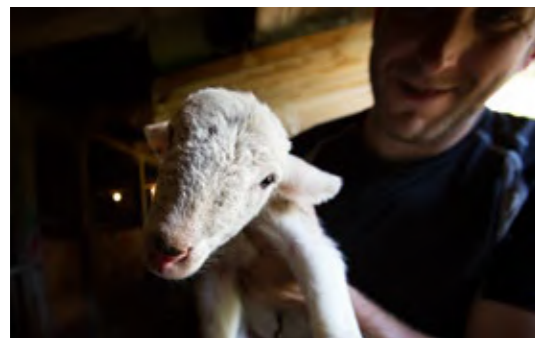
Cuando la temporada de verano está en pleno apogeo, no hay nada como una pequeña salida de pícnic a orillas del Bastán, en Luz. Este espacio lunar y mineral, testigo de las inundaciones de 2013, es ahora un lugar apacible para disfrutar de un momento de tranquilidad en familia. Un espejo de agua, zonas de juego y de pícnic sostenibles, hamacas y un divertido circuito de bicicletas de madera atraerán a grandes y pequeños.

## Ir al encuentro de los rebaños



La vida pastoral en los valles está marcada por las estaciones. Al principio del verano, los rebaños se trasladan a las praderas altas hasta el otoño. Esto es lo que se conoce como estiva. Durante tus paseos por la montaña, podrás observarlos (manteniendo la distancia) disfrutando de la deliciosa y suave hierba. Vacas, cabras, caballos y ovejas se reparten por el Val d'Azun en total libertad. Desde el Puerto de Soulor, obsérvalos disfrutar de la deliciosa hierba pirenaica...





### Visitar una granja

Aunque estamos acostumbrados a degustar un buen queso o leche, no siempre es fácil para todos entender el proceso de elaboración de los productos de la granja. Durante la visita conocerás la vida cotidiana de los agricultores y verás el trabajo que hay detrás de cada manjar local. Al final de la visita tendrás una visión diferente de estos productos. No solo te parecerá que tienen mejor aspecto, sino que sabrán aún mejor.



### Buscar setas en el valle de Argelès

Aquí, la recogida de setas se toma muy en serio. Como una preciosa reliquia, los pequeños rincones donde crecen se transmiten de una generación a otra con el mayor de los secretos. Si tienes suerte, puede que alguno de los habitantes de la zona esté dispuesto a contarte el secreto. Si no es así, a principios de otoño, da un paseo por los bosques del valle de Argelès, esté atento a ellos y ármese de un poco de paciencia y seguro que tendrá la suerte de encontrar alguno. Atención, está prohibido coger setas en el Parque nacional de los Pirineos.



### Evasión en Lienz

En otoño, cuando las montañas se tiñen de rojo y las hojas bailan con el viento, pasea por el corazón de los bosques de Lienz, en Barèges. Deja que tus ojos se sumerjan en los colores cálidos y que tu nariz se embriague con el olor de las hojas muertas. Un verdadero momento de calma en un entorno tranquilo y reconfortante.

### Escuchar el canto del amor

El otoño es también la época de apareamiento en el Val d'Azun o en Hautacam. Y este es el momento ideal para observar a los ciervos y escuchar su bramido. Aprovecha las suaves noches de septiembre para dar un paseo nocturno, procurando ser discreto para tener la oportunidad de conocer al Rey del bosque...



## Otoño Abòr

# Todo el año

No dudes en ponerte en contacto con una de nuestras Oficinas de Turismo para acompañarte en todas las estaciones en su descubrimiento del territorio.



### Encuentro con una de las más bellas rapaces de los Pirineos

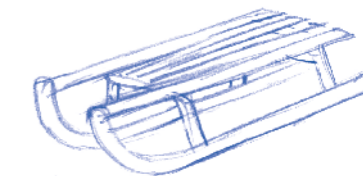
El Circo de Gavarnie está en pleno dentro del Parque nacional de los Pirineos. El Circo alberga un rico pero frágil ecosistema en el que viven cientos de especies. Uno de ellos, el quebrantahuesos, ha encontrado refugio en los acantilados que rodean el Circo. Durante el paseo, alza la vista al cielo e intenta divisar esta magnífica rapaz, fácilmente reconocible gracias al color naranja de su vientre.



### Explorar el Pont d'Espagne nevado

El Pont d'Espagne es una visita obligada en cualquier época del año. Pero en invierno, cuando sus cascadas se cristalizan y sus abetos se visten de blanco, una atmósfera ligeramente mágica emana del lugar. Con las raquetas de nieve en los pies, camina por los senderos y déjate abrumar por una sensación de profunda tranquilidad.

## Invierno Ivern



### Regreso a la infancia en Lourdes

El invierno nos anima a buscar interiores cálidos y acogedores donde disfrutar de un buen chocolate caliente y unos dulces. Así pues, reaviva tu espíritu infantil y acomódese en un café de lourdais para saborear un momento mientras ves caer la nieve...



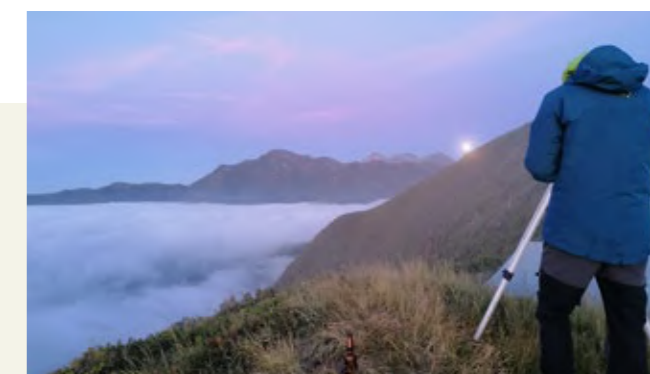
### Pasear con raquetas de nieve hasta la cabaña de Counques

Desde Béderet, dirígete a la parte alta de Luz Ardiden con raquetas de nieve para llegar al bonito refugio de Counques. Entre caminata refrescante y un reconfortante mirador, este hermoso paseo es un suave interludio en el frenesí invernal de las montañas.



### Observar la puesta de sol

En cualquier estación del año hay un espectáculo que nunca te decepcionará: la puesta de sol sobre los Pirineos. En verano, aprovecha las suaves tardes para hacer un picnic bajo la última luz del día. En invierno, los colores del cielo son más intensos y contrastan maravillosamente con la blancura de las cumbres.



### Sumergirse de lleno en las estrellas

Lejos de la contaminación lumínica, déjate absorber por el océano de estrellas que flota sobre los Pirineos. Desde la meseta de Saugué hasta el Belvédère de la nuit en Hautacam, pasando por el Pic du Midi y todos los pueblos de los alrededores, hay un sinfín de posibilidades para encontrar el lugar perfecto para observar las estrellas y la bóveda celeste...

# • Naturaleza

## El Parque nacional de los Pirineos

*Hay lugares que obligan a la humildad y suscitan en el hombre un sentimiento de modestia y profunda admiración. Ante la grandeza de la naturaleza, toma conciencia de que solo eres una parte ínfima de un todo que es más grande que él y del que depende por completo. El Parque Nacional de los Pirineos es uno de esos lugares.*

### ¿Qué es?

El Parque nacional de los Pirineos fue creado en 1967 y es rico en patrimonio natural, cultural y paisajístico. Participa sobre todo en el conocimiento y la preservación de estos patrimonios, en la acogida y la sensibilización de todos los públicos, así como en el apoyo a los municipios para un desarrollo sostenible. En este ecosistema conviven más de 2 500 especies vegetales que dan a la zona toda su belleza y encanto. También residen allí numerosas especies animales que son los guardianes del Parque y garantizan su equilibrio. En verano, durante la estiva, los rebaños vienen a unirse a esta población.

### ¿Dónde está?

El Parque nacional está formado por una zona denominada «núcleo» y una «área de adhesión» de 100 kilómetros que incluye seis valles y dos departamentos, los Pirineos - Atlánticos y los Altos Pirineos. En los valles de Gavarnie se accede desde el Val d'Azun, Cauterets y Gavarnie.

### ¿Por qué y cómo?

Para preservar la riqueza y la biodiversidad de este parque nacional de montaña, la zona núcleo está sujeta a una normativa específica. Por ejemplo, los perros, aunque vayan con correa, no están permitidos. Debido al desconocimiento de las buenas prácticas, algunos comportamientos inadecuados socavan la armonía de la zona y repercuten en la fauna y la flora. Para conocer la normativa completa de la zona, así como las buenas prácticas en la montaña para contribuir a la conservación de estos espacios, no dude en consultar la página web: [pyrenees-parcnational.fr](http://pyrenees-parcnational.fr).

El Parque nacional es un socio local en la zona de adhesión y proporciona un apoyo permanente a la vida local colaborando con todos los actores para aplicar el desarrollo sostenible en estas zonas. Se trata, por ejemplo, de promover la agricultura local y sus productos, preservar el patrimonio cultural, desarrollar los pueblos, sensibilizar a la población, etc.

### Las Casas del Parque (Maisons du Parc)

Para descubrir este territorio amplio e interesante, las casas y puntos de información del Parque nacional de los Pirineos te dan la bienvenida a todos los valles. Estos espacios son una mina de información para conocer mejor este patrimonio inigualable de forma lúdica los entresijos de este ecosistema único. Los encuentros con los guardias del Parque también son excelentes fuentes de información y dan pie a conversaciones interesantes entre los amantes de la naturaleza y los profesionales en un entorno de infinita belleza.

**GAVARNIE**  
Centro pueblo. +33 (0)5 62 92 42 48

**LUZ-SAINT-SAUVEUR**  
24 place Saint-Clément. +33 (0)5 62 92 38 38

**CAUTERETS**  
Plaza de la estación. +33 (0)5 62 92 52 56

**ARRENS-MARSOUS**  
Maison du Val d'Azun. +33 (0)5 62 97 49 49

**PLAN D'ASTE EN VAL D'AZUN**  
Únicamente en julio-agosto. Sendero de interpretación alrededor del agua, la roca y el bosque, para visitar en familia; con la certificación Tourisme & Handicap. Duración 1h.

El programa completo de los encuentros con los guardas-monitores se encuentra disponible gratuitamente en las Oficinas de Turismo.



La marca **Esprit Parc national - Pyrénées**, es ante todo hombres y mujeres apasionados reunidos con una voluntad común: preservar y promover este territorio de excepción. La marca, conocida a través de diferentes servicios y productos (alojamientos, restauración, artesanía, salidas guiadas, etc), también transmite un mensaje de solidaridad dando prioridad a la economía local.

## Retratos silvestres

Presentamos aquí algunas de las pepitas silvestres que podrás encontrar durante tu visita...



Lirio azul  
*Iris latifolia*

Tamaño  
30 a 70 cm

Fecha de floración  
julio > agosto



Rebeco  
*Rupicapra pyrenaica*

Tamaño  
unos 70 cm de altura

Peso  
20 a 35 kg

Hábitat

El rebeco vive sobre todo por encima del límite de los árboles, en zonas pedregosas y de hierba.



Quebrantahuesos  
*Gypaetus barbatus*

Envergadura  
hasta 3 metros

Peso  
5 a 7 kg

Hábitat

Alta montaña, en barrancos y paredes rocosas, entre 700 y 2300 m de altitud



Hierba cerruda  
*Ramonda myconi*

Tamaño  
8 a 20 cm

Fecha de floración  
junio > agosto



Lirio de los Pirineos  
*Lilium pyrenaicum*

Tamaño  
40 a 120 cm

Fecha de floración  
mayo > julio



Desmán de los Pirineos  
*Galemys pyrenaicus*

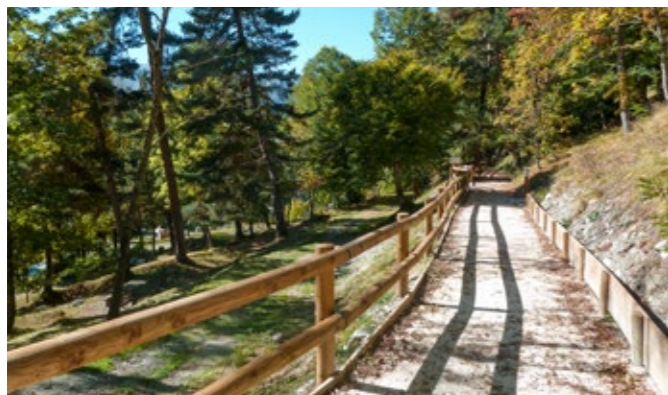
Tamaño  
24 a 29 cm

Peso  
50 a 60 gr

Hábitat

Lo encontramos sobre todo en pequeños y medianos cursos de agua de los piedemontes y de alta montaña.





### Mirador de Artigalas - Barèges

El Mirador de Artigalas, accesible con silla de ruedas, ofrece una vista despejada del valle de Labalsus y el macizo de Ardiden.

30 min / Muy fácil / 5 m d+ / 250 m



### Pico de Bergons - Valle de Luz

Esta excursión por el País de Toy hasta la cima del Bergons te permitirá disfrutar de una gran vista del macizo de Pibeste en el piamonte hasta el Circo de Gavarnie. Salida desde la pista pastoral de la Estiba, en una intersección tomar a la derecha y aparcar en el pequeño aparcamiento en curva.

3 h / Intermedia / 620 m d+ / 6 km



### Camino de Santiago Vía del piamonte pirenaico (GR78), de Bagnères a Saint-Pé-de-Bigorre

Recorre el mítico camino de Santiago de Compostela siguiendo el GR78. El Camino del Piamonte pirenaico, aún poco conocido, le encantará por la tranquilidad de sus paisajes y la belleza de sus iglesias, abadías y pueblecitos.

Baliza : blanca y roja / recorrido en 2 o 3 etapas / 42 km



### Crestas Hautacam - Valle de Argelès-Gazost

Esta excursión por la parte alta de Hautacam es ideal para las familias. Permite disfrutar de buenas vistas de los valles y de la Brèche de Roland en días despejados.

2 h 30 / Muy fácil / 120 m d+ / Circular 8,8 km



### Circuito Piméné - Gavarnie en itinerancia

Ideal para iniciarse en la excursión itinerante, este itinerario de ambientes muy variados conduce hasta la cima del Piméné (2801 m) y permite descubrir el circo de Gavarnie y las estivas del sector de Espuguettes, mirador del Vignemale y la Brèche de Roland.

2 días / Mediano / Desnivel: : 1436 m / Circular, 20,9 km

# Paso a paso

*Todo el año, piérdete por los numerosos caminos que recorren las cimas. Solo, con una topoguía o con el portal web RandoVallées de Gavarnie o con un guía de montaña, aprende a conocer los valles paso a paso. Lo más difícil será decidir qué ruta elegir. Pero no olvides una cosa; aquí, elegir no significa renunciar sino solo crear nuevas oportunidades de excursiones para tu próxima visita a los Pirineos...*

### Valle del Marcadau refugio Wallon – Cauterets

La excursión empieza en las cascadas del Pont d'Espagne y el altiplano de Cayan, un Canadá en miniatura con abetos y un curso de agua y luego en dirección valle de Marcadau. Se pasa por bosques de pinos para llegar a un valle abierto con cursos de agua y altas cimas como la Grande Fâche.

5 h I/V / Fácil / 425 m d+ / 15,9 km



### La buena idea

No hay nada mejor para motivar a los jóvenes excursionistas que un paseo en compañía de nuestros amigos de cuatro patas: perros (canicross), caballos, burros e incluso llamas. Más información en las Oficinas de Turismo. Más información en las Oficinas de Turismo.



Encontrarás todos estos itinerarios y muchos más en [rando.valleesdegavarnie.com](http://rando.valleesdegavarnie.com).

Los itinerarios descritos en este portal web son practicables en condiciones estivales, es decir, en ausencia de nieve, hielo, etc.

### Topoguías

Las topoguías y mapas de excursiones son herramientas indispensables para hacer senderismo y descubrir el universo montaño; los encontrarás en las Oficinas de Turismo.

### Guías y monitores

Encontrarás la lista de guías y monitores de montaña y el programa de las salidas guiadas en las Oficinas de Turismo.

### INFORMACIÓN PRÁCTICA



#### EL TIEMPO

Tél : 0 899 710 265 (1,35 €/ llamada + 0,34€/min) [www.meteofrance.com](http://www.meteofrance.com)



#### EMERGENCIAS

Teléfono de emergencias : 112  
Rescate en montaña : +33 (0)5 62 92 41 41  
(el teléfono móvil puede ser útil, atención, las redes no cubren todas las zonas)



#### PRECAUCIONES ANTES DE SALIR

- Equiparse con un buen calzado para andar y prever prendas de vestir adecuadas a las condiciones meteorológicas.
- Para evitar las quemaduras solares, cubrirse y usar crema solar. Usar gafas de sol.
- Para no deshidratarse, llevar agua y beber a menudo.
- En caso de tormenta, no aparcar debajo de árboles, en crestas y aristas rocosas, alejarse de todo tipo de piezas metálicas.
- Disponer de un mapa topográfico preciso: mínimo 1/50 000, 1/25 000 fuera de senderos.
- El esfuerzo realizado debe tener en cuenta las aptitudes físicas de cada uno y ser progresivo.
- Si sales en solitario, comunica siempre tu itinerario a una tercera persona o deja una nota en el coche o en tu alojamiento.

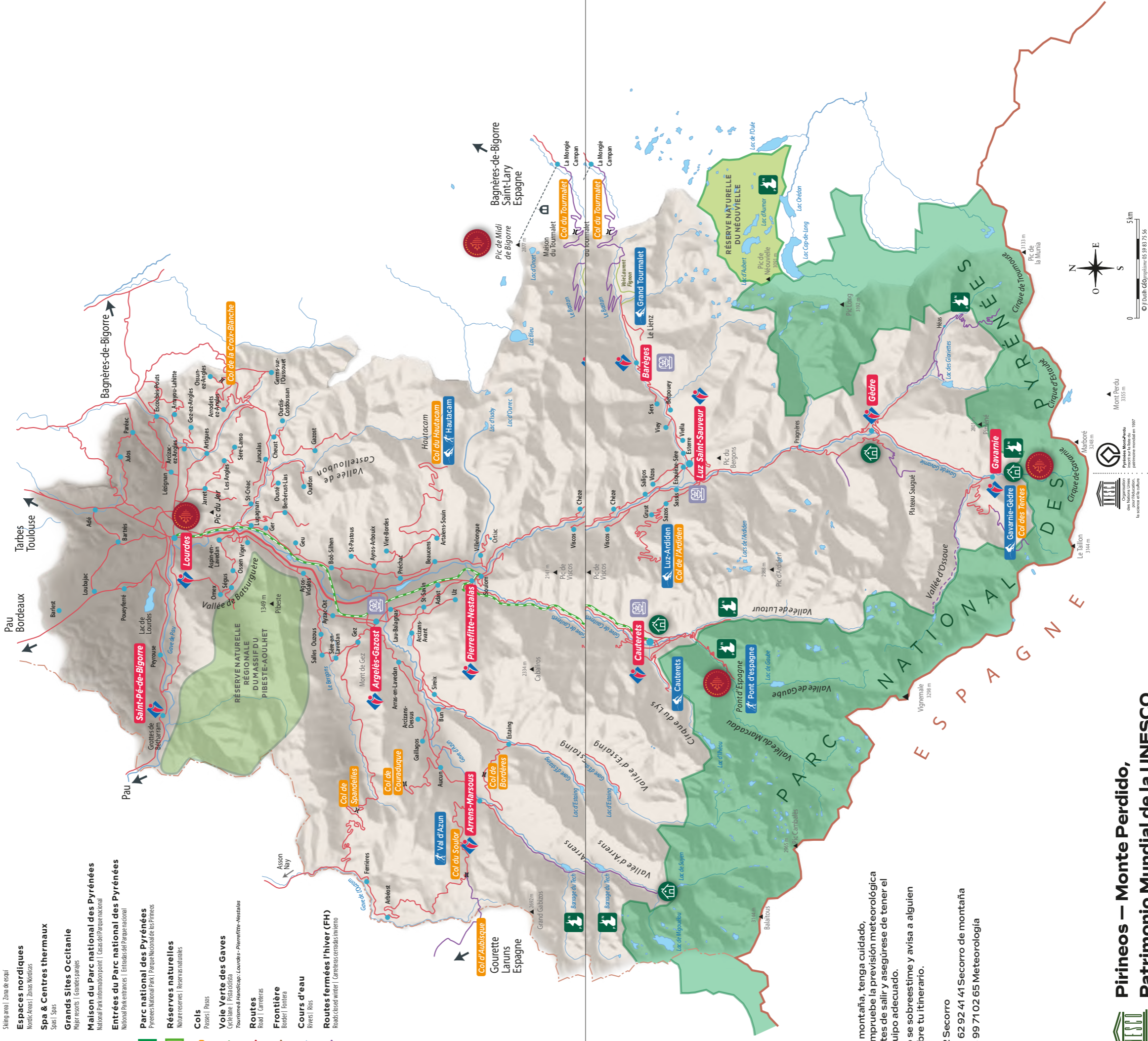



#### CUIDADO DEL MEDIOAMBIENTE

No dejes basura en la naturaleza.


# De Lourdes a Gavarnie

-  **Communes**  
Town | Municipio
-  **Domaines skiables**  
Skiing area | Zona de esquí
-  **Espaces nordiques**  
Nordic areas | Zonas Nordicas
-  **Spa & Centres thermaux**  
Spas | Spas
-  **Grands Sites Occitanie**  
Major resorts | Grandes spas
-  **Maison du Parc national des Pyrénées**  
National Park Information point | Casas del Parque nacional
-  **Entrées du Parc national des Pyrénées**  
National Park entrances | Entradas del Parque nacional
-  **Parc national des Pyrénées**  
Pyrenees National Park | Parque Nacional de los Pirineos
-  **Réserves naturelles**  
Nature reserves | Reservas naturales
-  **Cols**  
Passes | Pases
-  **Voie Verte des Gaves**  
Cycling route | Pista ciclista  
Tourisme & Pêche - Lourdes - Pierrefitte-Nestalas
-  **Routes**  
Road | Carreteras
-  **Frontière**  
Border | Frontera
-  **Cours d'eau**  
Rivers | Ríos
-  **Routes fermées l'hiver (FH)**  
Roads closed winter | Carreteras cerradas invierno



 **En montaña, tenga cuidado,**  
compruebe la previsión meteorológica  
antes de salir y asegúrese de tener el  
equipo adecuado.

**No se sobreestime y avisa a alguien  
sobre tu itinerario.**

 **112 Secorro**  
**05 62 92 41 41 Secorro de montaña**  
**08 99 71 02 65 Meteorología**

## Pirineos – Monte Perdido, Patrimonio Mundial de la UNESCO

Este excepcional paisaje montañoso, que irradian a ambos lados de las fronteras de Francia y España, se centra en la cima del Monte Perdido, un macizo de piedra caliza que se eleva a 3 352 m. El sitio incluye dos de los cañones más grandes y profundos de Europa, en el lado español, y tres circos espectaculares en el lado francés: Gavarnie, Troumouse, Estaubé.

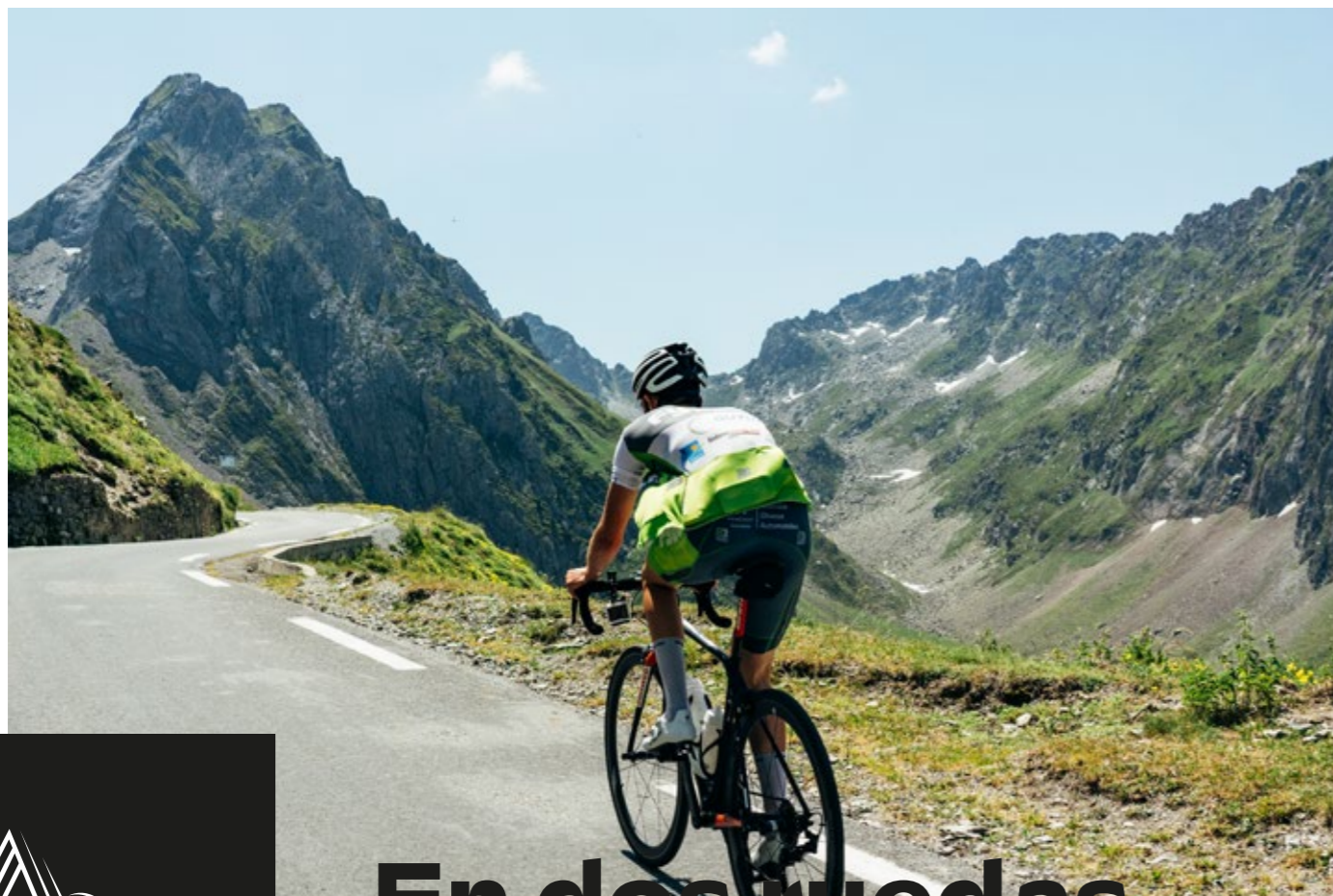


## Reserva Nacional de Cielo Estrellado del Pic du Midi

El País de Lourdes y de los Valles de los Gaves no acoge sólo espacios naturales protegidos, o grandes sitios tales como Lourdes o Gavarnie, sino también uno de los más bellos cielos estrellados de Francia e in-cluso de Europa. La pureza de la noche pirenaica está protegida de hoy en adelante gracias a la Réserve Internationale de Ciel Etoilé du Pic du Midi (RICE) | Reserva Nacional de Cielo Es-

trellado del Pic du Midi], la más bella y la más grande del mundo, que lleva esta etiqueta desde diciembre de 2013. Entonces, tras haber disfrutado bien durante todo el día, te bastará esperar la puesta del sol para asistir a la magia de los Pirineos de noche.

[www.picdumidi.com/rice](http://www.picdumidi.com/rice)



# En dos ruedas

## Los Pirineos, puertos legendarios

El ascenso a los Pirineos no solo es hacer ciclismo. Los ciclistas aficionados en busca de retos y superación personal encontrarán aquí una tierra de acogida a la altura de sus aspiraciones... Podrán enfrentarse a estos gigantes de piedra que a lo largo de los años han visto nacer a leyendas del ciclismo. Del puerto de Hautacam al mítico puerto Tourmalet pasando por el Soulor, el Aubisque o el Ardiden, cada uno de los cuales es un nuevo reto en la carrera desenfundada a la conquista de los Pirineos. Una vez arriba, puedes disfrutar de tu tiempo de recuperación para contemplar las vistas y darte cuenta de que los Pirineos aportan mucho más que el tiempo y el esfuerzo invertidos. Volverás vacío de fuerzas pero lleno de humildad y orgullo. Escalar los Pirineos es así.

Para los menos deportistas, la bicicleta eléctrica es un buen compromiso gracias a la asistencia eléctrica podrás participar en esta aventura y lanzarte a hacer ascensiones míticas.

Si no, la Vía Verde de Lourdes a Pierrefitte es ideal para visitar los valles sin mucho esfuerzo.



ALTAMONTA

### Detalle sobre Altamonta

La certificación que garantiza un territorio de excelencia para recibir a ciclistas clásicos y en BTT. Los aficionados a la bicicleta en sentido amplio del término encontrarán todo tipo de servicios: lugares protegidos para guardar bicicletas, puntos de lavado y secado de ropa, material de reparación, menús para deportistas...

Más información en [www.pyrenees-cyclo.com](http://www.pyrenees-cyclo.com)

## Los valles en BTT

Si eres más de tierra que de asfalto y buscas la libertad y grandes espacios, la BTT es una buena opción. En solitario o en grupo, en compañía de un guía o de manera autónoma, recorre los valles en paseos relajados o en salidas más deportivas. Los más aventureros apreciarán hacer subir la adrenalina en los Bike Parks donde se ofrecen distintos recorridos para principiantes y expertos.

Los pilotos se precipitarán por las pistas de DH del Pic du Jer en busca de sensaciones fuertes. Una nueva pista permitirá a los principiantes aprovechar este lugar para iniciarse en el descenso de la bicicleta de montaña.

En Arrens, el pumptrack y sus diferentes recorridos y niveles te permitirán divertirse entre baches consecutivos y curvas cerradas.

Y si quieres disfrutar del ciclismo de montaña con menos esfuerzo, la bicicleta de montaña eléctrica es un buen compromiso. Disponible en muchos puntos de alquiler en los valles, es un excelente aliado para descubrir el territorio.



## Gravel, intermedio ideal

Toma lo bueno de la bicicleta de carretera y lo bueno de la bicicleta de montaña y júntalo. El resultado es Gravel. No hay límite, todos los terrenos son accesibles. Sus ruedas con tacos y los materiales robustos combinados con el aspecto de bicicleta de carretera te permitirán descubrir una nueva forma de pedalear por los Pirineos. ¡Hay varias rutas posibles por los valles para dedicarte a esta práctica con paisajes magníficos: solo tienes que lanzarte!

## Fatbike

En invierno, súbete a una fatbike (bicicleta de montaña con las ruedas sobredimensionadas) y lánzate a la conquista de las cimas. Adaptadas a todas las tipologías de terrenos, puedes salir en solitario o en compañía para hacer senderismo en un entorno rico y salvaje.



### Rando Vallées de Gavarnie

Descubre los itinerarios más bellos de los valles gracias a una web intuitiva e interactiva dedicada a las actividades de senderismo :

[www.rando.valleesdegavarnie.com](http://www.rando.valleesdegavarnie.com)

Los itinerarios descritos en este portal son practicables en condiciones estivales, es decir, en ausencia de nieve, hielo, etc.

Más información en las Oficinas de Turismo, contacto en p. 66.

Parques de bicicletas y remontes :

- FAMILY BIKE PARK DE BARÈGES
- BIKE PARK DE CAUTERETS
- PIC DU JER - LOURDES
- PIC DU MIDI - BARÈGES
- CIRCUITOS BALIZADOS EN HAUTACAM
- PUMPTRACK DE VAL D'AZUN
- SINGLE PARK PAYS DE LOURDES

Toda la información :



Col d'Aspin

1489 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



# Al hilo del agua



## Peces que se pueden encontrar en los valles

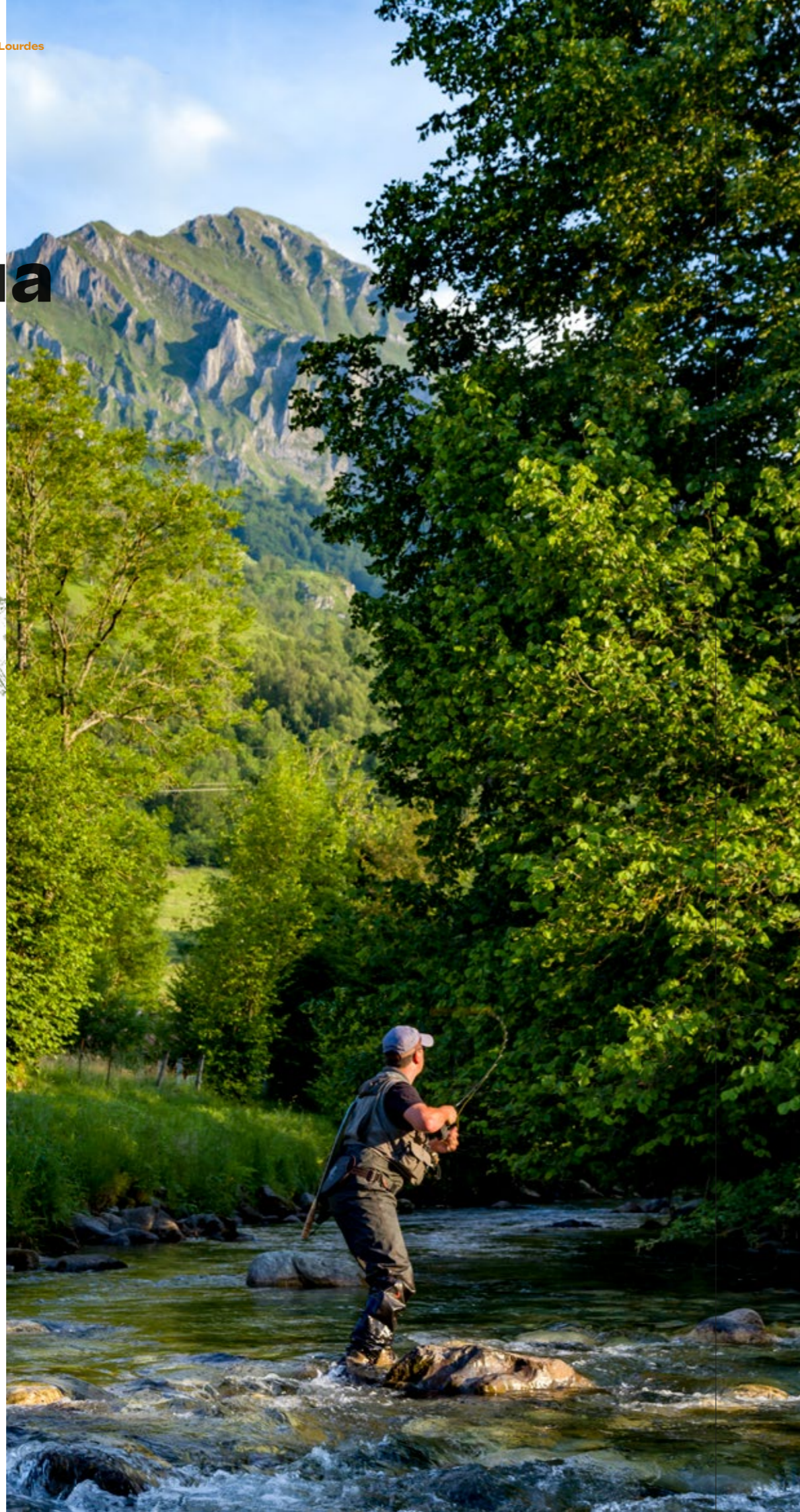
**Trucha común**  
se pesca en los cursos de agua de los valles.

**Salvenilus namaycus**  
se pesca en los lagos de montaña.

**Salvenilus alpinus y salvelinus fontinalis**  
se pescan en los lagos de montaña.

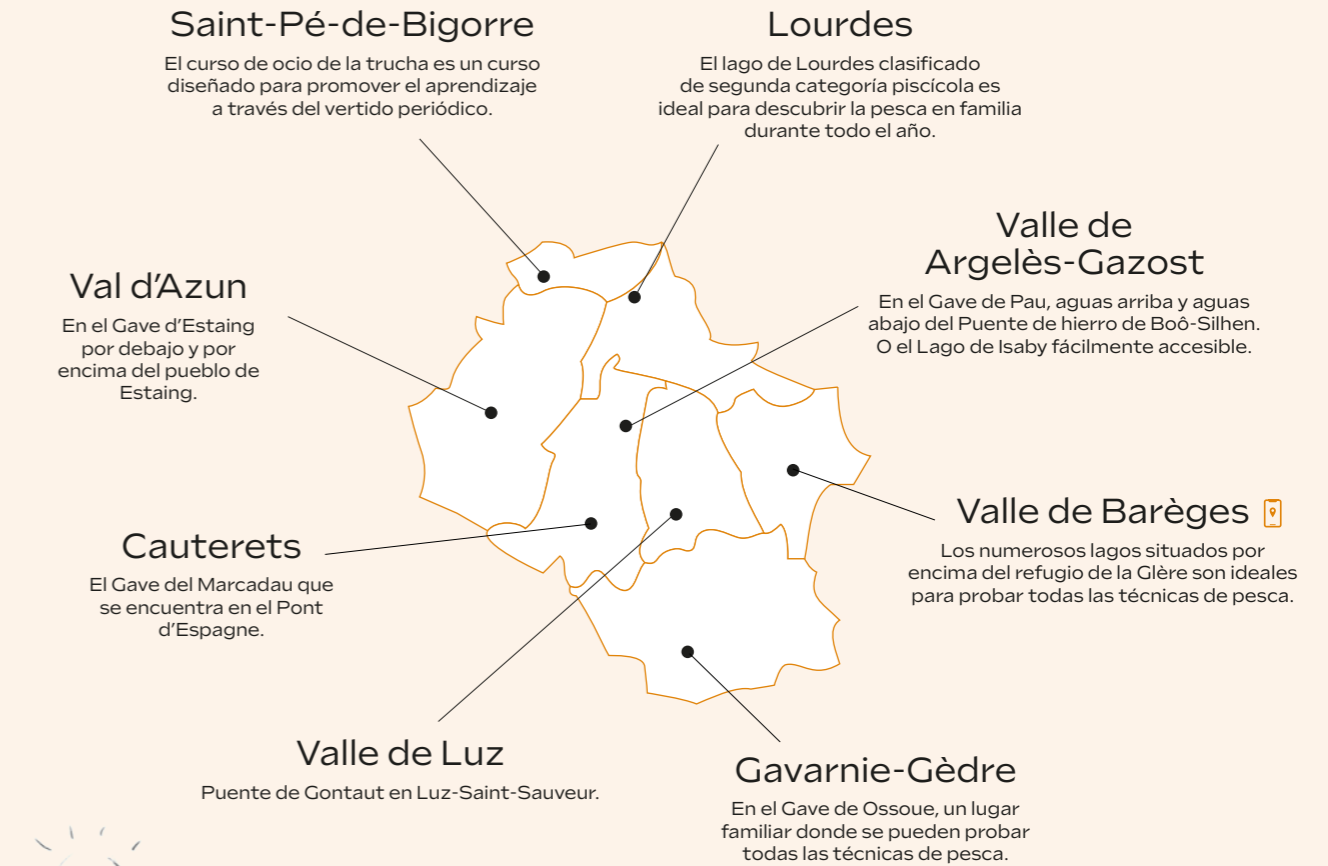
**Salmón atlántico**  
se está recuperando progresivamente en el Gave de Pau, aunque se prohíbe su pesca.

**El piscardo**  
muy pequeño, ideal para los niños. Se encuentra en zonas tranquilas de los cursos de agua y en ciertos lagos de montaña.



## Los mejores lugares de pesca

Encuentre el mapa interactivo de los cursos "no kill" en [www.peche65.fr](http://www.peche65.fr)



### La buena idea 🧑🏻🧑🏻♿

Pierre-Adrien Gineste, Clément Latapie y Thierry Borderolle, nuestros guías de pesca, acompañan a los más novatos y a los más expertos en salidas de pesca en las mejores zonas de los valles.

### Jóvenes pescadores 🧑🏻🧑🏻♿

Visita la granja acuícola de la « Truite des Pyrénées » en Lau-Balagnas o el Parque de ocio el Chili en Luz-Saint-Sauveur para iniciarte en las alegrías de la pesca sin licencia en uno de los itinerarios (préstamo de material gratuito).

Carnet de pesca diario y de vacaciones a la venta en nuestros Puntos de Información y en Internet. Encontrarás todo lo que necesites saber sobre la pesca en nuestros valles y sobre la normativa en vigor en [www.peche65.fr](http://www.peche65.fr). Se puede adquirir material de pesca en varias tiendas de los valles, información y contacto en las Oficinas de Turismo.



« Este territorio ofrece una magnífica diversidad en términos de pesca y paisajes, hay para todos los gustos. De las márgenes del Gave de Pau con su pesca en grandes entornos pasando por los riachuelos y torrentes o las aguas mansas y transparentes de los lagos de montaña. Cada uno de estos entornos alberga peces suntuosos y permite practicar un gran número de técnicas de pesca diferentes. Para mí es un auténtico placer compartir y enseñar mi pasión en estos lugares. La belleza de estos valles me lleva a insistir en el respeto de la naturaleza y del entorno en cada una de las actividades que propongo. »

Clément Latapie – **Guía de pesca**

# • En movimiento

## Terrestres

### Via Ferrata

Entre en un universo vertical en las salidas en una de las vías ferrata de los valles. De forma autónoma, para los más aguerridos, o acompañados de un guía, recorre las paredes rocosas y encadena tirolinas y puentes de cuerda. ¡En Caunterets puedes incluso hacer pícnic cómodamente instalado en las mesas colgantes!



## Acuáticas

### Canyoning

En compañía de un guía de alta montaña o de un monitor diplomado, vivirás una experiencia refrescante en los barrancos. Accesibles para toda la familia (los niños deben saber nadar), estas salidas duran entre 1h30 y 3h y son una manera original y sensacional de descubrir los valles desde otro ángulo. Entre saltos, toboganes naturales y descensos en rápel, se dan todos los elementos para vivir un momento inolvidable.

### Rafting

Haz bajar la temperatura y subir la adrenalina en rafting. Alterna entre recorridos tranquilos para descubrir los valles en los cursos de agua y recorridos más agitados en los rápidos para vivir momentos de intensas sensaciones. ¡Entre salpicones y carcajadas, estas salidas son una bocanada de aire fresco que calienta... el alma!



### Trotinherbe

Otra forma de descubrir la montaña es recorrerla en trotinherbe. En solitario, en familia o con amigos, desciende la estación de Luz Ardiden hasta el pueblo y por el camino disfruta de magníficos paisajes. Según las condiciones meteorológicas, esta actividad también se puede hacer en invierno.

Consulta en las Oficinas de Turismo todas las actividades disponibles en el territorio, contactos en la p. 66.

## Parapente

Desde lo alto de las cimas, haz un vuelo en verano o en invierno y elévate por encima de los valles. A medida de tomas altura, los paisajes se hacen pequeños en la misma medida que aumenta la belleza del lugar. La complementariedad de los valles se hace evidente a los ojos y ofrece un espectáculo maravilloso.



### Ferme Bon'Air (Granja)

En el corazón del bosque de Lourdes, en un entorno verde y tranquilo, encontrarás un parque de animales de granja y aves de corral (ponis, cabras, conejos, cobayas, aves de corral,...)



### Donjon des Aigles (Mazmorra del Águila)

Encaramado en su peñasco, el castillo de Beaucens alberga una prestigiosa colección de aves rapaces de todo el mundo. Todas las tardes, conoce a estas impresionantes aves que vuelan libremente sobre tu cabeza. A ellos se unirán hermosos y coloridos loros que enriquecerán este espectáculo lleno de emociones.

## Puenting

¿Te apetece saltar a la vez al vacío y en el tiempo? Desde lo alto de los 65 metros del magnífico Puente de Napoleón construido por orden del propio Napoleón en 1863, lánzate al vacío y déjate invadir por la sensación de infinita libertad. Este lugar excepcional es ideal para un chute de adrenalina en el corazón de los Pirineos.

## Aventura en los árboles (arborismo)

Allí, encaramado entre los árboles, te lanzas de cabeza al vacío y notas el subidón de adrenalina... Al otro lado de la cuerda te esperan nuevas aventuras, y ahí es donde reside toda la magia de los parques de acrobacias y tirolinas: cada recorrido es una invitación a descubrir nuevas sensaciones. Los circuitos son accesibles a partir de los dos años en el territorio.

# Aéreas

# Con animales



### Parc Animalier des Pyrénées

En el Parque de Animales de los Pirineos podrás ver a los habitantes peludos y emplumados de los Pirineos. Desde el lobo a las marmotas, el oso o el rebeco, podrás observar estos emblemas de los valles que viven en semilibertad. Los más jóvenes (a partir de 7 años) podrán ser cuidadores por un día y compartir el trabajo diario de los equipos. Se encargarán de preparar las comidas, cuidados, encuentros privilegiados con algunos animales, etc.



# • Descubrimiento

## Patrimonio a vista de pájaro

Desde arriba, entre picos y nubes, el quebrantahuesos vuela sobre el Circo de Gavarnie. Un ferviente defensor de su territorio y sus riquezas, recorre varios kilómetros todos los días y vigila majestuosamente sus valles. Sigue sus pasos y explora los monumentos principales que conforman el alma de estas montañas y te cuenta historias maravillosas...



### Los molinos de Arcizans-Dessus

Varios pequeños molinos de agua se erigen a lo largo de los cursos de agua y dan testimonio de la intensa actividad que anteriormente había en estos lugares.

### Saint-Pé-de-Bigorre



### Iglesia de Saint-Pé-de-Bigorre

La iglesia de Saint-Pé-de-Bigorre está clasificada como Monumento Histórico. Es la antigua abadía del monasterio benedictino fundado a principios del siglo XI por el duque Sancho V de Gascuña. Alberga una importante pieza de mobiliario, incluyendo la llave de Saint-Pierre, una reliquia venerada por los peregrinos en su camino a Compostela.

### Val d'Azun

#### Arras, pueblo de Artitude

En Arras-en-Lavedan, las obras de arte contemporáneo guían un paseo por los pequeños callejones, caminos y prados de este pueblo. Con sólo 500 almas, este pueblo es típicamente pirenaico, expuesto en laderas soleadas. Esta exposición destaca la dulzura y la poesía del paisaje.

### Valle de Argelès-Gazost



### Abadía de Saint-Savin

Hoy una iglesia parroquial, hasta la Revolución Francesa fue parte de un monasterio benedictino muy influyente en el valle. Catalogado como Monumento Histórico en 1840, se caracteriza por una colección de muebles muy extensa.

### Capilla Pouey Aspé en Uz

Capilla construida en el siglo XIX en el lugar de la ermita de Saint-Savin.

### Capilla de Piétat Saint-Savin

De origen románico, data esencialmente del siglo XVIII. En su interior tiene una magnífica bóveda de madera pintada llamada "bóveda de los pájaros". En la parte posterior de la capilla, se puede disfrutar del magnífico paisaje sobre el valle y los pueblos de abajo.



### Museo de los Pirineos Castillo Fuerte de Lourdes

Con más de mil años de historia, este gran recipiente de piedra, suspendido en el corazón de la ciudad, te invita a viajar en el tiempo.

### Lourdes

#### Molinos de Bobby (Moulin de Boly)

Lugar de nacimiento de Sainte-Bernadette, allí está su habitación y el molino tal como ella lo conoció.

#### Antiguo Presbiterio

Bernadette se presentó en este presbiterio en 1858 al padre Peyramale, párroco de Lourdes, para transmitirle la palabra de la virgen.

#### Mazmorra

Prisión hasta 1824, la mazmorra es una habitación única, oscura y fría donde se alojó la familia Soubirous desde 1856 hasta 1858.

#### Iglesia Parroquial del Sagrado Corazón

La Iglesia parroquial actual fue construida entre 1875 y 1903. Fuente bautismal de Bernadette y tumba del padre Peyramale.

#### Hospicio Sainte-Bernadette

Lugar donde Bernadette hizo su primera comunión en 1858.

#### Torre de Garnavie Lourdes

La Torre de Guigne conocida como Torre de Garnavie es la última de una docena de torres y torreones que protegían la zona en el siglo XVII.

#### Ayuntamiento de Lourdes

El actual Ayuntamiento se compone de tres casas burguesas de principios del siglo XX: la "Villa Roques", la "Villa Gazagne" y la "Villa Raquel".

#### Iglesia Católica Ucrainiana

La Iglesia Católica Ucrainiana fue consagrada en 1982. Construida en un estilo neobizantino por el arquitecto ucraniano Myroslav Nimciv, se puede reconocer por sus cinco cúpulas doradas.

### Pont d'Espagne

Tan impresionante como refrescantes, las cascadas del Pont d'Espagne son un lugar esencial en su visita.



### Estación de Cauterets

Construida en 1895-1896 y renovada en 1994. Esta estación de madera es notable por la decoración de su fachada, que le da un encanto especial.

### Cauterets



### Iglesia de Saint-André (Église Des Templiers)

construida a finales del siglo XII, es una de las pocas iglesias fortificadas de Francia. La Iglesia también alberga el Musée du Trésor, un sitio de exhibición de objetos de arte sacro.

### Capilla de Héas en Gèdre

llena de historias y leyendas, destruida y reconstruida tres veces, esta capilla con su particular encanto encaja perfectamente en el paisaje pirenaico.

### Molinos de Gèdre-Dessus

Estos molinos de agua que garantizan una autenticidad rural y de montaña, se pueden encontrar en la aldea de Gèdre-Dessus, en Moules Dera, en Gave de Campbieilh.

### Barèges - Tourmalet

### Oratorio de Saint-Justin

durante su visita al país Toy, aproveche la oportunidad de descubrir esta magnífica vista de los valles circundantes.



### Pic du Midi

¡Pasarela entre los hombres y las estrellas, este Grand Site Occitanie es imprescindible en los Pirineos! Su observatorio y su paisaje contribuyen en gran medida a su fama y la promesa de emociones intensas.

### Valle de Luz

### Capilla de Solférino

La Capilla de Solférino fue construida por el Emperador durante su estancia en el lugar de una antigua ermita, en memoria de las víctimas de la batalla de Solférino.

### Puente de Napoleón

el Puente de Napoleón es una obra monumental de 63 m de altura, erigida por Napoleón III, que conecta el distrito de spa con la ruta de Gavarnie, como agradecimiento a los habitantes por la bienvenida que recibió su esposa Eugenia cuando ella vino a tomar las aguas.

### Castillo Sainte-Marie

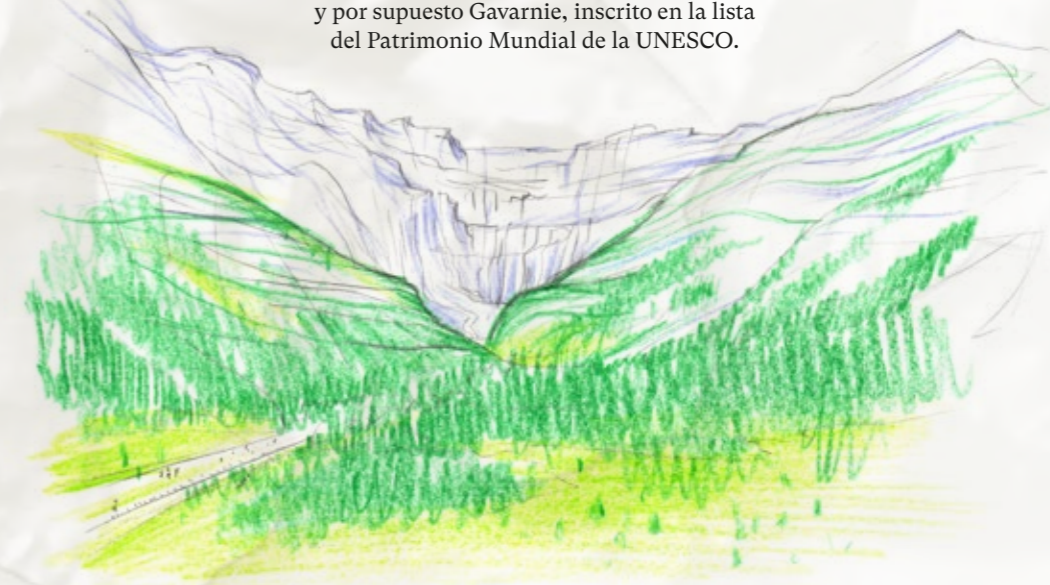
Data del siglo X y fue restaurado en la década de 1980, es uno de los vestigios más importantes de la historia del país Toy. A mediados de agosto, la Asociación Medieval del país Toy representa batallas caballerescas de la época de los trovadores.

### "Luz et Coutumes"

Este museo-restaurante le permite retroceder en el tiempo gracias a la exposición de herramientas y otros objetos de antaño que le dan al lugar un ambiente cálido y auténtico.

### Los 3 circos

Troumouse que es el más grande, Estaubé y por supuesto Gavarnie, inscrito en la lista del Patrimonio Mundial de la UNESCO.



### Gavarnie-Gèdre



### "PATRIMOINE EN BALADE"

#### Un viaje por el espacio y el tiempo

Conecte sus auriculares, inicie su aplicación « Patrimoine en balade » y déjese guiar. Pasee por los valles y descubra las riquezas arquitectónicas y sus historias al ritmo de las fascinantes historias que le cuentan sus habitantes... Anécdotas, recuerdos y narraciones de todo tipo marcarán su visita y harán de su viaje un momento único en una inmersión total en el vida local de estos pueblos y le llevarán más cerca de quienes fueron su alma.



# Nuestros valles tienen talento



Richard Mathis

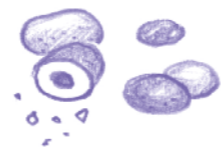
## Artista escultor de madera

« Desarrollo mi actividad en una granja con muros de piedra situada en un pequeño claro del bosque de Agnouède, en la parte alta del barrio termal de Saint-Sauveur. Antes de ser un oficio era una pasión transmitida por mi abuelo de quien he aprendido todo lo que sé.

De hecho, utilizo su taller, concretamente su banco de trabajo lleno de herramientas, limas, cuchillas y tijeras, para dibujar, esculpir, pintar... Lo que más fabrico son insignias auténticas de madera por encargo de mis clientes, pero también diversos objetos decorativos como lámparas, sillones, etc. Además de tilo y alerce, también utilizo pizarra y espejo para mis creaciones. »



Alain Bourdet



## Confitero en la Confeitería de Gaves de « cailloux du gave »

« Fabrico caramelos desde 1992 y me instalé por mi cuenta en 2004. Soy cocinero de formación y natural de Lau-Balagnas. Llegué a los caramelos un poco por azar... ¿Por qué los caramelos? Porque crear algo desde cero es muy gratificante y quedan muy pocos confiteros « auténticos » en el Sudoeste.

La Confiserie de Gaves es una creación, parte de un conocimiento transmitido, no existe una escuela específica para aprender a hacer los « cailloux » de Lourdes.

La historia de este « caillou » no está muy documentada, su fabricación se remonta aproximadamente a la época de las Apariciones hacia los años 1860. Pertenecen a la familia de las drageas: son caramelos que se fabrican primero el interior, el centro y luego se recubren y se « grageifican ». Se deben contar unos tres días de fabricación. La etapa del « barnizado » le da su color final y de ahí viene su nombre, ya que se parece mucho a un guijarro. »



Pascal Flurin

## Apicultor en el Pavillon des Abeilles

« La familia Ballot-Flurin es una dinastía de médicos termalistas que curan con aguas termales y remedios naturales en Cauterets desde hace seis generaciones. Desde hace 40 años, mi hermana y yo nos lanzamos a la apicultura primero bio para cuidar de las abejas y actualmente vamos más allá creando apicultura suave que es nuestro sello de fábrica y que se basa en el lenguaje de las abejas. Nos hemos dado cuenta de que las abejas son muy sensibles a nuestras emociones, a lo que transmitimos. Nuestro estado de ánimo y emocional es primordial para acercarnos a las abejas.

Practicamos yoga antes de ir a las colmenas y así no las molestamos, no utilizamos humo y no tenemos que protegernos porque no es necesario protegernos contra nuestro mejor aliado en la tierra.

Así, gracias al yoga, estamos en simbiosis con las abejas, abrimos la colmena y las sostenemos en la mano, sin miedo, sin agresividad. Estamos realmente relajados y en armonía.

Es la apicultura del futuro.

Así ganamos tiempo y respetamos a las abejas. »



Aude y Damien Lafond-Puyo

## Tejedores en la Carde

« Trabajar la lana de oveja. Es el oficio de nuestra familia desde hace cinco generaciones. Con Aude, mi hermana, somos los orgullosos herederos. Cuando nos hicimos cargo de la empresa La Carde hace menos de diez años, teníamos unas ganas locas de continuar con la tradición del hecho in Francia. Antes de hacerme cargo del negocio tenía otra vida. Pero siempre me decía que acabaría volviendo aquí. Continuar con la aventura del 100 % Pirineos es importante para nosotros.

Trajimos nuestro toque personal. Más joven, más diversificado. Hoy ofrecemos una gama de ropa, decoración y accesorios. Todo está hecho de pura lana local y solo vendemos a través de circuitos cortos.

La lana es una fibra extraordinaria que podemos usar de infinitas maneras. También queríamos desarrollar líneas sin teñir, de color crudo y marrón, el color de las ovejas. »



Acude a las Oficinas de Turismo para conocer los muchos otros talentos que abundan en nuestros valles y tener más información.

# • Degustación

## En un bocado

### Mercados regionales

- 📍 LUZ-SAINT-SAUVEUR > lunes por la mañana
- 📍 ARGELÈS-GAZOST > martes por la mañana
- 📍 BARÈGES > miércoles por la mañana (de mayo a octubre)
- 📍 SAINT-PÉ-DE-BIGORRE > miércoles por la mañana
- 📍 LOURDES > jueves y sábado por la mañana
- 📍 CAUTERETS > viernes por la mañana (junio a octubre)
- 📍 PIERREFITTE-NESTALAS > sábado por la mañana
- 📍 ARRENS-MARSOUS > domingo por la mañana (julio-agosto)

### Mercados de productores

- 📍 ARGELÈS-GAZOST  
Todos los sábados > de 8h a 12h
- 📍 ARRENS-MARSOUS  
Todos los miércoles de 16h a 20h  
> mediados de junio a mediados de septiembre
- 📍 SAINT-PÉ-DE-BIGORRE  
Sábados 29 de julio y 19 de agosto de 2023 (tarde)
- 📍 LAU-BALAGNAS  
Todos los lunes > de 16h30 a 19h30
- 📍 LUZ-SAINT-SAUVEUR  
Todos los viernes > de 17h a 22h (julio-agosto).
- 📍 GÈDRE  
Mercado gastronómico y de artesanía  
Todos los jueves de 13 de julio al 31 de agosto de 2023 > 15h

### Mercados nocturnos

- 📍 ARGELÈS-GAZOST  
Domingos 16 de julio y 13 de agosto de 2023 > 17h

### Halles

- 📍 HALLES DE LOURDES > abierto por la mañana de 7h a 13h (excepto domingos de noviembre a marzo).
- 📍 HALLES DE CAUTERETS > abierto todos los días de 8h-13h/16h-19h (cerrado en noviembre)



## Nuestras ideas de lugares picnic

**CAUTERETS** 🧑🧑🧑  
la Fruitière y su ambiente bucólico.

**LUZ-SAINT-SAUVEUR** 🧑🧑🧑  
en el paseo a lo largo del Bastan.

**LOURDES** 🧑🧑🧑  
en el bosque de Lourdes, entorno apacible, muchos paseos y zonas de juegos.

**SAINT-PÉ** 🧑🧑🧑  
en la pradera de Mousqué, zona de picnic (con barbacoas), entre castaños centenarios, ofrece unas magníficas vistas de los macizos hasta Pau.

**BARÈGES** 🧑🧑🧑  
en la capilla (Camp Rollot) por encima de la pradera de Lienz.

**GAVARNIE-GÈDRE** 🧑🧑🧑  
enfrente del Hotel de la Brèche de Roland, accede al aparcamiento del otro lado de la carretera y utiliza las escaleras que bajan hasta la orilla del Gave. Encontrarás mesas de picnic y pequeñas pozas naturales para mojar los pies.

**VAL D'AZUN** 🧑🧑🧑  
el Monte de Gez desde Arras que ofrece unas bellas vistas del valle de Argelès.

**VALLE DE ARGELÈS-GAZOST**  
el Cabo de Bentails por encima del pueblo de Saint-Pastous.

► Información en las Oficinas de Turismo

## Itinerario sabroso

Aunque es un claro placer probar estos tesoros culinarios, es igual interesante probarlos con los ojos y apreciar el trabajo realizado por estos productores durante una visita.



### Las confituras de los Pirineos

Visite la tienda Gourmandises des Pyrénées en Argelès, o el Atelier du confiturier, en Arrens-Marsous, para ver cómo se preparan las deliciosas mermeladas locales y aproveche para abastecerse de tarros para llevar a casa.



### Fábrica de berlingots

En Cauterets, el berlingot es toda una tradición. Su fabricación artesanal asociada con el termalismo ha hecho célebre la ciudad entre los golosos. Muchas tiendas están en el pueblo y hacen demostraciones ante los visitantes: en la Reine Margot, Chez Marinette, Aux Délices...



### Las miellerias

Aunque pueden impresionar a muchos, las abejas son, sin embargo, una de las piedras angulares de nuestro ecosistema. Conoce a los productores que te explicarán el funcionamiento de la cosecha y los pasos clave entre la colmena y el buen tarro de miel.



### Atelier Pierre Sajous

En Pierre Sajous, el Cerdo Negro de Bigorre está al centro de la atención. En su taller de Beaucens, vaya y descubra esta raza y sus especificidades gracias al recorrido de descubrimiento al aire libre, divertido y educativo, con unos paneles explicativos.



### El gâteau à la broche de Sia

Sus 1001 capas son el reflejo de su historia: rica, auténtica y única. Visita a Francis en su granja situada en la aldea de Sia, entre Luz-Saint-Sauveur y Gavarnie, y asiste a la preparación de este pastel bonito a la par que bueno.



### Las granjas de los Pirineos

Encuentre a los ganaderos de vacas, ovejas y cabras y descubra su fascinante mundo. Enamorados de su tierra y sus animales, compartirán con usted su vida cotidiana y le revelarán los entresijos de la producción de sus deliciosos quesos.

### La Truite des Pyrénées

Para descubrir las alegrías de la pesca, diríjase a la "Truite des Pyrénées" para hacer unos cuantos lances en un ambiente bucólico. El equipamiento se presta gratuitamente y solo se pagan las truchas capturadas que serán pesadas al final del recorrido.

### Braserías y sidrería

¿Te gustaría adentrarte en los secretos de una cervecería o una sidrería para descubrir cómo se elabora una de estas dos deliciosas bebidas?

Para ello, dirígete a la Brasserie du Pays Toy en Sassis, a la Brasserie Aouits en Lourdes o a la sidrería tradicional de Jean-Baptiste en Arcizans-dessus.

# ¡A comer!

## Los productos típicos pirenaicos



Pastel en el asador

Garbure sopa tradicional

Miel de los valles

Trucha de los Pirineos

Cervezas artesanales

Cerdo negro de Bigorre

Cailloux du Gave

Morillas

Costillas de cordero AOP Barèges-Gavarnie

Zumo de manzana del Val d'Azun

Berlingots de Cauterets

Torta de arándanos

Béret

Caramelos de miel

Queso Val d'Azun Pirineos

Confitura local

# • Relajación

## Entre burbujas



### Cieléo – BARÈGES

En invierno, después de esquiar y en verano, después de ir de excursión, disfrute del placer de las burbujas y los jacuzzis en este spa situado en una cima con vistas del paisaje circundante. Esta burbuja de cristal a los pies del Pic du Midi de Bigorre está protegida por una cúpula iluminada por la Vía Láctea; ¡Una decoración simplemente hermosa! Tratamientos de spa y masajes de bienestar. Muchas actividades: relajación en el agua, aquabike, aguafofia, cardi'eau, soft gym, yoga y risa, aeróbic acuático.

+33 (0)5 62 92 68 02 - [cieleo-bareges.com](http://cieleo-bareges.com)

Indispensable

*El bálsamo a la "Barégine" con propiedades antiinflamatorias y cicatrizantes.*



### Les Bains du Rocher

– CAUTERETS

El entorno es puro mineral, un ambiente acogedor propicio para la relajación y el ejercicio acuático. En Cauterets, disfrutamos de piscinas cubiertas y al aire libre mientras nadamos en el agua a 33°C, con los ojos clavados en las montañas. ¡Unos cuantos copos de nieve y su paraíso está garantizado! Zona de bienestar con tratamientos faciales y masajes.

+33 (0)5 62 92 14 20 - [bains-rocher.fr](http://bains-rocher.fr)

Indispensable

*¡El tratamiento corporal "Cocooning de la Ruche" con miel ecológica de Cauterets!*



### Le Jardin des Bains

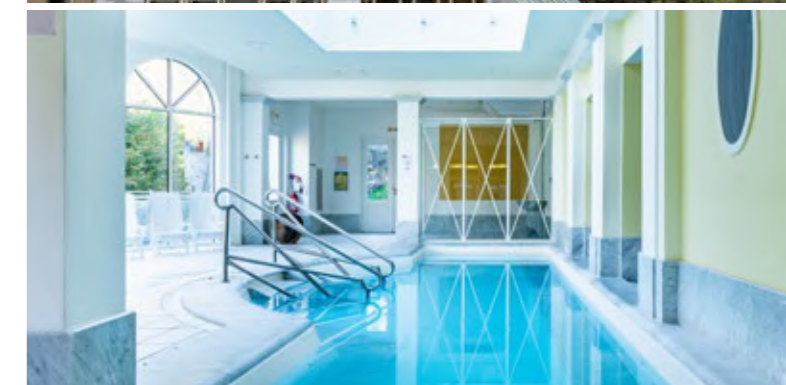
– ARGELÈS-GAZOST

Este espacio ubicado frente al parque termal de Argelès ofrece una experiencia de lo más exótica. Atmósfera inca, enormes estatuas y ruinas enterradas que enmarcan un exuberante jardín... Será transportado a diversas zonas de relajación en el Jardin des Bains, donde viajará desde el Bosque Esmeralda a los jardines colgantes de Babilonia. Desde los baños turcos hasta los jacuzzis al aire libre, el área de spa es íntima y ofrece tres piscinas para la relajación absoluta. Numerosas actividades: gimnasio, water board, aeróbic acuático, sesiones de natación para bebés.

+33 (0)5 62 97 03 24 - [lejardindesbains.com](http://lejardindesbains.com)

Indispensable

*El masaje con velas con propiedades relajantes y nutritivas.*



### Luzéa – LUZ-SAINT-SAUVEUR

Entre la arquitectura neoclásica y los espacios de tratamiento contemporáneos, Luzéa combina mármol, vidrio y mosaicos. La mezcla de elegancia del siglo XIX con la modernidad de los spas de montaña, todos ubicados en uno de los valles más bellos de los Pirineos. Piscina, jacuzzi, sauna, hammam, masajes, tratamientos faciales y corporales, hidroterapia, paquetes de medio día o de varios días se ofrecen durante todo el año.

+33 (0)5 62 92 81 58 - [luzea.fr](http://luzea.fr)

Indispensable

*El nuevo tratamiento del cuerpo "Mineral Signature" con plantas del Mar Muerto.*

# Inspira, expira...

*Para relajarse y respirar el aire puro de los Pirineos, aquí tiene una selección de actividades en los cuatro rincones de los valles.*



## En Lourdes

**Sesión de Yoga Museo en el castillo - Museo del Pirineo**  
En el corazón del castillo / Museo del Pirineo de Lourdes, desconecte plácidamente de la vida cotidiana para reencontrarse a sí mismo y agudizar sus sentidos.

[lourdes-infotourisme.com](http://lourdes-infotourisme.com)

## En Luz

Para relajarte y darte un respiro en la montaña, **¡opta por una sesión de yoga al aire libre en Luz!**

Al aire libre, mejora tu flexibilidad, tu equilibrio, tu concentración y disfruta de los muchos otros beneficios que permite esta práctica.

En invierno, ¡puede disfrutar las clases directamente a pie de pista!

[www.luz.org](http://www.luz.org)

## En Cauterets

**Healing Dance & Watsu à Cauterets** le sumergirán en una burbuja de bienestar. Simplemente déjese flotar en agua a 33°C mientras que sus músculos se relajan para entrar en un estado de relajación profunda.

¡Gracias a Valérie, sentirá beneficios físicos, mentales y emocionales mientras el cuerpo y la mente son todo uno!

[cauterets.com](http://cauterets.com)



## En los Valles de Gavarnie

**Taï chi / Qi Gong en el valle de Argelès :** Con Sylvain, su bienestar es una prioridad. Profesor desde hace 20 años condecorado con una medalla en Francia, le introducirá en la práctica del Taï Chi y del Qi Gong. ¡En una ecoaldea con vista a las cumbres le espera una verdadera desconexión!

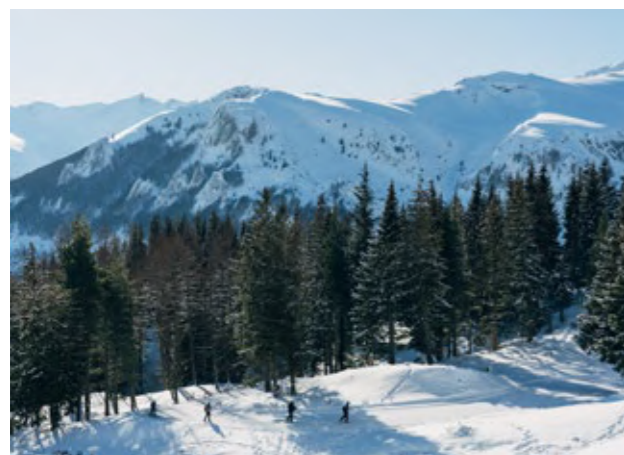
[valleesdegavarnie.com](http://valleesdegavarnie.com)

Acuda a las Oficinas de Turismo para descubrir todas las actividades de bienestar y obtener más información.



# • En invierno

## En las pistas



### Espace nordique du Val d'Azun

Esquí nórdico

Entre el Col du Soulor y el Col de Couraduque, este dominio está enteramente dedicado a las actividades nórdicas, como el esquí de fondo y las raquetas de nieve. En familia o en solitario para desafiarte a ti mismo, reconecta con la naturaleza y los amplios espacios abiertos en el corazón de estos bosques de pinos nevados.

+33 (0)5 62 97 42 18  
www.station-valdazun.com

**LOS +**

- + Biatlón digital
- + "Adventure Kid's": superficie de juego a tamaño real
- + Construcción de iglú



### Hautacam

Esquí alpino y nórdico

Esta estación a escala humana ofrece unas bellas vistas despejadas de los valles. En esquí de pista o esquí de fondo, con raquetas o en Mountain Luge, disfruta de las vistas nevadas y de la sensación de libertad que ofrecen.

+33 (0)5 62 97 10 16 - www.hautacam.com

**LOS +**

- + Pista de trineo con cinta
- + Mountain Luge
- + 15 km de circuitos de esquí nórdico y raquetas
- + Conocer Hautacam con perros de trineo



### Gavarnie-Gèdre

Esquí alpino

La fuerza de este dominio radica en su excepcional entorno. Mientras descendes los 6 km de la pista verde más larga de los Pirineos franceses, disfruta de un excepcional panorama en las cumbres de más de 3000 m del Circo de Gavarnie. Un placer apto para todas las edades y todos los niveles.

+33 (0)5 62 92 43 91 - www.ski-gavarnie.com

**LOS +**

- + 1 pista de trineo gratuita y accesible para todos al pie de las pistas
- + 3 km de senderos nórdicos (skating)
- + 1 circuito señalizado de raquetas de nieve con acceso libre
- + 5 circuitos con raquetas de nieve alrededor de los pueblos de Gavarnie y Gèdre
- + 2 rutas de esquí de fondo acondicionadas y señalizadas cerca de las pistas, desde principiantes hasta avanzados.



### Grand Tourmalet

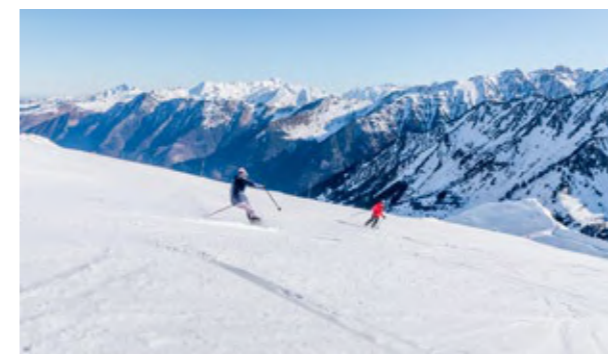
Esquí alpino

Al pie del Pic du Midi y del puerto de Tourmalet encontramos la zona de esquí alpino más grande de los Pirineos franceses. Lo bueno de esta estación es la variedad de paisajes que permite esquiar entre abetos o por amplias pistas.

+33 (0)5 62 91 90 84 - www.n-py.com/grand-tourmalet

**LOS +**

- + 2 espacios de primeros descensos
- + 2 espacios para principiantes
- + 2 espacios evolución
- + 3 zonas lúdicas N'PY Moov
- + 4 jardines de nieve
- + 1 espacio freestyle
- + 1 espacio freeride en el Pic du Midi
- + 2 espacios para trineos
- + 4 rutas para raquetas de acceso libre
- + 3 rutas de esquí de fondo seguras de acceso libre (1 Barèges/2 La Mongie)



### Cauterets Pont d'Espagne – Cirque du Lys

Esquí alpino y nórdico

Cauterets es dos universos tan diferentes como complementarios: el Cirque del Lys para el esquí alpino con buena cobertura de nieve gracias a su exposición y el Pont d'Espagne para el esquí nórdico y las raquetas de nieve en el corazón del Parque Nacional de los Pirineos.

+33 (0)5 62 92 13 08 - www.cauterets.com

Esquí nórdico y raquetas : 36 km de esquí de fondo - 4 pistas de esquí alpino - 1 pista de trineos - 1 recorrido para raquetas de 6 km

**LOS +**

- + 1 zona para principiantes - yeti park
- + 1 parque de nieve
- + 1 pista de trineos
- + 1 recorrido de esquí de fondo



### Luz Ardiden

Esquí alpino

Luz Ardiden brilla por la diversidad de sus pistas, que hacen de esta zona un lugar de esquí apto para los más novatos y los más expertos. Para los amantes del fuera de pista, el descenso del Bernazaou (1 250 m de desnivel) es una visita obligada.

+33 (0)5 62 92 80 64 - www.luz.org

**LOS +**

- + 1 zona para principiantes con : 5 pistas, 2 remontes, 2 alfombras, 1 jardín de nieve con 1 alfombra y 1 zona de trineos
- + 1 snowpark/1 estadio de eslalon homologado/1 pista de esquí de travesía señalizada cerca de las pistas del sector Béderet/5 km de recorridos peatonales y de raquetas de nieve/1 recorrido de raquetas de nieve por los remontes de las crestas de la estación.

# Placeres de invierno



## Para caminar existen una montaña de posibilidades

A pie o con raquetas de nieve, cuando los paisajes están nevados, salga a explorar los lugares emblemáticos que ofrecen los valles. Muévase entre montañas y bosques a su propio ritmo y según sus deseos. El silencio helado que reina en estos lugares es ideal para la curación y la contemplación.

Aproveche las distintas áreas de esquí y sus rutas marcadas y seguras para explorar las cumbres practicando esquí de fondo y disfrutando de los preciosos descensos en el corazón de la montaña.

Para los que desean marcar su propio camino y descubrir lugares cubiertos de nieve hasta ahora inexplorados, déjese guiar por sus deseos y enfrente a usted mismo, el esquí de travesía y el freerando están hechos para usted! Después de un ascenso o remonte mecánico, verá los impresionantes paisajes y las laderas vírgenes intactas. Accesible para cualquier esquiador alpino cómodo en pendientes rojas y fuera de pista, todo el mundo es libre para elegir pendientes más o menos empinadas adaptadas a su nivel. Un momento de escape en el corazón de las montañas nevadas.

Toda la información sobre raquetas de nieve, esquí de fondo, esquí de travesía y freerando en: [www.valleesdegavarnie.com](http://www.valleesdegavarnie.com)

Mapa de ruta disponible gratis en las Oficinas de Turismo.



## Escapada motorizada

¿Le apetece una escapada emocionante? A los mandos de una moto de nieve, recorra los relieves nevados y aprecie su belleza. ¡Desde un paseo tranquilo hasta una salida más deportiva, todos encontrarán lo que están buscando! Y para los entusiastas de los deportes de invierno, ¿por qué no descubrir las estaciones de esquí después del anochecer? A bordo de una máquina pisanieve conducida por un profesional, suba a las pistas y disfrute de unas vistas sorprendentes. Tan distintas como originales, estas salidas le harán vibrar al ritmo de los valles de Gavarnie.

## Apuntar al objetivo

Divertido, el biatlón permite mejorar su concentración y el manejo del estrés a la vez que le permite disfrutar del éxito y del esquí. El objetivo es aprender la práctica del esquí de fondo, el tiro es secundario, una manera de relajarse después de un gran esfuerzo físico. ¡Esta es la oportunidad, durante unas horas, de convertirse en Martin Fourcade (campeón olímpico de biatlón de origen francés)!

En Barèges, Pont d'Espagne, Hautacam o Val d'Azun, aproveche su viaje a los Pirineos para experimentar este original deporte. No es necesario ser un experto en esquí de fondo ni en tiro, los cursos de iniciación están ahí para enseñarle lo básico y ayudarle a progresar sin problemas. ¿A qué está esperando?



## Cimas insólitas

Al atardecer, cuando los últimos rayos del sol brillan en las cumbres, ven a descubrir el brillo de la nieve bajo la luna. Ponte las raquetas de nieve y camina por los valles bajo un cielo estrellado con el único sonido de la nieve crujendo bajo tus pies. Al final de la excursión nocturna, un cálido iglú te da la bienvenida para prolongar tu descubrimiento, que esta vez será gustativo: ¡un vigorizante aperitivo con sabores locales!

¿Prefieres reírte un poco? Entonces, ¡opta por la boya de nieve en Gavarnie! Vamos a volver a la infancia... Dicho y hecho, lánzate a toda velocidad por la ladera nevada. En cuanto te pones en marcha, tu boya gira sobre sí misma: todo un reto para domar, para deleite de niños y mayores.

Y para las tribus que buscan una excursión familiar agradable, ¡el trineo de perros es una obligación! Más que un paseo, es una verdadera experiencia de aprendizaje conducir un trineo tirado por perros. En la meseta de Lienz, por encima de Barèges, le espera todo un mundo nórdico.

Por último, para los más aventureros, prueba la escalada en hielo en el imprescindible Pic du Midi o en el Circo de Gavarnie. Acompañados por un instructor experimentado, desde los novatos hasta los más experimentados podrán escalar la cascada de hielo de estos sitios imprescindibles. Si no, si eres de los menos valientes, también puedes admirar a los escaladores desde la pasarela situada en el vacío. Un espectáculo impresionante.

Para más información sobre las actividades de invierno que se pueden descubrir en nuestro territorio, dirígete a las Oficinas de Turismo.

# • Conservar para transmitir mejor

*Nuestros valles son tan hermosos como frágiles. Disfrutemos de los paisajes sin alterar su riqueza.*



*Cuando vayas de excursión, sigue los senderos marcados y recuerda que estás en el hábitat natural de muchas especies. Por lo tanto, asegúrate de respetarlo y de no molestar a la fauna circundante.*



*Aquí, como en todas partes, el agua es un recurso, así que limite su consumo.*



*Utiliza botellas de agua reutilizables en lugar de las de plástico.*



*Para proteger el patrimonio excepcional del Parque Nacional de los Pirineos, asegúrese de respetar la normativa que se aplica en su zona central. Ir a [pyrenees-parcnational.fr](http://pyrenees-parcnational.fr) para preparar su salida.*



*Durante tus salidas de esquí, favorece el acceso a las estaciones en autobús de enlace.*



*Para los fumadores, recordad utilizar un cenicero de bolsillo para guardar las colillas y no tirarlas en la naturaleza. No dudes en venir a buscar uno en nuestros puntos de información de los Valles de Gavarnie.*



*Cuando salgas a la naturaleza, no dudes en llevarte una bolsa de recogida, que te permitirá contribuir a la conservación de nuestros montes recogiendo los residuos que veas a tu paso. Durante las vacaciones, mantén tus buenos hábitos y piensa en la clasificación selectiva.*



*Apoyar el comercio local favoreciendo los productos locales.*

**Dale una segunda vida a esta revista**

*Después de leerla, no dudes en compartirla para reducir su impacto en el medio ambiente.*



# • Encuéntranos



## AGENCE TOURISTIQUE DES VALLÉES DE GAVARNIE

infotourisme@valleesdegavarnie.com  
www.valleesdegavarnie.com

### 6 Puntos de Información Túristica :

#### ARGELÈS-GAZOST

15, place de la République  
65400 Argelès-Gazost

+33 (0)5 62 97 00 25

#### BARÈGES - TOURMALET

Place Urbain Cazaux  
65120 Barèges

+33 (0)5 62 92 16 00

#### GAVARNIE

Village  
65120 Gavarnie

+33 (0)5 62 92 49 10

#### GÈDRE

Place de la Bergère  
65120 Gèdre

+33 (0)5 62 92 48 05

#### PIERREFITTE-NESTALAS

45 av. Jean Moulin  
65260 Pierrefitte-Nestlas

+33 (0)5 62 92 71 31

#### VAL D'AZUN

Place du Val d'Azun  
65400 Arrens-Marsous

+33 (0)5 62 97 49 49

#### LOURDES

Place du Champ Commun  
65100 Lourdes

+33 (0) 5 62 42 77 40

www.lourdes-infotourisme.com  
info@lourdes-infotourisme.com

#### LUZ-SAINT-SAUVEUR

20 Place du 8 Mai  
65120 Luz-Saint-Sauveur

+33 (0)5 62 92 30 30

www.luz.org  
ot@luz.org

#### CAUTERETS

Place Maréchal Foch  
65110 Cauterets

+33 (0)5 62 92 50 50

www.cauterets.com  
infos@cauterets.com

#### SAINT-PÉ-DE-BIGORRE

13 Place des Arcades  
65270 Saint-Pé-de-Bigorre

+33 (0) 5 62 41 88 10

www.saintpedebigorre-tourisme.com  
ot.saintpedebigorre@gmail.com



Pic du Midi  
Tourmalet  
PYRÉNÉES FRANCE

# VOYAGE

aux sommets des Pyrénées

2877 M

## ...VIVEZ L'EXCEPTIONNEL AU PIC DU MIDI

Voyagez en téléphérique,  
visitez l'histoire de sa construction,  
prenez en plein la vue sur  
les terrasses aménagées  
et défiez Le Ponton dans le Ciel...  
Le dépaysement est garanti!

>>> **30€**

/PERSONNE

SOIT **120€**

/FAMILLE\*



\* Base famille:  
2 adultes + 2 enfants  
(- de 18 ans).

... Aller et retour en téléphérique,  
découverte du site, observation  
depuis les terrasses, accès au  
Ponton dans le Ciel, visite guidée  
sur tablette Histopad. Possibilité  
de déjeuner au restaurant  
panoramique Le 2877 à partir  
de 39€/la formule entrée plat  
ou plat dessert.

[picdumidi.com](http://picdumidi.com)





Vallées de Gavarnie  
et Pays de Lourdes

# Aqui que l'as *Là, tu l'as!*

MAGAZINE TOURISTIQUE #4