



gratuit

Aquiu que l'as *Là, tu l'as!*

Vallées de Gavarnie
et Pays de Lourdes

MAGAZINE TOURISTIQUE #4



**Explorer
et se sentir
dépaycé**

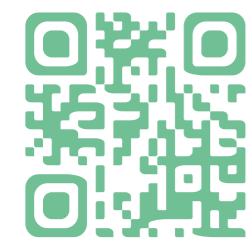
**Goûter
à la saveur
des Pyrénées**

**Faire des
rencontres
locales**

Les vallées sur le bout des doigts

valleesdegavarnie.com ✨

AGENDA
VIE LOCALE
ACTIVITÉS
VISITES
RESTAURANTS
LOISIRS
BIEN-ÊTRE
BONS PLANS...



VALLEESDEGAVARNIE.COM



VALLÉES DE GAVARNIE
PYRÉNÉES



Projet cofinancé par le Fonds Européen de Développement Régional

Vallées de Gavarnie et Pays de Lourdes

MAGAZINE TOURISTIQUE #4

SOMMAIRE

Le territoire en un coup d'œil	p.4
Comment venir ?	p.5
À voir, à vivre	p.6
D'une vallée à l'autre	p.9
Moments hors du temps	p.26
En nature	p.30
En mouvement	p.40
En douceur	p.48
En découverte	p.52
En dégustation	p.58
Préserver pour mieux transmettre	p.64
Nous rencontrer	p.66

LÉGENDE

accessible aux personnes à mobilité réduite	à faire avec les tout- petits	itinéraire à retrouver sur rando.valleesdegavarnie.com	à faire en tout temps	chiens tenus en laisse autorisés

Crédits photos

Manon Vallin - Agence Touristique des Vallées de Gavarnie : p. 6 - 8 - 9 - 13 - 14 - 24 - 25 - 28 - 29 - 36 - 44 - 46 - 47 - 50 - 65 / Julien Liron : p. 33 / Tristan Buchot : p. 58 - 59 - 60 - 61 - 62 - 63 / Antoine Garcia : p. 2 - 6 - 14 - 17 - 18 - 21 - 23 - 26 - 40 - 43 - 45 - 49 - 60 - 61 / Pierre Meyer : p. 1 - 15 - 16 - 20 - 25 - 27 - 29 - 42 - 44 - 59 - 68 / Pierre-Adrien Gineste : p. 39 / Vincent Fonvielle : p. 32 / Luc-Henri Fage : p. 27 / P. Vincent OT Lourdes : p. 7 - 10 - 11 - 41 / OT de Lourdes : p. 56 / Franchini Pascal - Photos : p. 49 / RoseLabeille : p. 47 / OT de Luz : p. 36 / N. Imbert_LuzTourisme : p. 23 - 26 - 32 - 56 / A. Laffont_LuzTourisme : p. 22 - 29 - 42 / F. Vila_LuzTourisme : p. 7 / A. Marec_LuzArdiden : p. 8 / Karine Sanvoisin : p. 50 / Sport Nature : p. 8 / C. Ringeval : p. 37 / Worldesle : p. 27 / Caroline Daguenet : p. 57 / FrenchCliffConnection : p. 40 - 41 / MorganeBeaugé_Cauterets : p. 8 - 19 - 44 / David Courriades_Cauterets : p. 19 - 26 - 29 - 33 - 40 - 45 - 48 - 57 / OT de Saint-Pé-de-Bigorre : p. 7 - 12 - 13 - 28 - 37 - 59 / Thibaut de Rouvray_OT de Saint-Pé : p. 32 / Sylvain Lanne : p. 33 / AdobeStock_Natalia Kurzova : p. 38 / AdobeStock_Dirk Rueter : p. 60 / AdobeStock_Cavan Images : p. 50 - 51 / AdobeStock_StockPhotoPro : p. 51

Aquiu que l'as Là, tu l'as!



Des espaces préservés

- Parc national des Pyrénées
- Réserve naturelle régionale du massif du Pibeste-Aoulhet
 - Réserve naturelle du Néouvielle
- 14 sites NATURA 2000



Patrimoine mondial de l'Unesco

Site Pyrénées - Mont Perdu
comprenant les 3 cirques
de Gavarnie, Estaubé
et Troumouse



RICE

Réserve Internationale
de Ciel Étoilé du
Pic du Midi de Bigorre



Point culminant

Vignemale 3 298 m

Direction de la publication 2023

Vallées de Gavarnie

Terrasse Jacques Chancel
15 Place de la République
65400 Argelès-Gazost

infotourisme@valleesdegavarnie.com

Graphisme

Vallées de Gavarnie
& David TOISER *Aprimo*

Illustrations

David TOISER *Aprimo*

Impression 2023

RSI / JOMAGAR
20 000 exemplaires
version française



Impression sur
papier PEFC



édito

Au cœur du massif pyrénéen brillent des vallées à l'identité unique et puissante. Comme un monde à part, ce petit bout de Terre a son propre langage, sa propre vision de la vie. Ici, le temps ne se compte plus en secondes, mais en découvertes, en rencontres, en partages. On prend le temps de vivre la vie et d'embrasser chaque instant précieux que la montagne nous offre.

Pas besoin de traverser le globe pour voyager. Dans ce joli coin des Hautes-Pyrénées, il y a tout ce qu'il faut pour se sentir dépaysé. Un site inscrit à l'Unesco, une Réserve Internationale de Ciel Étoilé, des Grands Sites Occitanie, des réserves naturelles, des villages authentiques à l'architecture montagnarde, des hauts lieux de spiritualité...

Venir dans nos vallées, c'est aussi s'immerger dans une forte culture locale, rencontrer des Pyrénéens à l'accent chantant si fiers de leur terroir et de leurs traditions qu'ils ne demandent qu'à partager avec quiconque voudra bien se donner la peine de les écouter.

Lourdes, Saint-Pé-de-Bigorre, Argelès-Gazost, Cauterets, Luz-Saint-Sauveur, le Val d'Azun, Barèges-Tourmalet, Gavarnie-Gèdre... des lieux aussi différents que complémentaires que nous vous proposons de découvrir au fil de ces quelques pages. Nous espérons que ce petit avant-goût vous mettra l'eau à la bouche et saura vous convaincre de (re)venir vivre des moments inoubliables à nos côtés.

*Alors, vous vouliez du dépaysement ? Aquiu que l'as !**
**Là, tu l'as !*

Comment venir ?

En avion
 aéroport de Tarbes-Lourdes-Pyrénées à 10 min de Lourdes. Navettes depuis l'aéroport vers Lourdes et les stations de ski.

En train
 accès gare de Lourdes, puis transports en commun pour desservir l'ensemble des vallées.

En voiture
 depuis Toulouse et Bayonne via A64, Bordeaux via A65.

En bus
 depuis la gare de Tarbes et Lourdes ou l'aéroport via la ligne 965.



À voir, à vivre

Passer une nuit en montagne

En montagne, la nuit brille autant que le jour. En été, après une journée de randonnée, et si vous posiez votre sac pour passer une nuit au creux des sommets ? Sous la tente, à la belle étoile ou dans un refuge, profitez de la pureté du ciel pour compter les étoiles et non plus les moutons...

Avant votre départ, veillez à bien vous renseigner sur la réglementation en vigueur pour le bivouac sur le lieu choisi, notamment dans le Parc national des Pyrénées et dans les réserves naturelles.



Visiter Saint-Pé à la lueur des lanternes

Profitez de la douceur des soirées d'été pour découvrir la riche histoire de Saint-Pé-de-Bigorre ! À la lueur des lanternes, marchez dans les pas d'une guide-conférencière au fil des ruelles endormies pour découvrir les légendes, anecdotes et petits secrets que recèle ce joli village.

Regarder le soleil se coucher sur Lourdes

Après une montée en funiculaire pour vous hisser en haut du Pic du Jer à 948 m d'altitude, un panorama à 360 degrés se dévoile à vous. Parfait pour contempler le ciel se parer de mille nuances orangées et observer l'arrivée des premières étoiles. Profitez ensuite de la douceur des nuits d'été pour redescendre à pied, à la lueur de la lampe torche.



Essayer la via ferrata

Ces itinéraires aménagés sur les parois rocheuses vous permettent de découvrir les vallées sous un nouvel angle. En autonomie pour les plus chevronnés ou accompagnés d'un professionnel pour les plus novices, différents parcours aux niveaux variés ponctuent le territoire et vous permettent de découvrir cette pratique.

Assister à un concert à 2 877 m d'altitude

Existe-t-il une plus belle scène que les terrasses du Pic du Midi pour faire résonner la musique dans toutes les vallées ? Chaque été, des concerts sont organisés, une expérience unique à vivre !



Défier les grands cols du Tour de France en vélo électrique

Cette année encore, les Pyrénées feront briller les coureurs du Tour de France lors d'une étape reliant Tarbes au Cambasque à Caunterets en passant par le Col du Tourmalet. Vous aussi, roulez dans les traces des plus grands en vélo électrique et réalisez des ascensions mythiques : l'Ardiden, le Hautacam, l'Aubisque et bien d'autres challenges vous attendent ici !

Retrouvez l'ensemble des activités à faire sur le territoire et les contacts des prestataires dans les Offices de Tourisme, contacts p. 66.

Retrouvez l'ensemble des activités à faire sur le territoire et les contacts des prestataires dans les Offices de Tourisme, contacts p. 66.

Tester les sorties accompagnées

Que l'on soit un habitué de la montagne ou non, les sorties accompagnées sont toujours une source de découverte. Se balader avec un lama, partir pour une randonnée photo, tester la cani-randonnée, faire son premier 3 000... Été comme hiver, il y en a pour tous les goûts et tous les niveaux. Les guides et accompagnateurs sont de véritables mines d'informations et d'histoires sur les vallées. Grâce à eux, vous apprendrez à voir bien au-delà des paysages...



Méditer face aux sommets

Cet hiver, essayez de nouvelles expériences à Luz Ardiden ! Après une balade en raquettes en autonomie en direction de la cabane de Counques, profitez de 45 minutes de yoga avec une professeure locale puis terminez ce moment de douceur et d'évasion par un pique-nique que vous pourrez déguster face aux sommets.



Observer la faune et la flore au Pont d'Espagne

En été, sur le belvédère du télésiège de Gaube, venez rencontrer l'animateur nature ! Ce passionné de montagne et de nature vous fera découvrir la faune, la flore et l'histoire géologique du Pont d'Espagne. Si vous avez de la chance, peut-être apercevrez-vous des isards, bouquetins ou marmottes !



Passer l'été au frais

Des rivières, que l'on appelle ici les gaves, aux lacs aux mille nuances de vert et de bleu, en passant par les puissantes cascades... L'eau est de tous les instants et vous accompagne partout.

En balade, en rafting ou encore en canyoning, profitez de la fraîcheur qui se dégage des vallées pour faire baisser la température !

D'une vallée à l'autre

**S'il fallait résumer
 Lourdes en...**

1 panorama

**La pointe du cavalier
 au Château fort de Lourdes.**

De là-haut, une vue à 360° sur la ville et sur les Pyrénées se dévoile à vous...

1 point d'eau

Le Gave de Pau. À pied ou à vélo, longez ce cours d'eau jusqu'à Argelès-Gazost pour profiter de la fraîcheur qu'il dégage.

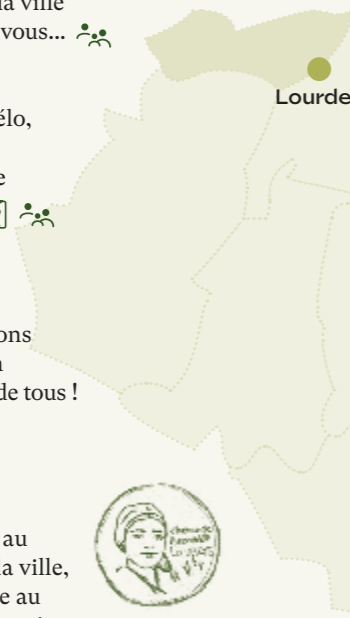
1 temps fort

Les Estivales de Lourdes, une programmation d'animations qui se déroulent du 21 juin à fin septembre 2023, pour le plaisir de tous !

1 balade

Le chemin de Bernadette.

En suivant ce nouveau tracé matérialisé par des clous dorés au sol dans le cœur historique de la ville, retracez la vie de la petite sainte au travers des lieux qu'elle a fréquentés.



**Une carte pour découvrir
 le meilleur de Lourdes**

Lourdes a tant de choses à vous faire découvrir, et ce en toutes saisons ! Alors mieux vaut vous préparer pour ne rien manquer. Et pour cela, rien de tel que la City Card.

Cette carte vous permet de découvrir les sites et activités incontournables de Lourdes à prix réduit. Grâce à ses 4 formules de 24h ou 48h consécutives et 3 ou 5 jours non consécutifs, vous pourrez choisir le format qui correspond le mieux à votre séjour et à vos envies.

Accédez ainsi à plus de 20 visites de la ville et des vallées tels que les musées, visites, excursions, piscines, gastronomie, le tout en gagnant du temps et en faisant des économies ! Rendez-vous en ligne ou à l'Office de Tourisme de Lourdes pour acheter votre carte puis téléchargez l'application qui vous accompagnera partout et vous aidera à organiser votre venue au cœur des Pyrénées.

Je suis Adrien, j'ai une formation d'ingénieur généraliste, j'ai travaillé dans le secteur de la joaillerie jusqu'à présent [...] On est venu sur Lourdes pour rencontrer la société SERAL, on cherchait un atelier de fabrication en France, avec un vrai savoir-faire [...] On a fait le choix de venir s'implanter dans la région, de s'associer à cette entreprise et à son développement. [...] On est arrivé pour s'installer en famille à l'été 2022 et là on a retrouvé une ville qui était vivante avec beaucoup de monde, ça nous a forcément bien rassurés et on a pu découvrir à la fois les Pyrénées, à la fois les activités qu'on peut trouver sur place dans Lourdes, à l'extérieur... Et l'image qu'on a eue de Lourdes à ce moment-là a vraiment évoluée et changée. [...] On a trouvé ici, sur Lourdes, des gens vraiment accueillants, agréables et un côté international qui est vraiment appréciable [...]

Adrien Collange - **SERAL 1946**



La grotte de Massabielle est représentée aux quatre coins du monde, on trouve plus de 5 000 reproductions dans 46 pays différents.

*le percnoptère
 d'égypte*



1 lieu

Le Sanctuaire de Lourdes, un lieu unique à voir au moins une fois dans sa vie.



**Le point de départ
 de sorties sportives**

Si elle est connue pour son patrimoine historique, Lourdes offre également de grandes possibilités de sorties à vélo. Chaque année la ville accueille de grands événements cyclistes : passage du Tour de France, compétitions cyclosportives... Vous aurez l'embarras du choix pour assister en tant que spectateur et même participer ! Que vous soyez confirmé ou débutant, seul ou en famille, il existe sur Lourdes et aux alentours 100 km de sentiers VTT, avec 22 itinéraires VTT, un Bike Park et un single park pour enfants. Vous pourrez également rejoindre les Vallées de Gavarnie, par la Voie Verte des Gaves, labellisée Tourisme & Handicap.

1 animal

Le vautour percnoptère est l'un des symboles du milieu montagnard pastoral pyrénéen. Des mesures de préservation pour son aire de nidification (sentier fermé) en partenariat avec la Ligue de Protection des Oiseaux (LPO) ont été mises en place au Pic du Jer.



Lourdes

Plus d'informations sur
lourdes-infotourisme.com



Située sur le sentier karstique, la jolie **grotte de la Bouhadère** souffle constamment de l'air frais en été. Une clim' naturelle, idéale en période de chaleur ! 🧑🏻‍🦺🐾

1 rando

L'Aoullhet. Entre forêts et estives, cette balade vous montre les recoins sauvages et pittoresques de la Réserve naturelle Régionale du Pibeste-Aoullhet. On profite de sa cabane libre d'accès et rénovée pour passer une douce nuit en montagne ou pour s'octroyer une halte bien méritée ! 🐾



Il était une fois... Saint-Pé-de-Bigorre

Bordé de montagnes, Saint-Pé-de-Bigorre est surtout connu des amateurs de spéléologie pour ses nombreuses cavités ainsi que des randonneurs qui aiment s'évader dans la nature verdoyante de la Réserve naturelle Régionale du massif du Pibeste-Aoullhet. Bien que ce petit coin des Pyrénées regorge de richesses naturelles, c'est aussi un lieu chargé d'Histoire. À commencer par celle du Duc de Sanche V de Gascogne qui, après une guérison miraculeuse en ce lieu, y fonde une abbaye dédiée à Saint-Pierre (« Saint-Pé » en bigourdan) en l'an 1022.

Le passage des moines de l'abbaye bénédictine du XI^{ème} siècle, des artisans cloutiers du XIX^{ème} siècle, des charbonniers ou encore des pèlerins en chemin pour Compostelle, a façonné le village et ses ruelles en laissant de magnifiques vestiges. Arcades, portes cloutées, linteaux sculptés et datés, lavoirs... Autant de richesses qu'il est possible de découvrir en famille de manière ludique grâce au jeu de piste Randoland !

« Je m'appelle Ghislain Ross et je m'occupe des Grottes de Bétharram. Je suis la cinquième génération à m'en occuper puisqu'elles sont ouvertes depuis 120 ans au public [...] Ça nous ramène à 1903, la date d'ouverture officielle au public suite à de nombreux travaux d'aménagements que mon arrière-arrière-grand-père avait faits pour rendre le site accessible. [...]

Petit à petit des touristes sont arrivés et ont commencé à s'émerveiller devant ces particularités de la nature parce qu'on voit souvent la montagne de l'extérieur, mais elle est aussi très belle de l'intérieur. [...]

Il faut savoir que sur le massif de Saint-Pé, qui est donc un massif karstique avec beaucoup de cavités (1 800), nous, on est une grotte aménagée pour recevoir le grand public, mais sur les autres cavités [...] qui sont moins faciles d'accès, il y a également des spéléologues qui offrent la possibilité d'avoir une découverte plus aventureuse [...] »

Ghislain Ross
Directeur des Grottes
de Bétharram



Les Grottes de Bétharram 🧑🏻‍🦺🐾

Un incontournable lors de votre visite à Saint-Pé-de-Bigorre ?

La visite des Grottes de Bétharram, découvertes en 1819 par Léon Ross ! S'étalant sur 5 étages et 2,8 km de long, c'est un véritable voyage entre les Hautes-Pyrénées et les Pyrénées-Atlantiques qui vous attend ici. Si leurs décors naturels faits de stalactites et stalagmites valent déjà le détour, les moyens de transport pour les découvrir ajouteront à votre exploration une dimension insolite.

Entre petit train avec banquettes ouvertes pour profiter du spectacle et bateau voguant sur le lac des grottes, c'est un moment qui émerveillera petits et grands à coup sûr !



1 temps-fort

Les soirées "**Côtelettes étoilées**", des randonnées accompagnées et commentées avec apéro, repas du terroir, coucher de soleil et retour à la lampe frontale... Le tout dans une ambiance conviviale. 🧑🏻‍🦺

Saint-Pé-de-Bigorre

S'il fallait résumer Saint-Pé en...

1 point d'eau

Les **ruisseaux des « Génies »** qui courent au travers de la végétation luxuriante de la forêt de Trescrouts. Un lieu paisible et rafraichissant, parfait en été ! 🧑🏻‍🦺🐾

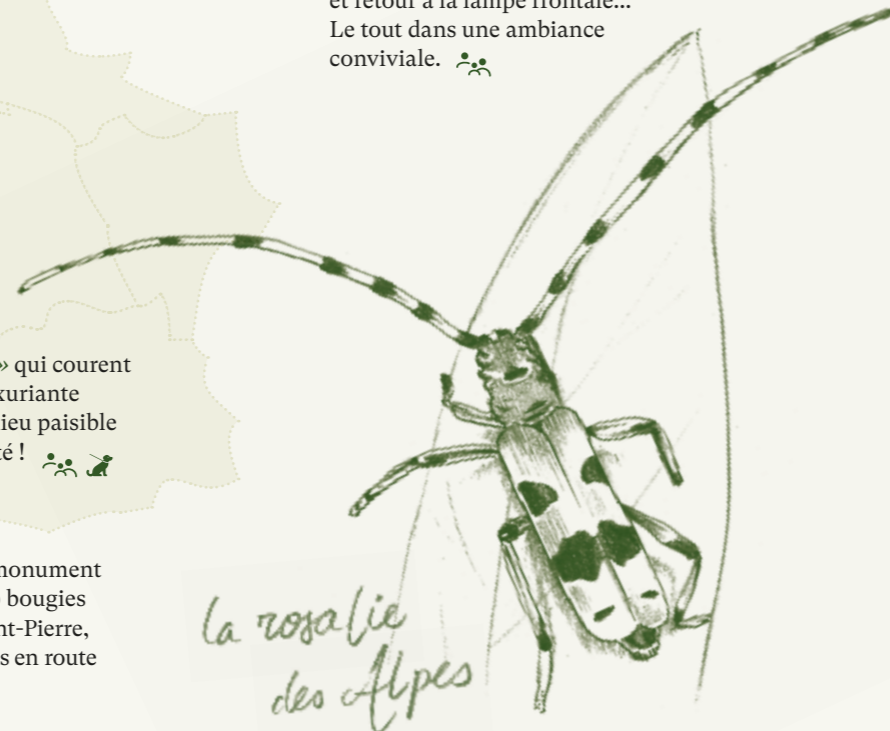
1 lieu

L'église Saint-Pierre.

Cet imposant édifice, classé monument historique, a soufflé ses 1 000 bougies en 2022. Il abrite la Clé de Saint-Pierre, relique vénérée par les pèlerins en route pour Compostelle.

1 panorama

Le plateau du Mousqué avec ses chênes centenaires offre un cadre idéal pour pique-niquer. Accessible en voiture ou à pied par un sentier balisé, ce lieu offre un magnifique panorama sur le massif au Sud et jusqu'à la ville de Pau au Nord.



la rosalie
des Alpes

1 animal

La rosalie des Alpes. C'est l'un des plus grands et plus gracieux coléoptères d'Europe et l'un des rares à être protégé. Aux heures chaudes de l'été dans les hêtraies sauvages de Saint-Pé, admirez-la dans son beau costume gris-bleu ponctué de noir...



« *Moi c'est Chemine avec Aline ! Je suis Gersoise et je vis au Pays depuis 1993. Cette année je suis particulièrement heureuse parce que ça fait 30 ans que j'exerce mon formidable métier d'accompagnatrice en montagne. [...] J'adore le bassin d'Argelès parce que nous sommes ici sur le piémont, au carrefour des vallées avec une météo extraordinaire. [...] C'est une situation géographique que j'ai choisie au départ et que je ne suis pas près de quitter... nous sommes ici dans une vallée qui a tous les atouts [...] Chaque fois que je pars, je sais qu'avec mes ânes j'apporte le bonheur aux autres et ça, ça n'a pas de prix, c'est magique. [...] J'ai des petits coins secrets que je vais garder précieusement, mais tout de même la Réserve régionale du Pibeste est exceptionnelle en faune, en flore et en itinéraires... [...]* »

Aline - **accompagnatrice en montagne avec des ânes**
Chemine avec Aline



Après avoir quasiment disparu des Hautes-Pyrénées dans les années 1970, c'est à Argelès-Gazost que **la loutre d'Europe** fut redécouverte en 1997. Aujourd'hui, tous les bassins versants de nos vallées sont fréquentés par la loutre !



Au-dessus de Villelongue, se dressent dans un magnifique écrin de verdure les ruines du **prieuré de Saint-Orens**, l'un des plus anciens monastères du département.

3h / Facile / 6,3 km en boucle / 430 m d+

La vallée d'Argelès-Gazost

À l'image d'une clé, la vallée d'Argelès-Gazost vous ouvre les portes de toutes les autres vallées. Au confluent de nombreux points d'intérêts tels que les Grands Sites Occitanie, elle n'est cependant pas qu'un lieu de passage et recèle de nombreux atouts. En effet, sa ville typique des Hautes-Pyrénées regorge de vie et de traditions à l'instar de son marché local qui rassemble les foules été comme hiver. Ses petits villages aux alentours, riches en patrimoine et en points de vue, font le charme de ce joli coin des Pyrénées. Le village médiéval de Saint-Savin et son abbatale en sont le parfait exemple. La vallée est aussi la terre d'accueil d'un centre thermal et d'un espace de loisirs 4 saisons, Hautacam à découvrir en hiver comme en été.

Vous trouverez ici de quoi combler vos envies de découverte et de nature, notamment dans la Réserve naturelle Régionale du massif du Pibeste-Aoulhet qui fourmille de sentiers de randonnée à faire à pied ou en raquettes pour prendre de la hauteur et apprécier le territoire dans son entièreté.

Vous pourrez aussi faire la rencontre de la faune locale en faisant un passage au Parc animalier des Pyrénées ou au Donjon des Aigles.

Tout au long de l'année, profitez des événements incontournables qu'offre cette ville rayonnante tels que la fête des chiens des Pyrénées, la transhumance et bien d'autres encore !



L'amusement n'a pas de saison à Hautacam

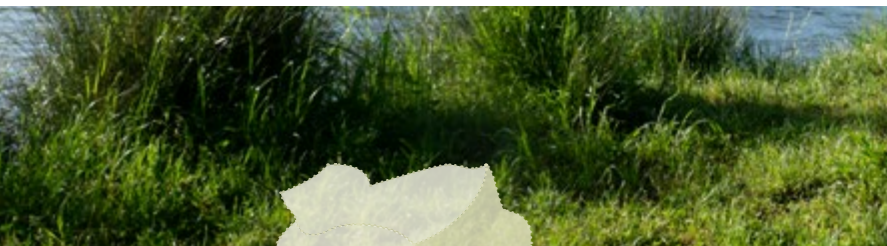
Si son ascension est réputée sur la route du Tour de France, Hautacam brille pourtant par son accessibilité et sa vue dégagée sur les vallées. Idéale pour les familles, cet espace de loisirs propose des activités tout au long de l'année.

En hiver, les flocons habillent les prairies pour accueillir les skieurs sur leurs pentes. Ski alpin, ski de fond, raquettes, chiens de traîneau et autres activités sont alors au programme.

À la belle saison, outre l'incontournable randonnée vers le lac d'Isaby, profitez des déval'karts, trottinettes électriques ou encore de l'Explor Games®

(un jeu immersif sur tablette) pour découvrir ces sommets sous tous leurs aspects.

En 2023, des nouveautés viennent étoffer cette offre 4 saisons déjà bien complète : rolling bulle, big air bag, toboggans géants, vélos sur tyroliennes. Sans oublier l'incontournable Mountain Luge que l'on retrouve toute l'année. Embarquez à bord de cette luge sur rail sécurisée qui dévale le Hautacam à la vitesse que vous souhaitez (de 10 à 45 km/h). En plus, la réalité virtuelle s'invite sur la luge pour décupler les sensations et vous faire vivre une expérience inoubliable.



Argelès-Gazost

S'il fallait résumer la vallée d'Argelès-Gazost en...

1 lac
Le lac de Bassias en forme de goutte, accessible depuis Hautacam.
4h AR / Moyen / 13,5 km / 500 m d+ 🏞️ 📍

1 rando
Le Mont de Gez depuis Arras d'où l'on profite d'une vue sur les sommets alentours, la vallée d'Argelès-Gazost et le Pic du Midi.
3h / Facile / 7 km en boucle / 483 m d+ 🏞️ 📍 👥



1 lieu
La Tour médiévale de Vidalos (XII^{ème} siècle) depuis laquelle on profite d'une vue imprenable sur la vallée d'Argelès-Gazost et les sommets environnants. Accès libre.
À retrouver sur le parcours **"la colline du Bousquet"**.

1h 15 / Très facile
2,6 km en boucle / 168 m d+ 📍 👥

1 panorama
Le point de vue dégagé sur les vallées depuis la **chapelle de Ponéy-Aspé**. À découvrir durant la balade **"chemin des chapelles"**.
3h AR / Moyen / 7,1 km / 420 m d+ 🏞️ 📍

1 temps-fort
Estiv'art à Argelès-Gazost, les 29 et 30 juillet 2023 où artistes professionnels et amateurs communiquent leur passion autour d'animations, démonstrations, ateliers...



S'il fallait résumer le Val d'Azun en...


1 lac

Le lac Nère d'où l'on profite d'une belle vue sur le Balaitous. À retrouver sur l'itinéraire "les trois lacs du pic Arrouy".


7h AR / Difficile / 19,9 km / 1162 m d+ 

1 panorama

La pointe de Surgatte, au départ du Col du Soulor. Cette pointe offre un beau panorama sur le Val d'Azun.


3h AR / Moyen / 7,7 km / 335 m d+ 

1 temps-fort

Trad'Azun, du 1^{er} au 3 septembre 2023. Festival de musiques traditionnelles. Au programme, bals, concert, salon de lutherie et autres animations vous attendent pour passer un moment en immersion dans les traditions locales ! 

1 rando

Au-dessus du Tech, une jolie balade menant à la **cabane de Bouleste** offre un beau paysage pastoral dans lequel observer les colonies de marmottes.

3h AR / Facile / 7,1 km / 513 m d+ 



La commune d'Arrens-Marsous est labellisée **Territoire Bio Engagé** pour sa surface agricole.

Arrens-Marsous



Une terre de tradition

Il existe dans cette vallée une forte préservation des traditions pastorales. C'est entre montagnes, forêts et prairies que les bergers du Val d'Azun se succèdent depuis des centaines d'années. Ici, le temps est ralenti, presque figé.

Les saisons défilent, les années passent, mais les traditions et les savoir-faire de ces bergers demeurent. À la belle saison, les troupeaux partent en estive et rejoignent les pâturages de haute montagne pendant que les éleveurs cultivent les plateaux du Val d'Azun pour faucher l'herbe tendre.

Lorsque la fraîcheur s'installe, les bêtes rentrent au chaud dans les étables pour déguster le foin vaillamment récolté tout l'été et laissent place aux activités nordiques sur les étendues de neige. C'est ainsi qu'en prenant soin d'eux, les troupeaux fournissent des ressources de grande qualité qui font la renommée de la vallée.

Le délicieux fromage « Val d'Azun - Pyrénées » en est d'ailleurs l'exemple parfait !

1 animal

Le Milan noir.

Le Col du Soulor est un site majeur d'observation de la migration des oiseaux, dont le Milan noir. Plus de 53 900 individus ont été comptés en 2022 par l'OCL, Oiseaux Cols Libres, une association d'étude et de protection des oiseaux migrateurs.

Plus d'infos : oiseauxcolslibres.wixsite.com/oiseaux-cols-libres

"Je m'appelle Jean-François Guillot et je suis confiturier à Arrens-Marsous, dans le Val d'Azun [...] C'est un peu le hasard qui, ma femme et moi, nous a emmenés ici il y a 13 ans maintenant. On s'est aperçu que l'Atelier du Confiturier était à vendre, on en a profité, on a sauté sur l'occasion. [...]"

On a été très bien accueillis ici, les gens sont particulièrement sympas. On est un peu hors du temps ici dans le Val d'Azun, en tout cas c'est l'impression que ça donne. C'est une vallée qui est très préservée, c'est peut-être en relation avec le fait que le temps paraît un peu suspendu. [...]"

Le Val d'Azun est une vallée assez particulière. Tout d'abord elle est très large et puis elle est orientée est-ouest ce qui est très favorable pour l'ensoleillement et donc idéal pour y établir des vergers. [...]"

Jean-François
l'Atelier du Confiturier



1 lieu

La Maison du Val d'Azun et du Parc national des Pyrénées

où un sentier virtuel vous emmène en promenade du village jusqu'aux sommets, en passant par les vieilles forêts et les estives. Les différents aménagements pédagogiques et interactifs vous plongent en immersion dans cette belle vallée.



Le plein air en plein cœur

Il est impossible de résumer le Val d'Azun à une seule discipline tant sa diversité de paysages offre de possibilités. S'il est plutôt évident que les randonneurs trouveront ici chaussures à leurs pieds, les traileurs et les cyclistes ne seront pas en reste !

À vélo, les Cols du Soulor, de Couraduque ou encore d'Aubisque seront des challenges grisants pour suivre les traces des plus grands noms du cyclisme du Tour.

En courant, les nombreux sentiers qui sillonnent les reliefs, allant de l'initiation au kilomètre vertical, seront l'occasion de dépasser vos limites dans un cadre exceptionnel.

À pied, alternez entre lacs aux mille reflets, forêts, plateaux ou sommets et rencontrez les plus beaux chemins du Parc national des Pyrénées.

Enfin, profitez également de sorties en trottinettes électriques et de descentes en tyrolienne au Soulor pour découvrir de nouvelles facettes du Val d'Azun plus insolites !



**S'il fallait résumer
Cauterets en...**

1 rando

Le lac d'Ilhéou, en été depuis les crêtes du Lys (via la télécabine + télésiège) pour une balade en famille accessible ou au départ du Cambasque.

3h 30 AR / Moyen / 9,1 km / 630 m d+ 

1 lac

Le lac de Gaube aux eaux émeraude, face au Vignemale.

Accessible l'été sans effort en remontées mécaniques, ou en 1h30 depuis le parking du Puntas au Pont d'Espagne.

2h30 AR / Facile / 4,9 km / 280 m d+ 

1 panorama

Les crêtes du Lys d'où l'on profite d'un panorama à 360° sur les sommets emblématiques des Pyrénées.

Accessibles en télécabine et télésiège depuis le village de Cauterets.

1 temps-fort

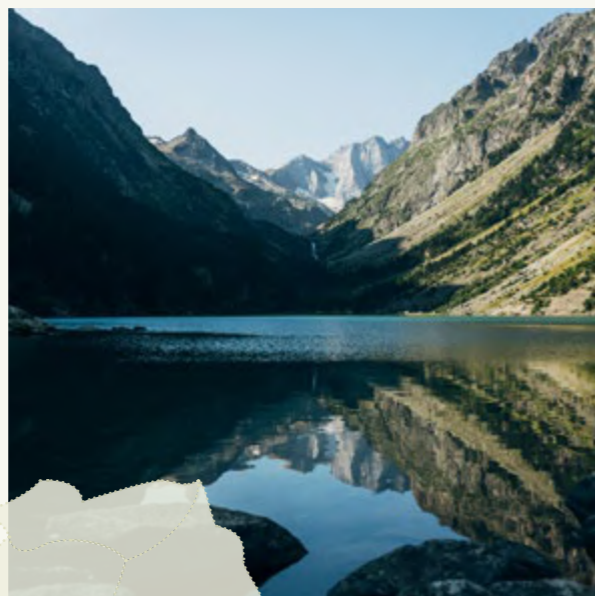
Le Festival Pyrénéen de l'Image Nature.

Du 29 septembre au 1^{er} octobre 2023, retrouvez à Cauterets ce festival dédié à la photographie et aux films naturalistes.



1 animal

L'isard. Emblème de Cauterets, cet animal peuple les montagnes et profite du cadre préservé du Parc national. Il est possible de l'observer en été sur les faces exposées au soleil en matinée.



**Un village engagé,
une nature préservée**

Au creux des montagnes, Cauterets est un petit village vivant qui se fond à merveille dans le paysage pyrénéen. De la terre au ciel, des fleurs jusqu'aux étoiles, chaque élément naturel est ici chéri et respecté. La nature est reine et les Cauterésiens sont les gardiens de ce patrimoine riche et fragile.

Pour qu'il demeure et que son faste soit le plus bel héritage que nous puissions donner à nos enfants, il convient de le protéger. C'est ainsi que sont nés la Réserve Internationale de Ciel Étoilé, qui protège et préserve la nuit, et le Parc national des Pyrénées.



1 lieu

Le refuge Wallon. Situé dans la belle vallée du Marcadau, à 1 865 mètres d'altitude, ce refuge entièrement rénové est désormais écoresponsable, autonome en énergie et pensé pour avoir le minimum d'impact sur son environnement naturel.

5h AR / Facile / 15,9 km / 400 m d+ 

Ce dernier abrite en son sein une faune et une flore diversifiées avec lesquelles locaux et visiteurs vivent en harmonie. Isards, bouquetins, marmottes ou encore gypaètes barbus, ont trouvé ici un refuge dans lequel évoluer paisiblement.

La Maison du Parc à Cauterets est un temple dédié à cet espace naturel et vous aidera à mieux comprendre ce territoire et ses ressources pour que vous deveniez, à votre tour, acteur de sa préservation.

**Le point de départ
de grandes émotions**

S'il est vrai que Cauterets est idéal pour flâner dans ses jolies rues au patrimoine riche et se détendre dans les eaux thermales des Bains du Rocher, c'est aussi une destination de grandes émotions. À pied, ou en raquettes l'hiver, vivez vos plus belles randonnées à la rencontre du lac de Gaube et son panorama sur le Vignemale, de l'incontournable Pont d'Espagne ou encore de la Fruitière. Ensoleillés ou enneigés, ces paysages sont des muses idéales pour réaliser vos plus beaux clichés lors de randonnées accompagnées d'un photographe professionnel.

Prenez également le temps de goûter à la saveur de Cauterets au travers de ses délicieux produits locaux achetés aux halles ou directement chez les producteurs. Et quel meilleur spot de pique-nique qu'une paroi de via ferrata pour faire honneur à ces douceurs ?

Enfin, à la nuit tombée, laissez-vous tenter par l'appel chaleureux d'une soirée dans un igloo...

Cauterets, c'est toutes ces activités et bien plus encore en toutes saisons !

« Je m'appelle Hadrien Brasseur, je suis accompagnateur en montagne et je travaille essentiellement dans la vallée de Cauterets. [...] Ce que j'aime c'est cette diversité et ses ressources naturelles. Il y a un élément que j'aime par-dessus tout c'est vraiment l'eau. Et à Cauterets l'eau est omniprésente, il y a de l'eau de partout. Et puis, il y a le sentier des cascades où, l'été notamment, on peut randonner à l'ombre, au bord de l'eau, ça apporte une fraîcheur qui est assez exceptionnelle. [...] Et puis l'hiver, j'aime beaucoup me balader et randonner dans la vallée du Lutour. C'est un peu un îlot de vie sauvage, éloigné de l'activité humaine. En prenant de la hauteur, nous arrivons dans la zone cœur du Parc national des Pyrénées, c'est pour moi un spot incontournable pour les amoureux de la nature. »

Hadrien Brasseur - **Accompagnateur en montagne / photographe**




psst...



Cauterets est labellisée **Terre d'alpinisme** par la FFCAM et l'Unesco depuis le 23 juin 2022. Une reconnaissance décernée pour la diversité des activités montagne autour de Cauterets.





Barèges – Tourmalet

Plus d'informations sur valleesdegavarnie.com



Le circaète Jean-le-Blanc

S'il fallait résumer Barèges en...

1 lac

Le lac bleu. Un joli itinéraire en compagnie des troupeaux en estive. Au départ du virage de Toue à Barèges.

5h30 AR / Moyen / 13,4 km / 750 m d+ 🐾

1 animal

Le circaète Jean-le-Blanc.

Facilement visible sur Barèges, ce beau rapace se nourrit de serpents et de lézards.



1 panorama

Le belvédère de Saint-Justin

depuis Barèges. Cette promenade très accessible vous mène vers un point de vue remarquable sur les villages perchés de Labatsus et la vallée de Luz.

2h15 AR / Très facile / 4,9 km en boucle / 90 m d+



1 temps-fort

Le 29 juillet 2023, le Col du Tourmalet sera l'arrivée de la 7^{ème} étape du Tour de France Femmes.



Barèges est la plus haute station thermale de France (1 250 m).

Pic du Midi, tremplin vers la Réserve Internationale de Ciel Étoilé 🌌

Gardien éternel des cieux, le Pic du Midi est la preuve que les rêves les plus fous peuvent se réaliser à condition que l'on se donne les moyens de les atteindre. Témoin de l'épopée extraordinaire de l'Homme à la conquête des étoiles, il est aujourd'hui au centre de la Réserve Internationale de Ciel Étoilé (RICE) et accueille le plus haut planétarium d'Europe avec son observatoire et son musée.

Le spectacle commence dès votre entrée dans le téléphérique. Montez jusqu'à 2 877 mètres d'altitude et découvrez peu à peu ce monde à part qui se dévoile au fil de votre ascension. Arrivé en haut, laissez votre regard se perdre dans le panorama à 360° sur les sommets pyrénéens depuis les 600 m² de terrasse ou depuis le ponton perché dans le vide. L'expérience est grisante. Pour profiter pleinement de ce lieu unique, accordez-vous une pause gourmande au restaurant et, pourquoi pas, une nuit la tête dans les étoiles...



1 randonnée

Le vallon d'Aygues-Cluses qui vous mènera à la rencontre d'un tout nouveau refuge sur le Tour du Néouvielle.

5h30 / Moyen / 13,1 km en boucle / 700 m d+ 🐾



Les villages perchés de la vallée de Barèges

Les villages de Labatsus ponctuent la vallée de Barèges et viennent habiller le flanc de montagne de leurs charmantes vieilles pierres chargées d'histoires.

Pour les découvrir, c'est à Esterre que commence votre voyage à la rencontre de ce riche patrimoine. Vous pourrez y rencontrer les ruines du château Sainte-Marie, magnifique vestige de l'histoire du « Pays Toy ». Vous continuerez ensuite vers Viella où sa remarquable fontaine au berger vous attend, avec en toile de fond la belle cascade Jeantoy. Le sentier vous mènera un peu plus haut à Betpouey, petit village rythmé par le son des cloches des moutons qui paissent paisiblement sur les vastes étendues verdoyantes. Traversant le gave, vous poursuivrez vers Sers, jolie commune ensoleillée, où vous pourrez faire un détour par l'oratoire Saint-Justin situé sur les hauteurs du village. Le point de vue y est sublime. Enfin, vous traverserez Viéy et son beau lavoir devant lequel vous pourrez faire un stop photo avant de redescendre vers Esterre.

Cette randonnée patrimoine est une véritable immersion dans la vie locale...



« Je suis Denis Laporte, je suis éleveur de moutons à Viella, petit village de la vallée de Barèges. Un élevage de brebis en AOP Barèges-Gavarnie pour la partie des brebis adultes et des doublons, les mâles castrés, et ensuite en agneaux des Pyrénées pour la partie des jeunes animaux. J'exploite essentiellement mes parcelles sur les villages de la vallée de Barèges donc Esterre, Viella, Viéy, Sers, Barèges [...]. Ce sont des parcelles avec chacune une grange que l'on retrouve autour de ces petits villages qu'on dit perchés, puisque c'est entre 80 et 100 habitants. Des villages à flanc de montagne et qui font leur richesse avec leur église, leur patrimoine, leurs ruelles [...] Et ensuite pour l'été nos brebis vont en transhumance à la Gaubie au-dessus de Tournaboup en direction du Tourmalet [...] »

Denis Laporte
Éleveur de moutons à Viella



1 lieu

La **Maison du Tourmalet** a ouvert ses portes cette année.

Véritable centre d'animations et de médiation autour des thématiques de protection de la nuit et de la biodiversité et la gestion de la Réserve Internationale de Ciel Étoilé ainsi que sur l'historique du Tour de France au Col du Tourmalet. 🌌 🐾



S'il fallait résumer la vallée de Luz en...

1 lac

Le lac Grand d'Ardiden.

Au coeur du massif granitique de l'Ardiden, plongez dans le domaine minéral de la haute montagne.

6h AR / Difficile / 1060 m d+

1 lieu

Maison du Parc national et de la Vallée.

En 2023, la Maison fête ses 40 ans ! Spectacles, rencontres, cartes cadeaux artistiques, projets arts plastiques, journée souvenir, abonnement médiathèque : une ribambelle de cadeaux offerts à tous.



Un trésor a été retrouvé à Luz mais pas celui des Templiers qu'on s'était imaginé. Lors des travaux de réhabilitation de la Maison Gradet Poque en mairie, les ouvriers ont exhumé une boîte contenant 883 pièces d'or venant de différents pays et estimées à plusieurs dizaines de milliers d'euros ; sûrement un trésor abandonné par une famille ou bien caché par Napoléon III lors de sa venue, le secret reste entier !

« Je suis Jean-Louis Trey, dit Charly, parce qu'à l'Orphéon, c'est Charly ! [...] 51 ans d'Orphéon, plus de 1000 concerts et surtout une passion. Un enfant du Pays qui défend corps et âme cette vallée, ce Pays Toy [...] Ici, l'Orphéon fait partie de l'histoire de la vallée, du patrimoine, des racines, puisque l'ADN de l'Orphéon colle complètement à ce qu'on veut défendre. Souvent avec nos chants on défend les valeurs de la vallée. [...] On parle du Pays Toy, on chante le Pays Toy autrement dit on met en avant tous les bienfaits de cette vallée, toutes les beautés... Notre plus grand plaisir, c'est que le Pays Toy soit une ouverture tout en gardant sa spécificité, son esprit et la beauté de ses paysages [...] On chante la nature, on chante les conditions de vie, on chante des événements heureux, on se calque sur l'histoire de la vallée. [...] »



Charly - **Chanteur traditionnel pyrénéen à l'Orphéon, ensemble vocal d'hommes amateur.**



1 randonnée

Le circuit des 3 villages. À travers les sous-bois habités de vieilles granges foraines, des sentiers ancestraux relient les charmants villages de Sazos, Viscos et Grust.

3h10 / Moyen / 8,8 km en boucle / 320 m d+

Le Mouton



1 animal

Le mouton emblème de l'activité agricole et pastorale importante de la vallée sous la protection de son AOP Barèges-Gavarnie.

D'ailleurs, en 2023, le mouton Barèges-Gavarnie fête les 20 ans de son AOC.

Les villages de la vallée de Luz **vus par une guide-conférencière**

“*Tout autour de Luz, les villages du Pays Toy sont à découvrir et offrent le charme de leurs spécificités. Une première lecture de paysage permet d'observer l'implantation très souvent à flanc de versant et proche des zones pastorales. Seul Barèges se démarque par sa création liée au thermalisme. La promenade dans les rues et ruelles permet de constater le caractère d'authenticité préservée. La forme des bâtiments, les matériaux, les décors des linteaux de porte ou les portails couverts, les cours et jardins sont autant d'indices du passé ou du présent.*

Le petit patrimoine bâti, tel les abreuvoirs, lavoirs, fontaines-oratoires, croix, moulins témoignent des traditions liées à cette vie pastorale. Mais c'est l'église ou chapelle qui reste incontournable dans chaque village et hameau. Elle est souvent de construction romane, très rustique et minérale, tout en contraste avec son décor baroque intérieur. Sculptures et statues sont aussi remarquables et font voyager entre histoire et légendes.”

Brigitte Bellocq

Luz-Saint-Sauveur, de portes en portes

Depuis le Moyen-Âge, Luz était le centre-bourg de la vallée où les notables, les commerçants et les riches propriétaires terriens vivaient, à l'inverse des petits villages alentour dédiés aux exploitations agricoles.

Le village s'est ainsi construit autour de son église bâtie au XI^{ème} siècle et fortifiée au XIV^{ème} siècle, avec de belles demeures arborant de multiples signes de richesse encore visibles maintenant : encadrements autour des portes et fenêtres, portails en ogive, balcons en fer forgé, pierres sculptées sur les linteaux, corniches et galeries...

À l'occasion d'une promenade ou bien d'une visite guidée organisée pendant les vacances, levez les yeux et partez à la découverte de ce patrimoine architectural, témoin de la vie de ce petit village de montagne porté par le thermalisme et la venue de nombreux voyageurs.



1 temps-fort

Jazz à Luz du 12 au 15 juillet 2023, un festival d'altitude créatif où se mêlent jazz contemporain, musiques improvisées, actuelles et futures.

1 panorama

La vue dégagée sur la vallée de Luz depuis les ruines du **Château Sainte-Marie**.





Gavarnie-Gèdre

Plus d'informations sur valleesdegavarnie.com

S'il fallait résumer Gavarnie en...

1 point d'eau

Le Cirque d'Eres Lits où un cours d'eau vous accompagne tout au long de la balade. Cet itinéraire fraîcheur est idéal en été !

4h30 AR / Moyen / 9,3 km
690 m d+

1 randonnée

Le Col du Pourteillon qui domine les prairies de fauche et granges foraines et offre une vue imprenable sur le Cirque de Gavarnie.

3h30 AR / Moyen / 7,8 km / 600 m d+



1 panorama

La statue Notre-Dame-des-Neiges, qui veille sur le village de Gavarnie depuis 1927, offre une vue sur le Vignemale et sur certains sommets emblématiques de la vallée de Gavarnie.

1h20 / Facile / 3,4 km en boucle / 151 m d+



1 animal

Le bouquetin ibérique.

Cette espèce fait l'objet d'un programme de réintroduction dans les Pyrénées, plusieurs lâchers ont été réalisés entre 2016 et 2017 sur le secteur de Gavarnie-Gèdre. Aujourd'hui, le nombre d'individus y est estimé à 61 et le programme se poursuit...



« Je suis Bertrand Ramanoel, je suis CRS sauveteur en montagne. Je suis originaire de Gavarnie et j'ai la chance de pouvoir exercer mon métier à Gavarnie même, toute l'année. Principalement l'été puisque c'est une période de forte affluence, il y a beaucoup de visiteurs sur le Cirque de Gavarnie pour de la randonnée pédestre. On a vraiment des sites qui sont accessibles à tous. Autant au départ de Gèdre qu'au départ de Gavarnie où il y a le chemin classique qui part du village jusqu'à l'hôtellerie du Cirque et même jusqu'au pied de la grande cascade, la découverte des secteurs frontaliers avec le Mont Perdu et les Cirques de Troumouse et Estaubé qui sont juste à côté. »

Bertrand Ramanoel

CRS - secours en montagne à Gavarnie



Bienvenue au pays des cirques et du pyrénéisme

Il était une fois 3 cirques glaciaires nés d'un travail commun entre la nature et le temps... Estaubé, dont la petite taille faisait son charme et sa beauté, le vaste et paisible Troumouse et enfin le plus célèbre de tous : Gavarnie. Cet ensemble unique au monde avec son versant espagnol constitué de grands canyons et du Parc national d'Ordesa, forme le site « Pyrénées - Mont Perdu » inscrit par l'Unesco au patrimoine mondial de l'Humanité. Ces géants de pierre combinés à l'ensemble de la chaîne pyrénéenne sont à l'origine du « pyrénéisme ». Pour Henri Beraldi, ce mouvement est une philosophie de vie, qui se traduit en 3 mots : ascensionner, sentir, écrire.

En d'autres termes, il s'agit de partir à la rencontre de ces sommets, savoir reconnaître leur beauté et écouter les émotions qu'elles suscitent en nous pour ensuite les retranscrire dans nos écrits. À l'image de Victor Hugo qui, lors d'un de ses voyages dans les Pyrénées, écrivit sur le Cirque de Gavarnie :

« C'est une montagne et une muraille tout à la fois ; c'est l'édifice le plus mystérieux du plus mystérieux des architectes ; c'est le Colosseum de la nature ; c'est Gavarnie. »

À lire : Henri Beraldi, *Cent ans aux Pyrénées*, 1898-1904, réédition. *Les Amis du livre pyrénéen*, Pau, 1977.

À consulter : patrimoines-lourdes-gavarnie.fr

À découvrir : Millaris, qui présente de manière pédagogique et culturelle l'histoire, le patrimoine ou encore le pastoralisme du Pays des cirques.

Plus d'infos sur valleesdegavarnie.com



Le Cirque de Gavarnie est un amphithéâtre calcaire aux dimensions spectaculaires.

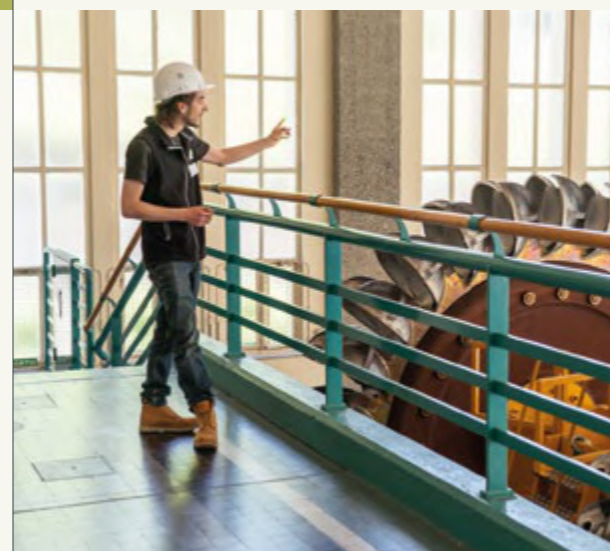
Haute de 1 500 m, cette muraille verticale présente une circonférence de 6,5 km. En son cœur coule la Grande Cascade, source du Gave de Pau, haute de 423 m, l'une des plus hautes chutes d'eau d'Europe.

Lumière sur... La centrale hydroélectrique de Pragnères

C'est ici, au cœur des Vallées de Gavarnie, que l'eau pyrénéenne fait encore parler d'elle... Sa puissance est telle qu'elle est au centre d'un système fascinant : l'hydroélectricité.

Mise en service en 1954, la centrale hydroélectrique EDF de Pragnères c'est 40 km de galeries, 5 barrages dont celui de Cap de Long, 30 prises d'eau, une centrale de production et deux stations de pompage ! C'est l'exemple le plus saisissant de la cueillette de l'eau dans les Pyrénées.

Alors, que diriez-vous de prendre part le temps d'une sortie à cette prouesse technique qui a révolutionné la vie de l'Homme ? Cette sortie originale et adaptée à tout âge alterne entre visite guidée et réalité virtuelle, pour comprendre la production de cette énergie renouvelable...



1 lieu

Les moulins de Gèdre-Dessus.

Ces moulins à eau, datant du XIV^{ème} siècle, sont le témoignage d'une activité ancestrale en harmonie avec l'environnement. Garants d'une authenticité rurale et montagnarde, ils sont à découvrir au hameau de Gèdre-Dessus.

2h15 AR / Facile / 5,6 km / 300 m d+

1 temps fort

La journée de l'herbe et du pré aura lieu le 25 juin 2023 à Héas au niveau de la chapelle.

Moments hors du temps

S'il y a bien une chose dont nous sommes convaincus dans les montagnes pyrénéennes, c'est qu'il n'y a rien de plus beau que la simplicité. Des paysages jusqu'aux villages et leurs habitants, ici tout est authentique, sans artifice.

Ce sont des valeurs dont nous sommes fiers et que nous avons à cœur de partager avec, encore une fois, la plus grande des simplicités. Pour vous imprégner de cette philosophie de vie, voici quelques moments hors du temps, des plaisirs simples à vivre seul ou à partager en bonne compagnie pour se laisser porter au gré des saisons...



Prima Printemps

Observer les eaux de neige à Gavarnie-Gèdre 🧑🏻🧑🏻📍

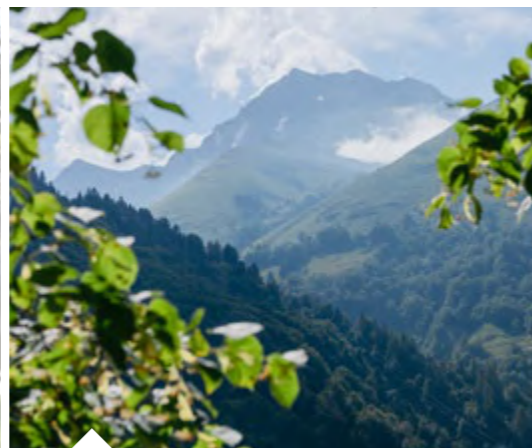
Entre mai et juin, lorsque la neige fond en altitude, la couleur de l'eau est un spectacle à elle toute seule. Les mille et une teintes de bleu turquoise sont ponctuées de nuances blanchâtres. On peut notamment tenter d'observer ce phénomène depuis Gèdre-Dessus.

S'amuser à la base de loisirs du Val d'Azun 🧑🏻🧑🏻🐕

Il est un endroit dans le Val d'Azun où chacun trouve son bonheur : la base de loisirs d'Arrens-Marsous, accessible gratuitement ! Idéale pour passer une journée en famille dans un décor montagnard. Pendant que certains s'amuse à l'aire de jeux, d'autres s'essayent au pumptrack ou à la pétanque. Puis, vient l'heure de préparer le barbecue et de s'installer aux tables de pique-nique pour partager un bon repas en famille ou entre amis.

Se balader au fil des villages perchés du Pays Toy 🧑🏻🧑🏻📍🐕

Laissez-vous guider le long des chemins reliant les villages perchés du Pays Toy et montant vers les prairies et granges foraines, zones intermédiaires partagées entre pâturage à la mi-saison et prairies de fauches. Les plateaux de Bernazaou, de Lumière, l'Estibe, les granges de Larbèze ou La Bat de Sers sont autant d'exemples de cette activité agricole traditionnelle encore prégnante dans la vallée et qui a sculpté ce paysage. Dès les beaux jours, vous aurez le bonheur d'observer les petits agneaux tout juste nés sous l'œil attentif de leurs mères.



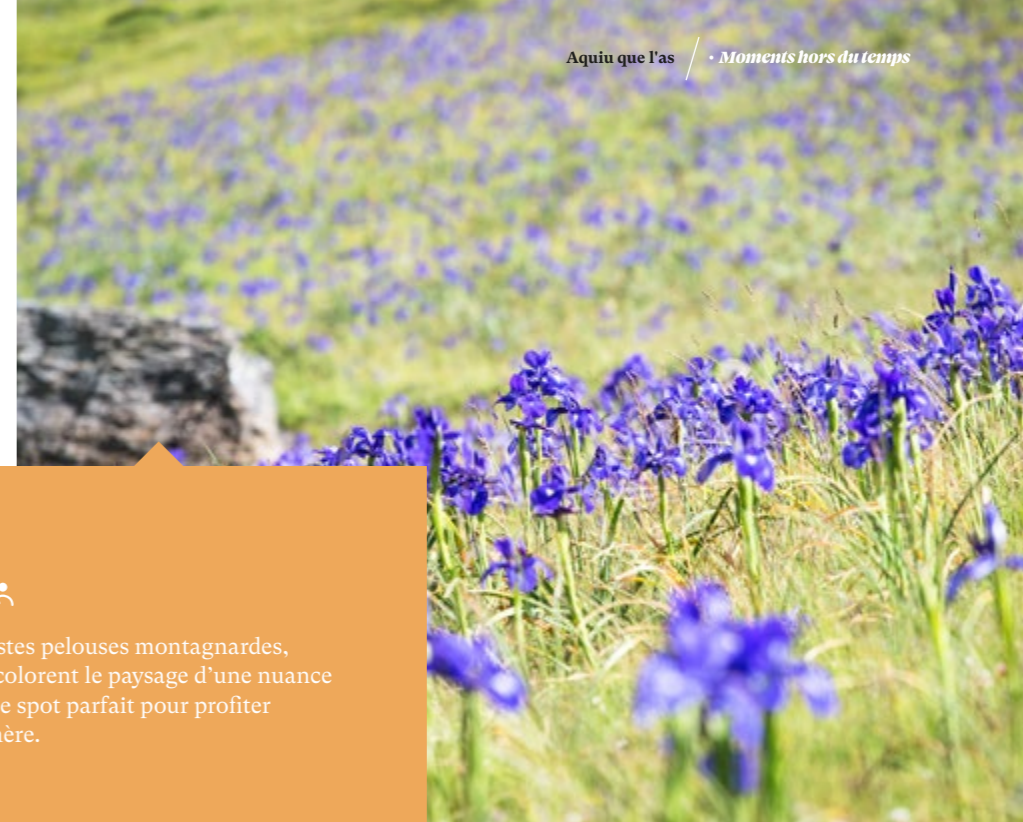
Faire le tour du vallon thermal, la rando au fil de l'eau 🧑🏻🧑🏻📍🐕

Retracez l'âge d'or du thermalisme en suivant les pas des curistes d'antan durant cette promenade facile au départ de Cauterets. Cette jolie boucle vous permet d'observer les cascades et torrents et de profiter de la fraîcheur qu'ils dégagent...

Estiu Été

Se balader au milieu des iris des Pyrénées 🧑🏻🧑🏻🐕

En juillet, baladez-vous au milieu des vastes pelouses montagnardes, où des milliers d'iris en pleine floraison colorent le paysage d'une nuance bleu-violet. La belle vallée d'Ossoue est le spot parfait pour profiter de ce spectacle aussi saisissant qu'éphémère.



Faire un apéro sunset à Hautacam 🧑🏻🧑🏻🐕

À la belle saison, Hautacam est l'endroit parfait pour des apéros improvisés au coucher du soleil face au panorama grandiose sur les vallées. Faites le tour des producteurs locaux pour récolter de délicieuses gourmandises à picorer avant de rejoindre les hauteurs et profiter des dernières lueurs du jour et des premières étoiles... Tchîn !



Explorer une grotte préhistorique à Saint-Pé 🧑🏻🧑🏻📍🐕

Située sur le sentier karstique, la Crèque Noèle est une grotte facile d'accès, où l'on rentre sans aucun risque et sans équipement (pensez à vous munir d'une lampe !). Elle fut découverte en 1946, quand l'abbé Abadie furète dans le coin avec un ami et sa fille Noèle. C'est elle qui trouve l'entrée...

La grotte se compose d'une galerie principale, de forme arrondie. Des fouilles ont permis de découvrir d'importants gisements de faune et d'outillage remontant entre 30 000 et 80 000 ans : c'est bien l'homme de Néandertal qui a le premier habité cette grotte.

Flâner au lac de Lourdes 🧑🏻🧑🏻📍🐕

Rien de tel lors des belles et chaudes journées d'été que de se promener autour du lac de Lourdes. Ce magnifique lac d'origine glaciaire offre un panorama dégagé sur le piémont pyrénéen. Baladez-vous sur les rives et observez la faune et la flore qui vous entoure, un vrai moment d'évasion !



Abòr Automne

Profiter des couleurs d'automne en forêt

À l'automne, lorsque la montagne rougit et que les feuilles dansent sous le vent, partez vous balader au cœur des forêts du Lienz à Barèges. Laissez vos yeux se noyer dans le nuancier de couleurs chaudes, et votre nez s'enivrer de l'odeur des feuilles mortes. Un vrai moment de sérénité dans un cadre doux et réconfortant.



Iyèrn Hiver



Se promener dans les villages perchés de la vallée de Barèges

Bien qu'ils aient un charme fou à la belle saison, les villages perchés de la vallée de Barèges sont tout aussi beaux en hiver, lorsque la neige vient recouvrir les toits et que la fumée s'échappe des cheminées. Leur ambiance chaleureuse vous plonge instantanément dans la magie de l'hiver à la montagne.



Visiter la Maison du Val d'Azun et du Parc national des Pyrénées

Entrer dans cette Maison du Parc, c'est partir pour une promenade au travers du village, des forêts, des estives jusqu'aux sommets de la vallée grâce à différents aménagements pédagogiques et interactifs.

Parfait pour toute la famille !



Vivre la transhumance à Saint-Pé

Chaque année, en septembre, les bergers Txomin et Stéphane Iriberry et leurs 400 brebis font escale à Saint-Pé-de-Bigorre. Après avoir passé l'été dans les montagnes d'Estaing (Val d'Azun), ils empruntent pour rentrer chez eux, les chemins tracés jusqu'en 1950 par les Cadets, bergers montagnards en charge du troupeau familial. Durant 3 semaines, ils parcourent à pied 280 km et traversent 6 départements pour rejoindre leur bergerie à Aillas, en Gironde. Venez vivre cette belle tradition et passer un bon moment en compagnie des bergers et leur troupeau !



Écouter le chant de l'amour à Hautacam

L'automne, c'est aussi la saison des amours dans nos vallées ! Et Hautacam est idéal pour observer les cerfs et écouter leur brame.

Profitez de la douceur des nuits de septembre pour faire une balade au crépuscule, en prenant garde de rester discret, pour avoir la chance de faire la rencontre du Roi de la forêt...



S'évader au plateau du Cayan à Cauterets

Après une belle chute de neige, rien de tel qu'un petit tour du côté du Pont d'Espagne.

Évoluez au milieu des étendues de neige vierge, observez les cours d'eau et cascades partiellement cristallisées, déambulez entre les sapins saupoudrés de blanc du plateau du Cayan...

Un vrai paradis blanc !

Se promener au bois de Lourdes

Le bois de Lourdes est une sortie automnale idéale. En famille, allez explorer la forêt pour mettre tous vos sens en éveil : odeurs boisées, jolies feuilles rougies, oiseaux qui chantent, feuilles qui craquent, écureuils qui se promènent...

De quoi éveiller la curiosité de tout le monde !



Admirer la vue à 360° sur les sommets enneigés du côté de Luz Ardiden

Cet hiver, chaussez vos raquettes et prenez un peu de hauteur à Luz Ardiden ! À votre rythme, progressez paisiblement au milieu des étendues de neige et rejoignez le Col de Riou. Si la vue sur le trajet est déjà saisissante, celle qui vous attend au sommet l'est d'autant plus : vous voilà face à un panorama somptueux à 360° sur les vallées de Luz-Saint-Sauveur et Cauterets.



• En nature !

Le Parc national des Pyrénées

Il y a des lieux qui forcent l'humilité et font naître chez l'Homme un sentiment de modestie et de profonde admiration.

Face à la grandeur de la nature, il prend alors conscience qu'il n'est qu'une infime partie d'un ensemble qui le dépasse et dont il est entièrement dépendant.

Le Parc national des Pyrénées est un de ces lieux.



Le Parc national des Pyrénées, c'est quoi ?

Riche de patrimoines naturels, culturels et paysagers très diversifiés, le Parc national des Pyrénées a vu le jour en 1967. Il participe avant tout à la connaissance et la préservation de ces patrimoines, à l'accueil et la sensibilisation de tous les publics ainsi qu'à l'accompagnement des communes pour un développement durable. Au sein de cet écosystème, plus de 2 500 espèces végétales cohabitent et donnent à l'endroit toute sa beauté et son charme. De nombreuses espèces animales y résident également, elles sont les gardiennes du Parc et garantissent son équilibre. L'été, durant les estives, les troupeaux viennent rejoindre cet effectif.

C'est où ?

Composé d'une zone dite « cœur » et d'une « aire d'adhésion », le Parc national s'étend sur 100 kilomètres dont 6 vallées et deux départements, les Pyrénées-Atlantiques et les Hautes-Pyrénées. Dans les Vallées de Gavarnie, vous pouvez y accéder via le Val d'Azun, Cauterets et Gavarnie.

Pourquoi et comment ?

Pour préserver la richesse et la biodiversité de ce Parc national de montagne, la zone cœur bénéficie d'une réglementation spécifique. Par exemple, les chiens, même tenus en laisse, ne sont pas admis*. Par méconnaissance des bonnes pratiques, certains comportements peu adaptés fragilisent l'harmonie des lieux et impactent la faune et la flore. Pour connaître la réglementation complète de la zone ainsi que les bons usages en montagne, n'hésitez pas à consulter le site internet : pyrenees-parcnational.fr.

Dans l'aire d'adhésion, le Parc national est un partenaire de proximité et s'impose comme un soutien permanent à la vie locale en œuvrant auprès de l'ensemble des acteurs pour mettre en place un développement durable de ces zones. Cela passe par exemple par la valorisation de l'agriculture locale et de ses produits, la conservation des patrimoines culturels, l'aménagement des villages, la sensibilisation des populations, etc.

*Quelques exceptions toutefois sur certains sentiers à Gavarnie et Cauterets. Nous consulter (contacts p. 66).

Les Maisons du Parc

Pour découvrir ce territoire aussi vaste qu'intéressant, les Maisons et points d'information du Parc national des Pyrénées vous accueillent sur l'ensemble des vallées. Ces espaces sont une mine d'informations pour mieux connaître ce patrimoine hors normes et comprendre de manière ludique les rouages de cet écosystème unique. Les rencontres avec les gardes du Parc sont aussi d'excellentes sources d'information et donnent lieu à des échanges entre passionnés de nature et professionnels passionnants, le tout dans un cadre d'une infinie beauté.

GAVARNIE
Centre-village. +33 (0)5 62 92 42 48

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

CAUTERETS
Place de la gare. +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
Uniquement en juillet-août. Sentier d'interprétation autour de l'eau, la roche et la forêt, à découvrir en famille ; labellisé Tourisme et Handicap. Durée 1h.

Le programme complet des rencontres avec les garde-moniteurs est disponible gratuitement dans les Offices de Tourisme.



Retrouvez toutes les informations et la réglementation du Parc national des Pyrénées sur : www.pyrenees-parcnational.fr



La marque **Esprit Parc national - Pyrénées**, c'est avant tout des hommes et des femmes passionnés réunis par une volonté commune : préserver et promouvoir ce territoire d'exception.

La marque, rayonnant à travers différents services et produits (hébergements, restauration, artisanat, sorties encadrées...) est aussi porteuse d'un message de solidarité en privilégiant l'économie locale.



Portraits sauvages

Voici quelques pépites que vous pourrez peut-être rencontrer lors de votre passage...

Iris des Pyrénées *Iris latifolia*

Taille
30 à 70 cm

Date de floraison
juillet > août

Couleurs
Grande fleur bleu roi ou violet intense

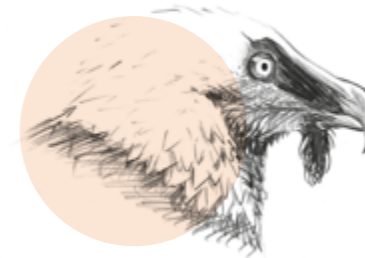


Isard *Rupicapra pyrenaica*

Hauteur au garrot
environ 70 cm

Poids
20 à 35 kg

Habitat
Au-dessus de la limite des arbres, en zone d'éboulis et de pelouses



Gypaète Barbu *Gypaetus barbatus*

Envergure
jusqu'à 3 m

Poids
5 à 7 kg

Habitat
Haute montagne, dans les falaises et les parois rocheuses, entre 700 et 2300 m d'altitude



Ramonde des Pyrénées *Ramonda myconi*

Taille
8 à 20 cm

Date de floraison
juin > août

Couleurs
Fleur violette avec un cœur orange



Lis des Pyrénées *Lilium pyrenaicum*

Taille
40 à 120 cm

Date de floraison
mai > juillet

Couleurs
Fleur jaune parfois orange-rouge tachetée brun



Desman des Pyrénées *Galemys pyrenaicus*

Taille
24 à 29 cm

Poids
50 à 60 gr

Habitat
Petits et moyens cours d'eau de piémont et de haute montagne

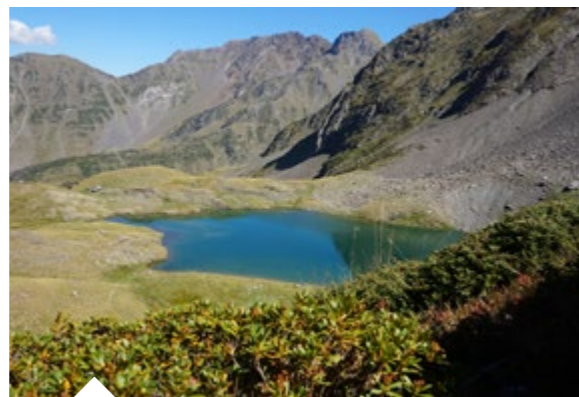


Les granges des Artigaux

📍 Val d'Azun

À proximité du village, cette petite randonnée de moyenne montagne vous mène à la découverte des paysages pastoraux du Val d'Azun. Progresser au milieu des pâturages pour découvrir les jolies granges qui les ponctuent, un véritable plaisir pour les yeux !

2h / Facile / 5,3 km en boucle / 370 m d+ 🐾 👤 📍



Le lac de Maucapéra

📍 Vallée de Luz

Niché au pied du Pic de Maucapéra, ce lac offre aux randonneurs et aux pêcheurs un espace encore sauvage et peu fréquenté. Le départ se fait route des Astès, puis tout droit sur la route de l'Estibe jusqu'à son terminus.

5h30 AR / Moyen / 10 km / 734 m d+ 🐾



La boucle du Balandrau

📍 Vallée d'Argelès-Gazost

Cette balade familiale vous emmène à la découverte des châtaigneraies du Balandrau et des villages de la vallée du Bergons. Sur votre chemin, vous découvrirez des pierres mystérieuses qui, selon la légende, fermeraient l'accès à la grotte d'une fée qui, grâce à son pommier aux fruits d'or, offrirait la vie éternelle à ceux qui lui plaisent.

Et si c'était votre jour de chance ?

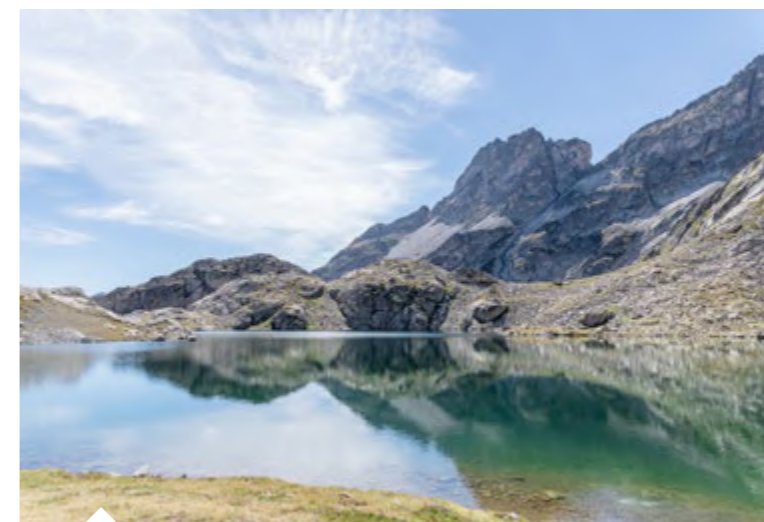
3h / Facile / 10,1 km en boucle / 250 m d+ 🐾 👤 📍



Le Col d'Ayré 📍 Barèges

Au départ de l'Auberge du Lienz "Chez Louissette", cette randonnée vous fera découvrir la belle forêt de l'Ayré qui domine le village de Barèges. Sur votre chemin, vous rencontrerez l'ancienne gare d'arrivée du funiculaire de l'Ayré avant d'arriver au col qui vous réserve un panorama magnifique sur la vallée de Luz et celle de la Glère dominée par les sommets du massif du Néouvielle.

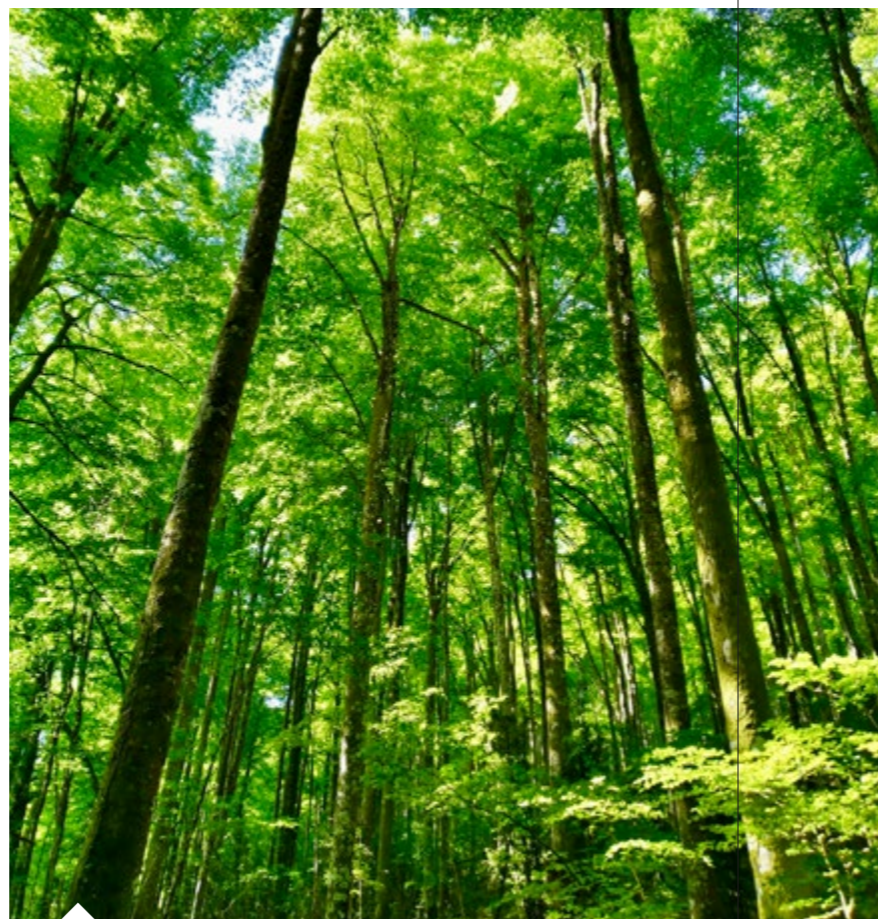
5h30 AR / Moyen / 14 km / 732 m d+ 📍



Itinérance autour du refuge Wallon-Marcadieu 📍 Cauterets

Explorez la multitude de lacs autour du refuge Wallon-Marcadieu. Au départ de l'emblématique Pont d'Espagne, engagez-vous pour 4 jours d'itinérance de niveau moyen, en étoile autour du refuge, camp de base de cet itinéraire.

4 jours / Moyen / 42,7 km / 2 280 m d+ 📍



La hêtraie de Pla de Bers

📍 Saint-Pé-De-Bigorre

Au cœur de la réserve naturelle du Pibeste-Aoulhet, une ascension en pleine forêt permet d'accéder à une splendide hêtraie aux allures de cathédrale. Telle une assemblée de géants pétrifiés, solennels, sur leurs gradins de pierre, ces arbres confèrent à ce fond de vallon une ambiance grandiose, où la présence humaine semble presque incongrue.

2h30 AR au départ du Parking Peyras (monastère de Bethléem) / Moyen / 4 km / 580 m d+ 🐾

Pas à pas



En toute saison, évadez-vous sur les nombreux chemins qui parcourent les cimes. Seul, avec un topoguide papier ou sur Rando Vallées de Gavarnie, ou avec un accompagnateur en montagne, apprenez à connaître les vallées au fil des pas.

Le plus difficile sera de choisir sur quel itinéraire jeter son dévolu. Mais rappelez-vous d'une chose, ici, choisir ne veut pas dire renoncer mais seulement créer de nouvelles opportunités de randonnées pour votre prochaine venue dans les Pyrénées...

Les granges du Campbieilh 📍 Gavarnie-Gèdre

Peu fréquentée, c'est une balade idéale pour découvrir la magnifique vallée du Campbieilh. On progresse entre prairies d'estives, granges, forêts... Le tout dans une ambiance calme et paisible.

5h30 / Moyen / 9,7 km en boucle / 690 m d+ 🐾 📍

Le GR 101 de Lourdes au Col de Saucède

📍 Lourdes

Ce sentier de grande randonnée part de la ville de Lourdes et rejoint le Col de Saucède.

11h Aller (environ 2 jours) / Difficile / 30 km / 1567 m d+ 🐾

La bonne idée

Pour motiver les petits randonneurs, rien de tel qu'une balade accompagnée de nos amis à quatre pattes : chiens, chevaux, ânes et même lamas !

Plus d'information dans les Offices de Tourisme.

📍 **rando.valléesdegavarnie.com**

Retrouvez les détails de ces itinéraires et bien d'autres encore sur rando.valléesdegavarnie.com ! Les itinéraires décrits sur ce portail web sont praticables en conditions estivales, c'est-à-dire en l'absence de neige, glace, etc.



Topoguides

Les topoguides et cartes de randonnées sont des outils indispensables pour randonner et découvrir l'univers montagnard, retrouvez-les dans les Offices de Tourisme !

Guides et accompagnateurs

Retrouvez la liste des guides et accompagnateurs en montagne ainsi que le programme des sorties accompagnées dans les Offices de Tourisme.

INFOS PRATIQUES

🌤️ **MÉTÉO** Tél. : 0 899 710 265 (numéro surtaxé) www.meteofrance.com Bulletin météo montagne disponible dans tous les Offices de Tourisme.

📞 SECOURS

Numéro d'appel d'urgence : 112
Secours en montagne : +33 (0)5 62 92 41 41 (votre téléphone portable peut être utile, attention, les réseaux ne couvrent pas toutes les zones)

📖 PRÉCAUTIONS AVANT LE DÉPART

- S'équiper de bonnes chaussures de marche et prévoir des vêtements adaptés aux conditions météo.
- Pour éviter les coups de soleil, se couvrir et se protéger avec une crème solaire. Se munir de lunettes de soleil.
- Afin de ne pas se déshydrater, prendre de l'eau et boire régulièrement.
- En cas d'orage, ne pas stationner sous les arbres, sur les crêtes et arêtes rocheuses, s'éloigner de toutes pièces métalliques.
- Se munir d'une carte topographique précise : minimum 1/50 000, 1/25 000 hors sentiers.
- L'effort fourni doit tenir compte des aptitudes physiques de chacun et être progressif.
- Si vous partez seul, communiquez toujours votre itinéraire à une tierce personne ou laissez un mot dans votre véhicule ou votre lieu de séjour.

🌿 RESPECT DE L'ENVIRONNEMENT

Ne jetez pas vos déchets dans la nature.

BON À SAVOIR

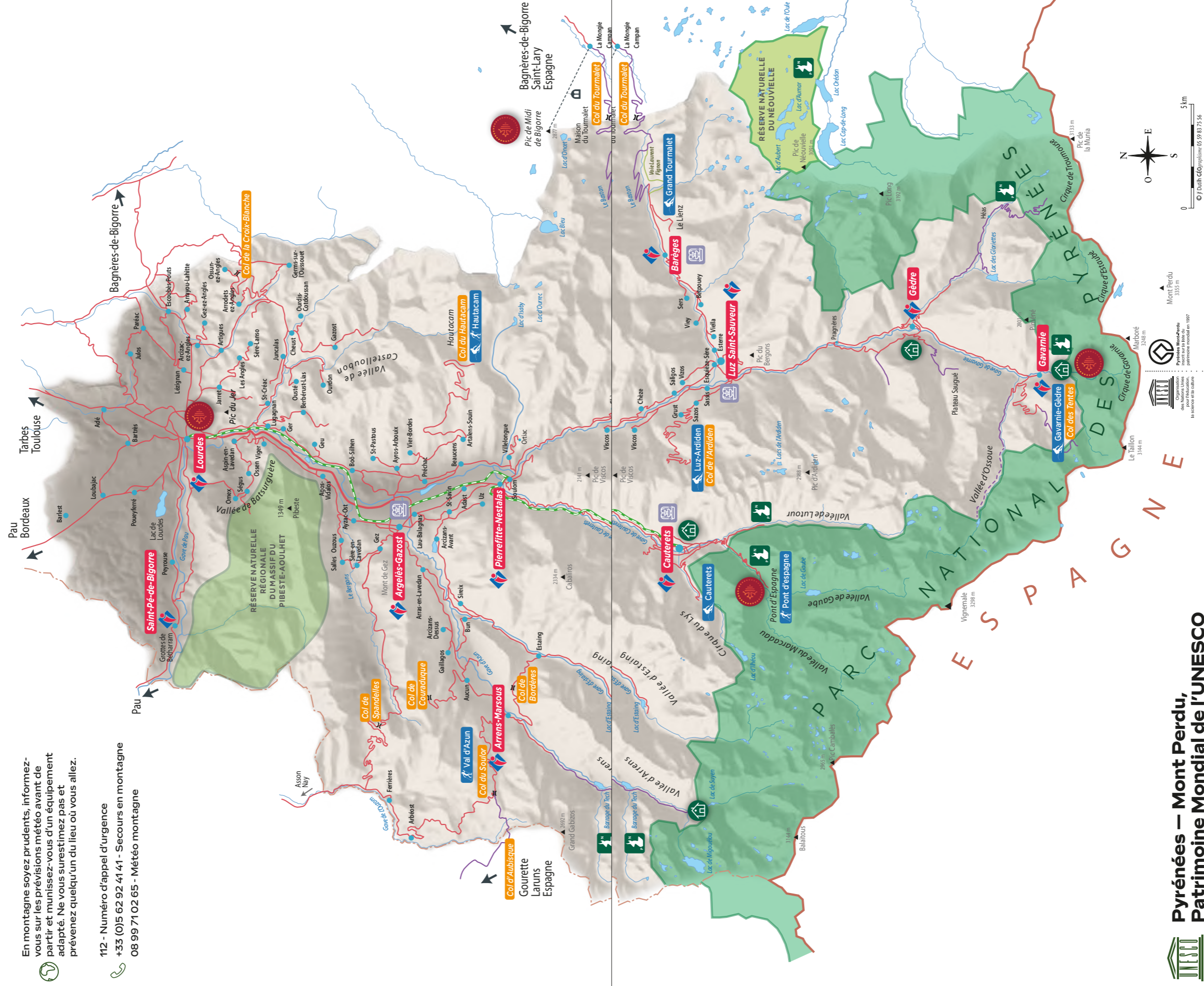
🐾 EMMA'NIMALIS

Jean-Pierre d'Emma'nimalis pet-sitter sur le secteur de Lourdes, du Parc animalier des Pyrénées à Argelès-Gazost et aux environs de la station de Couraduc, du Solor et de la station de ski du Hautacam, veillez sur votre toutou pendant que vous pourrez profiter de belles visites et sorties ! emmanimalis.com

De Lourdes à Gavarnie

En montagne soyez prudents, informez-vous sur les prévisions météo avant de partir et munissez-vous d'un équipement adapté. Ne vous surestimez pas et prévenez quelqu'un du lieu où vous allez.

112 - Numéro d'appel d'urgence
+33 (0)5 62 92 41 41 - Secours en montagne
08 99 71 02 65 - Météo montagne



Pyrénées – Mont Perdu, Patrimoine Mondial de l'UNESCO

Ce paysage de montagne exceptionnel, qui rayonne des deux côtés des frontières de France et d'Espagne, est centré sur le pic du Mont Perdu, massif calcaire qui culmine à 3 352 m. Le site comprend deux des canyons les plus grands et profonds d'Europe, du côté espagnol, et trois cirques spectaculaires sur le versant français.



Réserve Internationale de Ciel Étoilé du Pic du Midi

Le Pays de Lourdes et des Vallées des Gaves n'abrite pas que des espaces naturels protégés, des grands sites tels que Lourdes ou Gavarnie, mais il abrite aussi l'un des plus beaux ciel étoilé de France et même d'Europe. La pureté de la nuit pyrénéenne est désormais protégée grâce à la Réserve Inter-

nationale de Ciel Étoilé du Pic du Midi (RICE), la plus belle et la plus grande au monde, labellisée depuis décembre 2013. Alors après avoir bien profité de la journée, il vous suffira d'attendre le coucher du soleil pour assister à la magie des Pyrénées la nuit ! - picdumidi.com/ric

À deux roues



ALTAMONTA

Zoom sur Altamonta

Le label qui garantit un territoire d'excellence pour l'accueil des cyclistes et des vététistes. Les amateurs de vélo au sens large trouvent tous les services : locaux à vélos sécurisés, points de lavage et de séchage des tenues, matériel de réparation, menus sportifs...

Plus d'informations sur www.pyrenees-cyclo.com

Les Pyrénées, des cols de légende

Connues et reconnues pour leurs cols mythiques, les Pyrénées sont un passage incontournable du Tour de France et offrent de belles opportunités pour les cyclistes en quête de dépassement de soi.

L'Ardiden, le Col des Tentes, le Hautacam ou encore le Cambasque à Cauterets qui accueillera l'arrivée de la sixième étape du Tour qui démarre de Tarbes et passe entre autres par le Col d'Aspin et le Col du Tourmalet avant de rejoindre Cauterets.

Zoom sur...

L'étape 6 du Tour de France de Tarbes à Cauterets – Cambasque

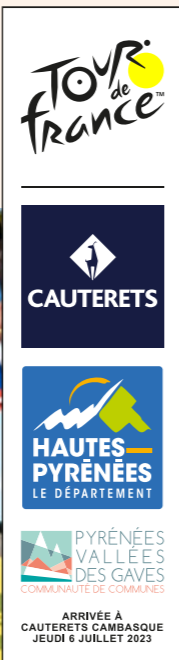
“L'arrivée du Tour de France au Cambasque-Cauterets clôturera une dernière étape de montagne dans les Pyrénées françaises.

Cette étape sera courte mais nerveuse avec beaucoup de dénivelé, le cumul des efforts à fournir tout au long de cette journée assurera forcément un beau spectacle lors de la montée au plateau du Cambasque, dont l'approche « abimera » certains coureurs.

Je garde en tête la victoire fulgurante de Richard Virenque en 1989 au Cambasque, qui illustre parfaitement le spectacle que représente cette belle étape du Tour !”

Michel Sauthier

Co-fondateur de l'Union Cycliste du Lavedan
Gagnant du Tour International des Pyrénées
Coureur d'étapes de montagne



Retrouvez les empreintes des plus grands coureurs du Tour de France au kilomètre 0 du Tourmalet à Luz-Saint-Sauveur.

La Voie Verte de Pierrefitte à Cauterets

Ancienne voie ferrée réhabilitée en piste cyclable, la Voie Verte débute de Lourdes pour rejoindre Pierrefitte-Nestalas via une belle route goudronnée. Un prolongement de cette dernière vous permet ensuite de rejoindre Cauterets en VTT ou VTT électrique sur un agréable chemin de gravier aux pentes douces et régulières.

2h30 Aller / Facile / 10 km / 420 m d+

Les vallées en VTT

Si vous êtes plus terre que goudron et que vous recherchez la liberté et les grands espaces, le VTT mécanique ou électrique sera un excellent exutoire ! Seul ou à plusieurs, accompagné d'un guide ou en autonomie, partez à l'assaut des vallées pour des balades dépaysantes ou des sorties plus sportives.



Du bois vers la Mouscle Saint-Pé-de-Bigorre

Cet itinéraire au départ de la Place des Arcades vous permettra de découvrir les environs boisés de Saint-Pé-de-Bigorre et d'alterner montées et descentes à travers les chemins forestiers. Vous longerez ensuite le cours d'eau de la Mouscle sur une petite route agréable qui vous ramènera à votre point de départ.

3h / Difficile / 25 km en boucle / 450 m d+

Les buis de Cestrède Gavarnie-Gèdre

À la fois beau, varié et technique, ce parcours enduro vous emmène à la découverte du vallon de Cestrède dans la fraîcheur d'une forêt.

1h45 / Difficile / 9,7 km en boucle / 430 m d+

Le bois de Colas Barèges

Cet itinéraire VTT vous fait découvrir la forêt de l'Ayré et du Lisey et vous promet de beaux panoramas sur la vallée du Bastan et le massif de l'Ardiden, au-dessus de Luz-Saint-Sauveur.

2h / Moyen / 9 km en boucle / 300 m d+

Boo et tranquillou Vallée d'Argelès-Gazost

Ce long parcours à faible dénivelé vous mène sur les sentiers ombragés près du Gave de Pau. Idéal pour une balade familiale au frais.

1h15 / Très facile / 10 km en boucle / 30 m d+

Le bassin de Luz Vallée de Luz

Allez à la rencontre des villages de Luz au travers de cet itinéraire sillonnant entre villages, estives et forêts et offrant de beaux points de vue sur le Pays Toy.

2h45 / Facile / 18 km en boucle / 450 m d+

Rando Vallées de Gavarnie

Découvrez les plus beaux itinéraires des vallées grâce à un site intuitif et interactif dédié aux activités de randonnée :

www.rando.valléesdegavarnie.com

Les itinéraires décrits sur ce portail web sont praticables en conditions estivales, c'est à dire en l'absence de neige, glace, etc.

Plus d'information dans les Offices de Tourisme, contact p. 64

Bike Parks, remontées mécaniques et parcours ludiques

Toutes les infos sur :



- FAMILY BIKE PARK DE BARÈGES
- BIKE PARK DE CAUTERETS
- PIC DU JER À LOURDES
- PIC DU MIDI – BARÈGES
- CIRCUITS BALISÉS À HAUTACAM
- PUMPTRACK DU VAL D'AZUN
- SINGLE PARK PAYS DE LOURDES
- ANIMA PARK À LUZ-SAINT-SAUVEUR



La vallée de Batsurguère Lourdes

Au départ de la gare du funiculaire du Pic du Jer, cet itinéraire exigeant nécessite de bonnes conditions physiques mais offre de beaux paysages sur la vallée de Batsurguère et ses petits villages.

4h / Difficile / 25 km en boucle / 450 m d+

Le Gabizos Val d'Azun

Idéale pour les familles, cette randonnée VTT vous fera profiter des beaux panoramas sur les Gabizos et le Pic du Midi d'Arrens depuis les crêtes. Pour prolonger ce moment, emportez un pique-nique à déguster sur les rives du joli lac de Soum.

1h30 / Facile / 10,8 km en boucle / 237 m d+

Col d'Aspin

1 489 m

Col du Tourmalet

2 115 m

Hautacam

1 520 m

Luz Ardiden

1 715 m

Pont d'Espagne

1 496 m

Col du Soulor

1 474 m

Col d'Aubisque

1 709 m

Col de Spandelles

1 378 m

Au fil de l'eau



Les poissons à retrouver dans les vallées

La Truite Fario
à pêcher dans les cours d'eau des vallées.

Le Cristivomer
à pêcher dans les lacs de montagne.

L'Omble de Fontaine et l'Omble chevalier
à pêcher dans les lacs de montagne.

Le Saumon Atlantique
qui est de retour progressivement dans le Gave de Pau, toutefois sa pêche est interdite.

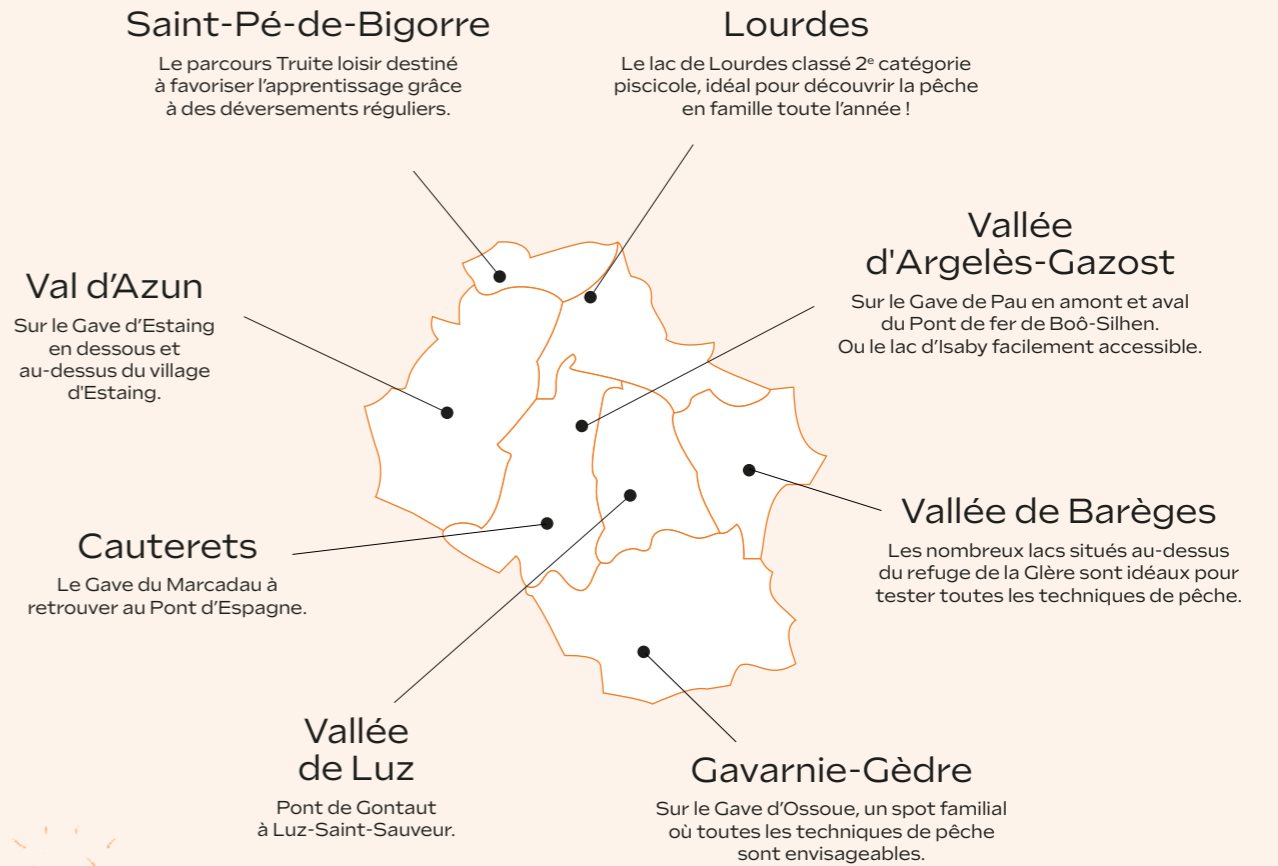
Le Vairon
tout petit, il est idéal pour les enfants. On le retrouve dans les zones calmes des cours d'eau ainsi que dans certains lacs de montagne.

La Truite arc-en-ciel
La Truite arc-en-ciel qui est introduite dans les parcours de pêche des vallées.



Les meilleurs coins de pêche

Retrouvez la carte interactive des parcours no-kill sur www.peche65.fr



La bonne idée

Pierre-Adrien Gineste, Clément Latapie et Thierry Borderolle, nos guides de pêche, accompagnent les plus novices aux plus expérimentés pour des sorties de pêche dans les meilleurs spots des vallées !

Petits pêcheurs

Rendez-vous à la ferme aquacole la Truite des Pyrénées à Lau-Bagnas ou au Parc de loisirs du Chili à Luz-Saint-Sauveur pour s'initier aux joies de la pêche sans permis sur l'un des parcours.

Carte de pêche journalière et vacances en vente dans nos Offices de Tourisme et sur Internet. Pour tout savoir sur la pêche dans nos vallées et vous renseigner sur la réglementation en vigueur, rendez-vous sur www.peche65.fr.
Matériel de pêche à retrouver dans plusieurs magasins des vallées, infos et contacts dans les Offices de Tourisme.



« Les Vallées de Gavarnie sont pour moi une destination pêche par excellence ! Notre territoire offre un grand nombre de rivières, torrents, gaves et lacs de montagne qui permettent la pratique de la pêche pour tous. On y trouve des profils torrentiels et tumultueux en montagne pour les plus sportifs, des courants plus forts et puissants en fin de vallée pour les plus aguerris et une quantité incroyable de lacs de montagne pour s'émerveiller en pleine nature. Nous traquons la truite fario, un poisson sauvage qui règne en maître dans nos eaux vives. J'aime vivre dans cette nature à préserver, partager mon "bureau" au quotidien et mon expérience avec des stagiaires de tout âge. Chaque moment de pêche est unique et il est bon de le partager et de le transmettre. »

Pierre-Adrien GINESTE – Guide de pêche


• En mouvement

Sur terre



L'escalade

Les vallées sont aussi idéales pour les grimpeurs ! Seuls pour les habitués ou accompagnés d'un moniteur pour les débutants, les parois du territoire offrent une grande diversité de paysages et de niveaux de difficulté.

Rendez-vous sur rando.valléesdegavarnie.com pour découvrir les topos des voies ! 

Le trail

Les vallées sont un terrain de jeu idéal pour s'exercer à la pratique du trail. En autonomie via les itinéraires de la plateforme rando.valléesdegavarnie.com ou avec un accompagnateur, initiez-vous ou perfectionnez-vous dans un cadre riche et sauvage.



Retrouvez l'ensemble des activités à faire sur le territoire dans les Offices de Tourisme, contacts p. 66.



Le paddle

Le joli lac de Lourdes est idéal pour s'essayer au stand-up paddle ! Une planche, une pagaie, et un peu d'équilibre, voilà ce qu'il vous faut pour tester cette activité.

Au cœur de la nature, ce lieu empreint de quiétude est propice à la déconnexion. Du haut de votre planche, découvrez la faune et la flore des environs et laissez-vous guider par les clapotis de l'eau.



Dans l'eau

Le kayak

Et si vous vous laissiez tenter par les sports d'eaux vives dans l'eau cristalline de nos montagnes ? En kayak ou toutes autres embarcations telles que le canoë, le hot-dog ou encore le rafting, profitez de beaux moments d'adrénaline ! Ces sorties encadrées par un moniteur seront une façon insolite de découvrir les Hautes-Pyrénées !

Le canyoning

Accompagné par un guide de haute montagne ou moniteur diplômé, vivez une expérience rafraichissante au coeur des canyons.

Accessibles à toute la famille (enfant sachant nager), ces sorties allant de 1h30 à 3h environ sont une manière originale et sensationnelle de découvrir les vallées sous un autre angle. Entre sauts, toboggans naturels et descentes en rappel, tous les éléments sont réunis pour vivre un moment inoubliable !



Dans les airs

Les tyroliennes

Dans ces vallées, les tyroliennes ne manquent pas ! D'arbre en arbre dans les parcours d'accrobranche, au milieu des gorges de Luz ou dans les paysages grandioses du Soulor, il y a de multiples possibilités pour tester cette activité !

Muni de tout l'équipement de sécurité, asseyez-vous dans votre baudrier, laissez les paysages défiler et l'adrénaline grimper !

Retrouvez l'ensemble des activités à faire sur le territoire dans les Offices de Tourisme, contacts p. 66.

Avec les animaux

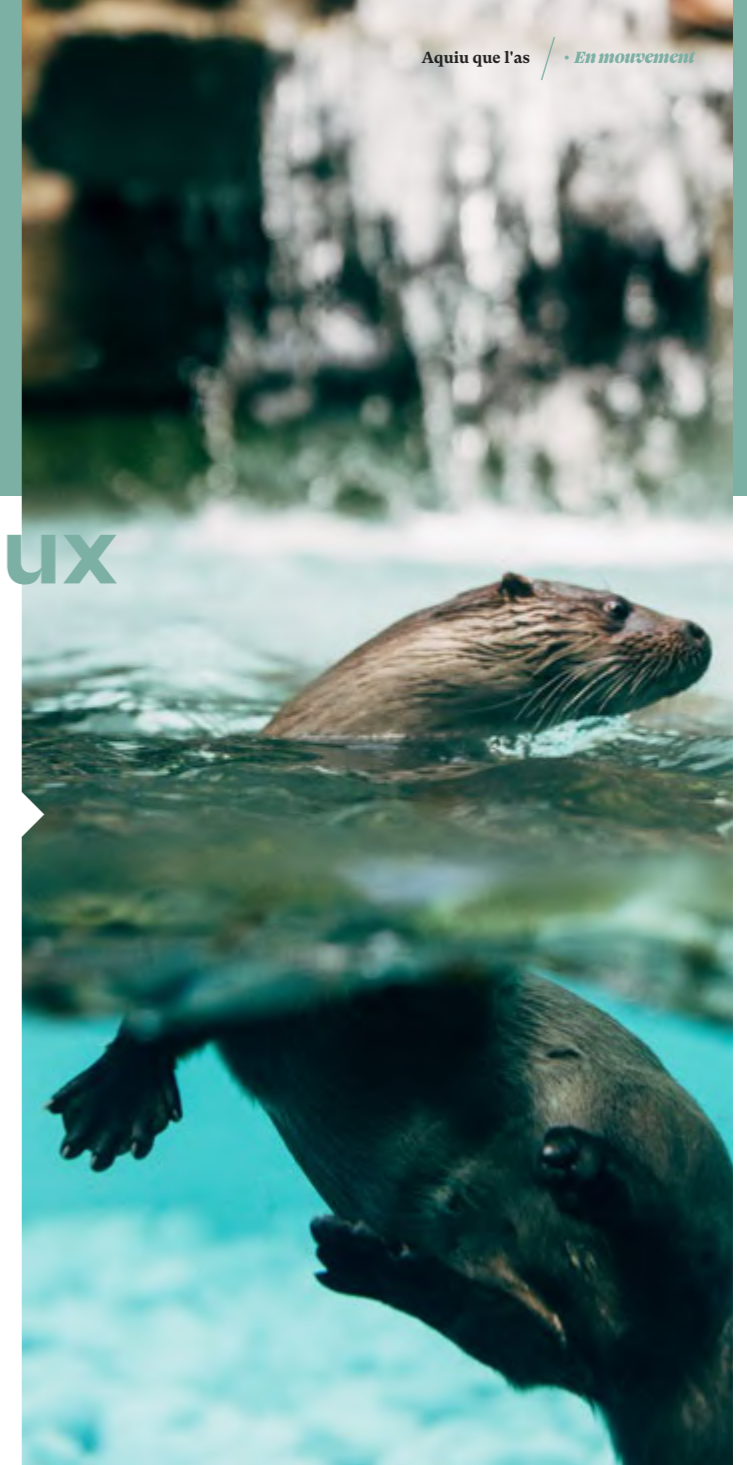
Les parcs animaliers

Au **Parc animalier des Pyrénées**, vous rencontrerez les habitants à poils et à plumes des Pyrénées.

Du loup en passant par les marmottes, l'ours ou encore l'isard, vous pourrez observer ces emblèmes des vallées évoluer en semi-liberté.

Du côté du beau château de Beaucens, **le Donjon des Aigles**  accueille en ses murs une grande variété de rapaces du monde entier.

Durant le spectacle de l'après-midi, vous pourrez observer les rapaces planer au-dessus de vous, ils seront rejoints par de beaux perroquets colorés qui viendront enrichir ce spectacle riche en émotions.



Le parapente

Tel un gypaète, prenez votre envol au cœur des Pyrénées. Accompagné d'un moniteur, élanchez-vous dans le vide et laissez-vous porter par la voile...

En été, profitez de la vue dégagée sur les sommets ensoleillés, et en hiver pourquoi ne pas se laisser tenter par le parapente à ski ?



Les vallées en cani-rando, à dos d'âne, de cheval ou avec un lama

La randonnée est un incontournable lors d'un été à la montagne. Mais ce n'est pas toujours facile de motiver les petits randonneurs, n'est-ce pas ? À moins qu'ils ne soient accompagnés de compagnons de route à 4 pattes... En cani-randonnée, à dos d'âne, de cheval ou même accompagné d'un lama, on vous garantit que toute la famille sera ravie !

Aller à la ferme

Ici, l'agriculture est omniprésente et les fermes font partie intégrante du paysage haut-pyrénéen. Vaches, brebis ou encore chèvres vivent ici en harmonie avec la nature. Pour mieux comprendre le métier de berger et le fonctionnement d'une ferme, rien de tel qu'une visite en famille dans l'une d'elles !



Sur neige

La bouée sur neige

Le principe d'une bouée, tout le monde connaît. Mais la bouée sur neige en revanche, ça risque d'en surprendre plus d'un !

Élancez-vous du haut de la piste et laissez-vous glisser. Votre monture se met alors à tourner sur elle-même, un vrai challenge à dompter, pour le plus grand plaisir des petits comme des grands !

Les chiens de traîneau

Non, pas besoin d'aller jusqu'au Canada pour vivre cette grande aventure en traîneau !

Dans les Pyrénées, nos mushers et leurs meutes de chiens vous attendent pour vous faire vivre ce moment intense en harmonie avec la nature et l'animal.



Les raquettes

L'hiver, les sorties en raquettes vous permettent de découvrir les paysages enneigés des vallées. Nos guides et accompagnateurs proposent chaque hiver des sorties raquettes thématiques pour pimenter vos excursions : soirée raquettes-raquette, observation des étoiles, sur les traces des animaux, etc.

Faire les premières traces avec un pisteux

Cet hiver, durant la période d'ouverture des stations, soyez le premier à glisser sur les pistes ! Au petit matin, rejoignez les pisteurs sur le domaine et découvrez leur métier passionnant !



Le ski de rando

Si vous avez un bon niveau en ski de piste et que vous souhaitez vous éloigner des foules en station et tracer votre propre chemin, partez explorer les reliefs enneigés en ski de randonnée avec un guide ! En autonomie, vous pouvez également vous entraîner sur les parcours balisés et sécurisés des stations de ski (accessibles pendant les périodes d'ouverture).

Alors, collez vos peaux de phoque, et à vous la liberté !

Retrouvez toutes les infos et l'ensemble des activités à faire sur le territoire dans les Offices de Tourisme, contacts p. 66.

La construction d'igloo

Envie de faire une pause entre le ski, la luge et les batailles de boules de neige ? Ça tombe bien, on a l'activité idéale pour toute la famille : la construction d'igloo ! Tel un véritable inuit, suivez les conseils de votre guide et découpez des blocs, assemblez-les, montez les murs, confectionnez la porte... Un moment de partage et de cohésion qui plaira à tout le monde.

Le biathlon

Ludique, le biathlon permet d'améliorer sa concentration et sa gestion du stress tout en gardant le plaisir de la réussite et de la glisse. Le but est d'apprendre la pratique du ski de fond, le tir vient en second plan pour apprendre à se calmer après un gros effort physique. C'est l'occasion, le temps de quelques heures, de se prendre pour Martin Fourcade ! Nul besoin d'être un expert en ski de fond ou même en tir, les initiations sont là pour vous apprendre les bases et vous aider à progresser en douceur. Alors, qu'est-ce que vous attendez ?



Sur les pistes

Cauterets Pont d'Espagne

Domaines skiables alpin et nordique

Cauterets c'est deux univers aussi différents que complémentaires : le Cirque du Lys pour le ski de piste avec un bon enneigement grâce à son exposition et le Pont d'Espagne pour la pratique du ski nordique et des raquettes au cœur du Parc national des Pyrénées.

+33 (0)5 62 92 50 50 / cauterets.com

Espace nordique du Val d'Azun

Domaine skiable nordique

C'est entre le Col du Soulor et le Col de Couraduque que s'étend ce domaine entièrement dédié aux activités nordiques. En famille pour se retrouver ou seul pour se challenger, renouez avec la nature et les grands espaces au milieu des forêts de sapins enneigés.

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

LES +

- + L'espace freeride du Pic du Midi, à tester avec des moniteurs ou des guides de haute montagne !
- + L'Auberge du Lienz Chez Louïsette où l'on peut déguster une bonne garbure entre deux descentes.

LES +

- + Un des meilleurs enneigements naturels de France pour skier jusqu'en avril.
- + Le site nordique du Pont d'Espagne, prisé pour son domaine de ski de fond, ses cascades et sapins enneigés. Le spot idéal pour faire de la luge en famille et une bataille de boules de neige.

LES +

- + Les initiations au biathlon proposées par l'école de ski.
- + Le Nordic Park au Col de Couraduque, idéal pour les débutants !

Grand Tourmalet

Domaine skiable alpin

C'est au pied du Pic du Midi et du Col du Tourmalet que s'étend le plus grand domaine des Pyrénées françaises, sur les versants de Barèges et la Mongie. Ce qui fait la force de cette station, c'est sa pluralité de paysages qui vous permet une glisse tantôt entre les sapins tantôt sur de larges pistes...

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

Hautacam

Domaines skiables alpin et nordique

Cette station à taille humaine offre une belle vue dégagée sur les vallées. En ski de piste ou ski de fond, en raquettes ou même en Mountain Luge, enivrez-vous de ces panoramas enneigés et du sentiment de liberté qu'ils vous procurent !

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

LES +

- + Ses nombreuses activités hors ski pour s'amuser en famille !
- + Sa vue dégagée sur la vallée d'Argelès-Gazost.

Gavarnie -Gèdre

Domaines skiables alpin et nordique

Ce qui fait la force de ce domaine, c'est son cadre exceptionnel ! Au fur et à mesure que vous dévaliez la piste verte la plus longue des Pyrénées françaises, profitez du panorama exceptionnel sur les sommets de plus de 3 000 m du Cirque de Gavarnie. Un plaisir qui se savoure à tous âges et tous niveaux.

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

LES +

- + Skiez avec une vue magnifique sur la Brèche de Roland pendant vos descentes !
- + Les couchers de soleil à bord d'une dameuse pour découvrir la station sous un autre angle.

Luz Ardiden

Domaine skiable alpin

Présumé et sauvage, Luz Ardiden déploie ses panoramas à couper le souffle sur les plus hauts sommets des Pyrénées. Loin de toute urbanisation, cette station intemporelle offre une parenthèse nature incomparable : déconnexion garantie !

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

LES +

- + Son espace technique et neige garantie sur le secteur de Caprette.
- + Ses multiples activités et animations musicales !

• En douceur

Dans une bulle



Les Bains du Rocher

♥ Cauterets

Un décor minéral épuré, une ambiance feutrée propice à la relaxation et à la remise en forme aquatique. À Cauterets, on profite de bassins intérieurs et extérieurs tout en barbotant dans une eau thermale à 33°C, les yeux rivés sur les montagnes. Quelques flocons de neige en prime et c'est le paradis assuré ! Espace bien-être avec soins visage et massages.

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

À tester

Le soin du corps "Cocooning de la Ruche" au miel bio de Cauterets !

Cieléo

♥ Barèges

L'espace bien-être Cieléo est un véritable cocon étoilé. Si ses bains bouillonnants, sauna, hammam, suffisent à détendre votre corps, la coupole éclairée par la voie lactée saura quant à elle apaiser votre esprit. Laissez également votre regard se perdre sur le massif de l'Ardiden grâce au jacuzzi installé sous le dôme de verre. Et pour prolonger votre pause bien-être, profitez de l'Institut où vous attendent des modelages et soins du visage. Un vrai moment hors du temps!

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

À tester

Le soin "enveloppement de boue chaude" et douche à l'eau thermale.



Le Jardin des Bains

♥ Argelès-Gazost   

Cet espace situé face au parc thermal d'Argelès propose un voyage des plus dépaysant. Ambiance Inca, immenses statues façon ruines enfouies, jardins luxuriants encadrant une verrière grandiose... Dépaysement garanti au Jardin des Bains où l'on voyage de la forêt d'Émeraude aux jardins suspendus de Babylone. De bains turcs en jacuzzi à ciel ouvert, l'espace balnéo se fait intime et offre ses trois bassins pour une détente absolue. Nombreuses activités : salle de sport, aquatapis, aquagym, séances de bébé nageur.

+33 (0)5 62 97 03 24 / lejardindesbains.com

À tester

La nouvelle gamme de produits esthétiques et soins biologiques !



Luzéa

♥ Luz-Saint-Sauveur

Entre architecture néoclassique et espaces de soins contemporains, Luzéa allie marbre, verre et mosaïques. La rencontre de l'élégance du XIX^{ème} siècle avec la modernité des spa de montagne, le tout niché dans une des plus belles vallées des Pyrénées. Piscine, jacuzzi, sauna, hammam, modelages, soins visages et corps, hydrothérapie, formules en demi-journée ou sur plusieurs jours sont proposés tout au long de l'année.

+33 (0)5 62 92 81 58 / luzea.fr

À tester

Échappée minérale thermale : modelage aux sels de la mer morte sous affusion d'eau thermale.

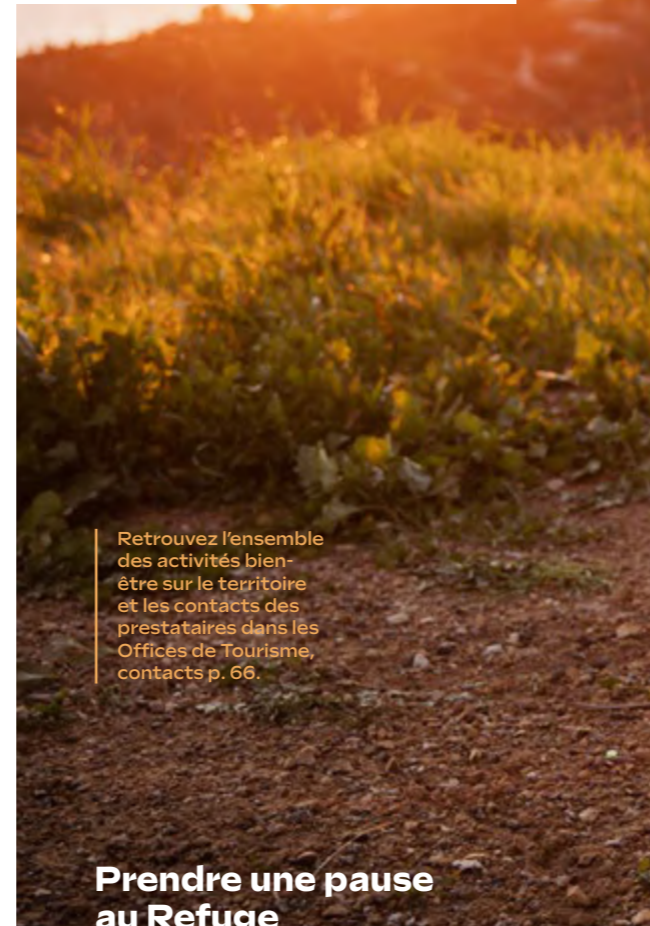
Pour vous détendre et respirer le bon air des Pyrénées, voici une sélection de quelques activités aux quatre coins des vallées !



Méditation & Qi Gong en pleine montagne

Sylvain, enseignant depuis 20 ans, vous propose chaque dimanche en juillet et août une séance de méditation et de Qi Gong dans un site naturel. Cette pratique en pleine montagne renforce l'énergie vitale pour se sentir mieux, via des exercices simples, aux bienfaits immédiats. Une véritable déconnexion ! La matinée débute par un accueil avec du thé et des fruits secs puis une heure de méditation et une heure de Qi Gong avant de clôturer l'expérience par un pique-nique bio.

pibeste.fr



Retrouvez l'ensemble des activités bien-être sur le territoire et les contacts des prestataires dans les Offices de Tourisme, contacts p. 66.

Prendre une pause au Refuge

à Pierrefitte-Nestlas

Faites la rencontre d'Honoré et Céline dans ce lieu original et bienveillant où le bien-être est de chaque instant. D'un côté, le salon de thé vous permet de vous restaurer tout au long de la journée en sucré ou salé autour de boissons fraîches ou chaudes. De l'autre, l'espace bien-être propose de la sophrologie, naturopathie, réflexologie, massages énergétiques, coiffure et esthétique au naturel mais aussi yoga, méditation, ateliers de groupe, conférences...

lerefuge65.fr

Un geste pour la planète à Lourdes

Le groupe « Les Petits Pédestres », une association lourdaise dédiée à la sensibilisation à la préservation de l'environnement, réunit des habitants locaux et tous les volontaires pour aller nettoyer des sites dans la nature, bords du gave, lac, forêts, parcs, Voie Verte des Gaves...

À chaque sortie, ce sont environ 2 bennes qui sont remplies de déchets. Ces balades de ramassage se veulent être une sensibilisation par l'action et permettent de prendre conscience de l'impact de la pollution sur les espaces naturels et des lieux de vie.

lourdes-infotourisme.com

Yoga en plein air et yoga aérien

Pour décompresser et vous accorder une pause au creux des montagnes, optez pour une séance de yoga en extérieur à Luz ! Au grand air, améliorez votre souplesse, votre équilibre, votre concentration et profitez des nombreux autres bienfaits que cette pratique procure.

Découvrez également les séances de yoga aérien, une pratique qui consiste à effectuer les postures du yoga à l'aide d'un hamac ou tissu suspendu. Idéal pour se détendre, se muscler et surtout s'amuser !

luz.org

Healing Dance à Cauterets et Barèges

L'eau est un élément idéal pour prendre soin de soi ! Valérie vous propose divers soins et ateliers aquatiques qui vous permettront de vous sentir aussi bien dans votre corps que dans votre tête.

À ces côtés, vous pourrez par exemple tester la Healing Dance, durant laquelle l'alternance de mouvements et de temps calmes vous aidera à vous relaxer et à détendre vos muscles.

Une vraie parenthèse de douceur !

harmonie-eau.fr

Aquatrainning à Barèges

Envie de vous dépenser lors d'une séance complète et dynamique ? L'aquatrainning est l'idéal, combinant les bienfaits de plusieurs disciplines en une seule et même séance durant laquelle vous pourrez sauter, pédaler, nager, courir... pour solliciter tous vos muscles, renforcer votre cardio et récupérer activement.

cieleo-bareges.com



Inspirer, expirer



En découverte

Le patrimoine à vol d'oiseau

De tout là-haut, entre sommets et nuages, le gypaète prend son envol au-dessus du Cirque de Gavarnie. Fervent défenseur de son territoire et de ses richesses, il parcourt chaque jour plusieurs kilomètres et veille majestueusement sur ses vallées. Suivez ses traces et parcourez les monuments clés qui font l'âme de ces montagnes et vous racontent de merveilleuses histoires...



Lourdes



Musée pyrénéen, Château fort de Lourdes

Avec plus de mille ans d'histoire ce grand vaisseau de pierre, suspendu au cœur de la ville, vous invite à voyager dans le temps.

Halles de Lourdes

Situées en centre-ville, les Halles de Lourdes sont une parfaite illustration d'une architecture métallique de la fin du XIX^{ème} et proviennent du marché dit de la Pierre à Toulouse. Initialement bâties dans la ville rose, elles furent vendues à la ville de Lourdes et reconstruites sur la Place du Champ Commun.

Barèges-Tourmalet

Chapelle Camp Rollot

Située sur le Camp Bernard Rollot, cette chapelle a été construite en 1955 à l'initiative du Père Antoine Dieuzayde.



Les granges de Souriche, Piets et Transarrious

Au-dessus de Barèges, ces granges sont le témoignage d'une forte activité pastorale. Vous remarquerez les ingénieux systèmes pare-avalanches qui protègent certaines de ces granges depuis de nombreuses décennies : les alats, granges épousant la pente ; et les forts, granges protégées par de gros murs de pierre.



Saint-Pé-de-Bigorre

Maisons aux arcades

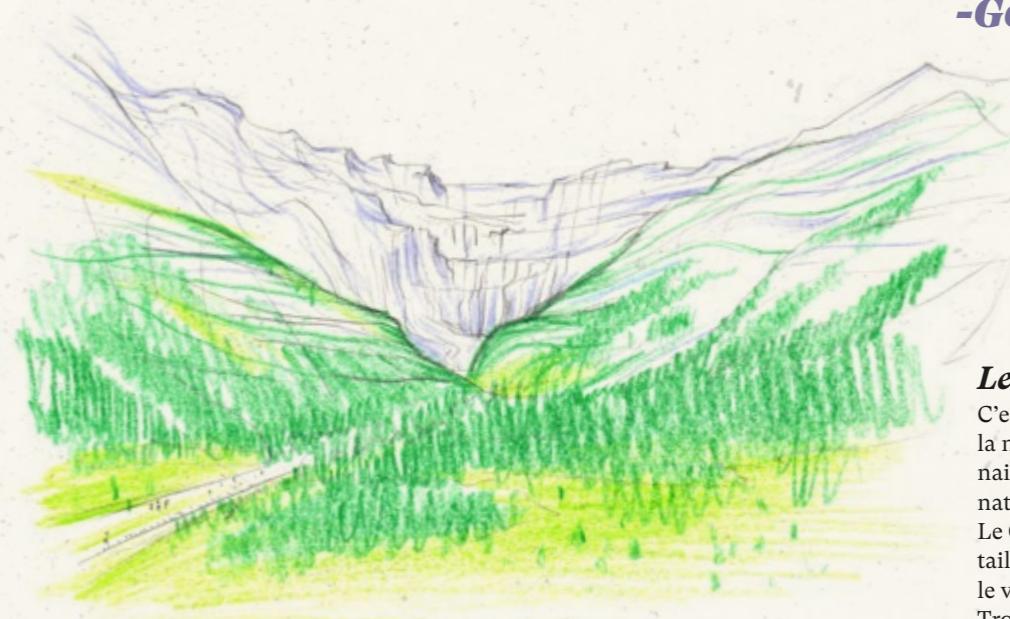
Les arcades entourant la place constituent des passages couverts abritant autrefois des échoppes d'artisans et de marchands. Les maisons présentent des éléments architecturaux remarquables : pierres de pays, portes cloutées, linteaux datés et sculptés.

Clé de Saint-Pierre

La Clé de Saint-Pierre est une relique envoyée, selon la tradition, de Rome aux moines de l'abbaye de Saint-Pé. Elle contiendrait du métal des chaînes qui entravaient Saint-Pierre dans sa cellule. Très vénérée du Moyen-Âge jusqu'au XX^{ème} siècle, on lui attribuait le pouvoir de protéger de la rage les humains et les animaux.



Gavarnie-Gèdre



Les 3 cirques

C'est à Gavarnie-Gèdre que la nature et le temps ont donné naissance à des amphithéâtres naturels d'une beauté sans pareille. Le Cirque d'Estaubé, dont la petite taille fait le charme et la beauté, le vaste et paisible Cirque de Troumouse et enfin le plus célèbre de tous : le Cirque de Gavarnie.

Le hameau de Héas

Ce joli hameau d'été de la commune de Gavarnie-Gèdre est situé au pied du vaste Cirque de Troumouse. On y retrouve la belle chapelle Notre-Dame de Héas qu'il est possible de visiter de mai à octobre.

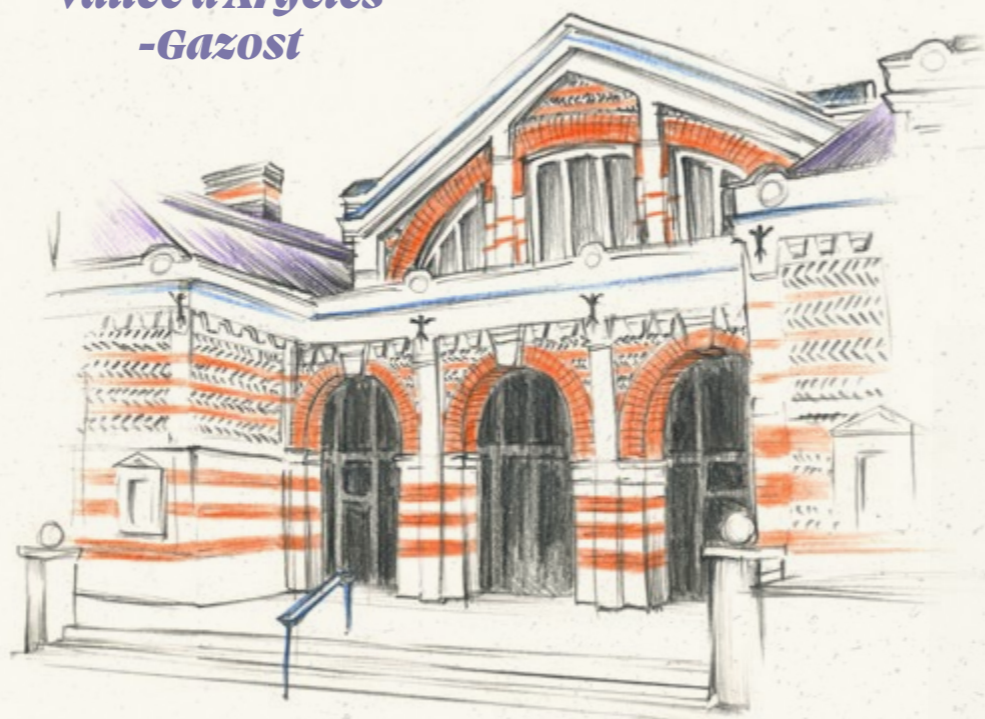


Le patrimoine à vol d'oiseau

Vallée d'Argelès -Gazost

Les thermes d'Argelès

Situé dans la partie basse de la ville, ce beau bâtiment fait de brique rouge et de galets fait face au parc thermal à l'anglaise où il fait bon flâner et admirer les belles villas.



La château de Beaucens

Facilement visible depuis la vallée d'Argelès-Gazost, cette imposante ruine abrite le Donjon des Aigles et sa belle collection de rapaces. À visiter d'avril à septembre, billets en vente dans les Offices de Tourisme.

Cauterets

La cascade du Pont d'Espagne

Située à seulement quelques minutes de marche depuis le parking, cette cascade est un incontournable de Cauterets. Juste à côté, l'Hôtellerie du Pont d'Espagne vous permet de vous restaurer face à ce paysage saisissant.



Gare en bois de Cauterets

Construite en 1895-1896, rénovée en 1994. Cette gare entièrement en bois est remarquable par la décoration de sa façade qui lui donne un charme certain.

Val d'Azun

La Chapelle de Pouey Laiïn

Cette belle chapelle est perchée sur un promontoire dominant le village. Des visites commentées gratuites sont organisées en juillet et août.

La toue de Doumbas

Juste après le lac de Suyen, découvrez la jolie toue de Doumbas, un abri sous roche typique du patrimoine montagnard.

Vallée de Luz

Le Pont Napoléon

Ce magnifique et imposant pont a été construit sous ordre de Napoléon III (1859 à 1863), qui voulut relier le quartier thermal et la route menant à Gavarnie.

Église Saint-André dite « des Templiers »

Bâtie à la fin du XII^{ème} siècle, elle est l'une des rares églises fortifiées en France. L'église abrite également le Musée du trésor, lieu d'exposition d'objets d'art sacré.

PATRIMOINE EN BALADE

Un voyage à travers l'espace et le temps

Branchez vos écouteurs, lancez votre application *Patrimoine en balade* et laissez-vous guider ! Déambulez au milieu des vallées et découvrez les richesses architecturales et leurs histoires au rythme des récits fascinants que vous contentent leurs habitants... Anecdotes, souvenirs et narrations en tout genre ponctueront votre visite et feront de votre balade un moment unique en immersion totale dans la vie locale de ces villages et au plus près de ceux qui les font vivre.



Programme des visites :



PATRIMOINE EN VISITE

Des visites guidées vous permettent de découvrir le patrimoine des vallées et son histoire grâce à Brigitte Bellocq, guide-conférencière.

Nos vallées ont du talent

Stella GENDRON

Souffleuse de verre
- Goutte d'Eau de Lourdes

« La vie m'a offert le cadeau inattendu de découvrir Lourdes un jour sur mon chemin et je ne l'ai plus jamais quittée. J'ai installé mon atelier de souffleuse de verre à la flamme en 2014 boulevard de la Grotte et j'y réalise des bijoux en verre soufflé.

J'ai adapté les contraintes techniques au fil des années pour permettre aux visiteurs d'assister de bout en bout en direct à la réalisation de leur bijou mais aussi de pouvoir y mettre à l'intérieur, sur l'instant, l'Eau de la Grotte qu'ils sont allés recueillir eux-mêmes, ou toute autre matière qu'une goutte puisse contenir, y ajoutant leur intention et leurs prières personnelles.

Au fil des années et des saisons la Boutique-Atelier est devenue avant tout un lieu de fraternité, un espace de rencontres humaines d'une richesse et d'une tendresse inouïes qui ont fait couler bien des larmes de gratitude et de joie sur mes joues et sur celles des pèlerins dont certains sont devenus des amis que je revoie à chaque nouvelle saison. »

lagouttedeaudelourdes.com



Laurence BALET

Relooking de meubles anciens
L'Echoppe à Luz-Saint-Sauveur

« Dans mon échoppe, je propose un large choix de meubles et d'objets de décoration complètement rénovés que je récupère avant leur dépôt à la déchetterie, lors de vide-maisons / vide-greniers ou via des dons de mes connaissances.

Une fois nettoyés, décapés, réparés, poncés et repeints, les meubles et objets retrouvent ainsi une nouvelle vie. Je m'amuse à détourner certains objets de leur utilité initiale, ce qu'on appelle l'up-cycling : un trépied de niveau de chantier en bois devient un trépied de niveau de chantier en bois devient un lampadaire, un pédalier de vélo ou un tamis agricole vient orner une lampe... »

[lechoppeluz](https://www.instagram.com/lechoppeluz)



Pascal FLURIN

Apiculteur - Pavillon des abeilles à Cauterets

« Ballot-Flurin est une entreprise familiale des Hautes-Pyrénées qui a vu le jour il y a 40 ans et ne cesse de fleurir. Catherine Flurin, bergère de ses abeilles, a pris le temps de les écouter, de travailler en partenariat avec elles, de manière à créer un monde toujours plus favorable au vivant. Issues de l'Apiculture Douce®, les matières apicoles proposées sont fraîches, récoltées localement et dans le plus grand respect de l'abeille.

Issue de trois générations de médecins, il était évident pour Catherine de proposer des solutions de soins et de santé naturelle. C'est donc tout naturellement que des préparations de qualité, concentrées en principes actifs, sont venues illuminer la boutique pyrénéenne de Cauterets.

Mais pas que... Se soigner auprès des abeilles, c'est avant tout les comprendre ! Venez les rencontrer, ressentir leurs vibrations et respirer les bienfaits dans un espace hors du commun au sein de nos chambres d'abeilles. Découvrez ces véritables "piles énergétiques", dédiées au ressourcement et à la découverte des mondes intérieurs de la nature au 23 Bis Avenue du Mamelon Vert. »

ballot-flurin.com



Caroline DAGUENET

Savonnerie créative
La Fabrique des Soums, vallée d'Argelès-G.

« La Fabrique des Soums est une savonnerie créative, éthique, responsable et engagée. C'est avant tout l'histoire d'une transition écologique à travers le développement du savon saponifié à froid, dans le respect de l'humain et de l'environnement. Mais c'est aussi le plaisir des yeux et la douceur de la peau pour une meilleure santé.

À la Fabrique, je conçois et fabrique des cosmétiques naturels de façon artisanale. En tant que grande passionnée de nature sauvage, j'ai donné aux savons la forme et la douceur des montagnes qui entourent la savonnerie. Je suis très attachée au territoire et souhaite valoriser autant que possible les ressources et atouts de nos belles Pyrénées.

J'ai à cœur d'œuvrer pour une démarche écologique et durable dans mes processus de fabrication, de distribution et de valorisation de mes produits. C'est aussi pourquoi j'encourage et je tends vers le zéro déchet en privilégiant la vente en vrac. »

lafabriquedessoums.fr



Pour découvrir les nombreux autres talents dont regorgent nos vallées et avoir plus d'information, rendez-vous dans les Offices de Tourisme.

En dégustation

En une bouchée

Les marchés de Pays

- 📍 LUZ-SAINT-SAUVEUR > lundi matin
- 📍 ARGELÈS-GAZOST > mardi matin
- 📍 BARÈGES > mercredi matin (mai à octobre)
- 📍 SAINT-PÉ-DE-BIGORRE > mercredi matin
- 📍 LOURDES > jeudi et samedi matin
- 📍 CAUTERETS > vendredi matin (juin à octobre)
- 📍 PIERREFITTE-NESTALAS > samedi matin
- 📍 ARRENS-MARSOUS > dimanche matin (juillet-août)

Les marchés des producteurs

- 📍 ARGELÈS-GAZOST
chaque samedi de 8h à 12h
- 📍 ARRENS-MARSOUS
chaque mercredi de 16h à 20h > mi-juin à mi-sept.
- 📍 SAINT-PÉ-DE-BIGORRE
Samedi 29 juillet et samedi 19 août 2023 > en soirée
- 📍 LAU-BALAGNAS (unique marché bio des Hautes-Pyrénées)
chaque lundi de 16h30 à 19h30
- 📍 LUZ-SAINT-SAUVEUR
chaque vendredi de 17h à 22h > juillet-août
- 📍 GÈDRE
Marché gourmand et artisanal tous les jeudis
> du 13 juillet au 31 août 2023 à 15h

Les marchés de nuit

- 📍 ARGELÈS-GAZOST
Dimanches 16 juillet et 13 août 2023 à partir de 17h

Les Halles

- 📍 HALLES DE LOURDES
> ouvertes tous les matins de 7h à 13h
(excepté le dimanche de novembre à mars)
- 📍 HALLES DE CAUTERETS
> ouvertes tous les jours 8h-13h / 16h-19h
(fermées en novembre)



Nos idées de spots pique-nique

CAUTERETS 🚶🐕🐶
la Fruitière et son ambiance bucolique.

LUZ-SAINT-SAUVEUR 🚶🐕🐶♿
sur la promenade le long du Bastan.

LOURDES 🚶🐕♿
le Jardin des Tilleuls au milieu des fontaines.

SAINT-PÉ 🚶🐕♿
au plateau du Mousqué, une aire de pique-nique (avec barbecues), au milieu de chênes centenaires, offre un magnifique panorama sur les massifs jusqu'à Pau.

BARÈGES 🚶🐕🐶
à la chapelle du Camp Rollot au-dessus du plateau du Lienz.

GAVARNIE-GÈDRE 🚶🐕♿
à Gèdre, en face de l'Hôtel de la Brèche de Roland, rejoignez le parking de l'autre côté de la route et empruntez les escaliers qui descendent au bord du gave. Des tables de pique-nique et des petites vasques naturelles pour tremper les pieds vous attendent.

VAL D'AZUN 📍🚶🐕
le Mont de Gez depuis Arras-en-Lavedan qui offre un joli point de vue sur la vallée d'Argelès-Gazost.

VALLÉE D'ARGELÈS-GAZOST 📍
le Cap de Bentails au-dessus du village de Saint-Pastous.

► Informations dans les Offices de Tourisme

Au menu

Bien qu'il existe un plaisir certain à goûter nos trésors culinaires avec le palais, il est tout aussi intéressant d'y goûter avec les yeux et d'apprécier, le temps d'une visite, le travail réalisé par les producteurs. Nous vous avons concocté un menu de visites pour que vous puissiez aller à leur rencontre et découvrir leurs talents.



Plat

Mouton au miel du Pays Toy

Après un petit passage en boucherie pour dénicher du mouton AOP Barèges - Gavarnie, direction **la miellerie du Pays Toy** pour pouvoir préparer cette délicieuse viande. Visite gratuite « de la ruche au pot de miel » les jeudis à 17h (juillet-août).

[f Miellerie du Pays Toy](#)

Entrée

Charcuterie de Porc noir de Bigorre

Chez **Pierre Sajous**, le Porc noir de Bigorre est à l'honneur. Dans son atelier/boutique à Beaucens, partez à la découverte de cette race et de ces spécificités grâce au parcours de découverte en extérieur, ludique et pédagogique, agrémenté de panneaux explicatifs.

[pierre-sajous.com](#)

Fromage

du Val d'Azun

Pour le fromage, allez à la rencontre de **Jean-Pierre Pomiès** éleveur et accompagnateur en montagne au Col du Soulor qui vous fait partager, le temps d'une journée, le métier de berger !

[fermemariablanc.fr](#)



Bière

du Pays Toy

Pour faire glisser ces délicieuses tapas, rien de tel qu'une bonne bière de **la Brasserie du Pays Toy** dont les coulisses sont à visiter tous les jeudis de 16h à 18h (sur réservation).

[brasserie-paystoy.com](#)

Dessert

Gâteau à la broche à la confiture

Une fois que vous aurez acheté ce gâteau aussi beau que bon dans l'une des boutiques de produits locaux des vallées, direction **l'Atelier du confiturier** à Arrens-Marsous. Après avoir assisté à une démonstration de confection de confiture (tous les jeudis matin à 10h, en juillet et août), on remplit son panier de pots de confiture, parfait pour accompagner le dessert !

[atelierduconfiturier.com](#)

Apéritif

Tapas d'escargot de la ferme Karrascol

Les lundis et jeudis de juillet et août (sur réservation), rencontrez **Maddly** dans sa petite ferme d'altitude du Val d'Azun où elle élève avec passion pas moins de 90 000 escargots Gros Gris !

[valleesdegavarnie.com](#)

Café

Pour accompagner votre café, rien de tel que quelques petits berlingots. Leur fabrication vaut le coup d'œil, rendez-vous à la confiserie **Marinette** à Cauterets pour des démonstrations gratuites !

[cauterets-berlingot-marinette.com](#)



À table !

Les produits pyrénéens par excellence



Gâteau à la broche

Miel local

Truite des Pyrénées

Bière artisanale

Garbure traditionnelle

Porc noir de Bigorre

Cailloux du Gave

Morilles

Mouton AOP Barèges-Gavarnie

Jus de pomme du Val d'Azun

Berlingots de Cauterets

Tourte des Pyrénées

Bonbons au miel

Fromage du Val d'Azun

Confiture locale

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

Préserver pour mieux transmettre

Nos vallées sont aussi belles que fragiles. Profitons des paysages sans altérer leur richesse.



Lorsque vous partez en randonnée, empruntez les sentiers balisés et n'oubliez pas que vous évoluez dans l'habitat naturel de nombreuses espèces. Par conséquent, veillez à le respecter et à ne pas déranger la faune environnante.



Ici comme partout ailleurs, l'eau est une richesse, limitez votre consommation.



Pour protéger le patrimoine exceptionnel du Parc national des Pyrénées, veillez à respecter la réglementation s'appliquant dans sa zone cœur. Rendez-vous sur pyrenees-parcnational.fr pour préparer votre sortie !



Préférez les gourdes réutilisables aux bouteilles en plastique.



Soutenez le commerce local en privilégiant les circuits courts et les produits locaux.



Pour les fumeurs, pensez à utiliser un cendrier de poche afin de stocker vos mégots et ne pas les jeter dans la nature. N'hésitez pas à venir en récupérer un dans nos Offices de Tourisme des Vallées de Gavarnie !



Lors de vos sorties, n'hésitez pas à emporter avec vous un sac de collecte qui vous permettra de contribuer à la préservation de nos montagnes en ramassant les déchets repérés sur votre passage. En vacances, gardez vos bonnes habitudes, et pensez aussi au tri sélectif !



Lors de vos sorties ski, privilégiez l'accès aux stations en navette.

Après votre lecture, n'hésitez pas à le partager pour réduire son impact sur l'environnement.



Donnez une seconde vie à ce magazine !



• ***Nous*** ***rencontrer***



LES VALLÉES DE GAVARNIE | infotourisme@valleesdegavarnie.com | valleesdegavarnie.com

📍 ARGELÈS-GAZOST

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

📍 PIERREFITTE-NESTALAS

45 av. Jean Moulin
65260 Pierrefitte-Nestalas
+33 (0)5 62 92 71 31

📍 ARRENS-MARSOUS

Place du Val d'Azun
65400 Arrens-Marsous
+33 (0)5 62 97 49 49

📍 GAVARNIE

Village
65120 Gavarnie
+33 (0)5 62 92 49 10

📍 GÈDRE

Place de la Bergère
65120 Gèdre
+33 (0)5 62 92 48 05

📍 BARÈGES - TOURMALET

Place Urbain Cazaux
65120 Barèges
+33 (0)5 62 92 16 00

📍 LUZ-SAINT-SAUVEUR

20 Place du 8 Mai
65120 Luz-Saint-Sauveur
+33 (0)5 62 92 30 30
ot@luz.org
luz.org

📍 CAUTERETS

Place Maréchal Foch
65110 Cauterets
+33 (0)5 62 92 50 50
infos@cauterets.com
cauterets.com



📍 LOURDES

Place du Champ Commun
65100 Lourdes
+33 (0)5 62 42 77 40
info@lourdes-infotourisme.com
lourdes-infotourisme.com

📍 SAINT-PÉ-DE-BIGORRE

13 Place des Arcades
65270 Saint-Pé-de-Bigorre
+33 (0)5 62 41 88 10
ot.saintpedebigorre@gmail.com
saintpedebigorre-tourisme.com



Document non contractuel et non exhaustif. Les informations sont mentionnées à titre indicatif et arrêtées au 15/05/2023. L'Agence Touristique des Vallées de Gavarnie ne saurait être tenue responsable en cas de changement des informations communiquées.

Toute représentation, reproduction intégrale ou partielle des articles, photos et illustrations est interdite.



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





Vallées de Gavarnie
et Pays de Lourdes

Aqui que l'as *Là, tu l'as!*

MAGAZINE TOURISTIQUE #4