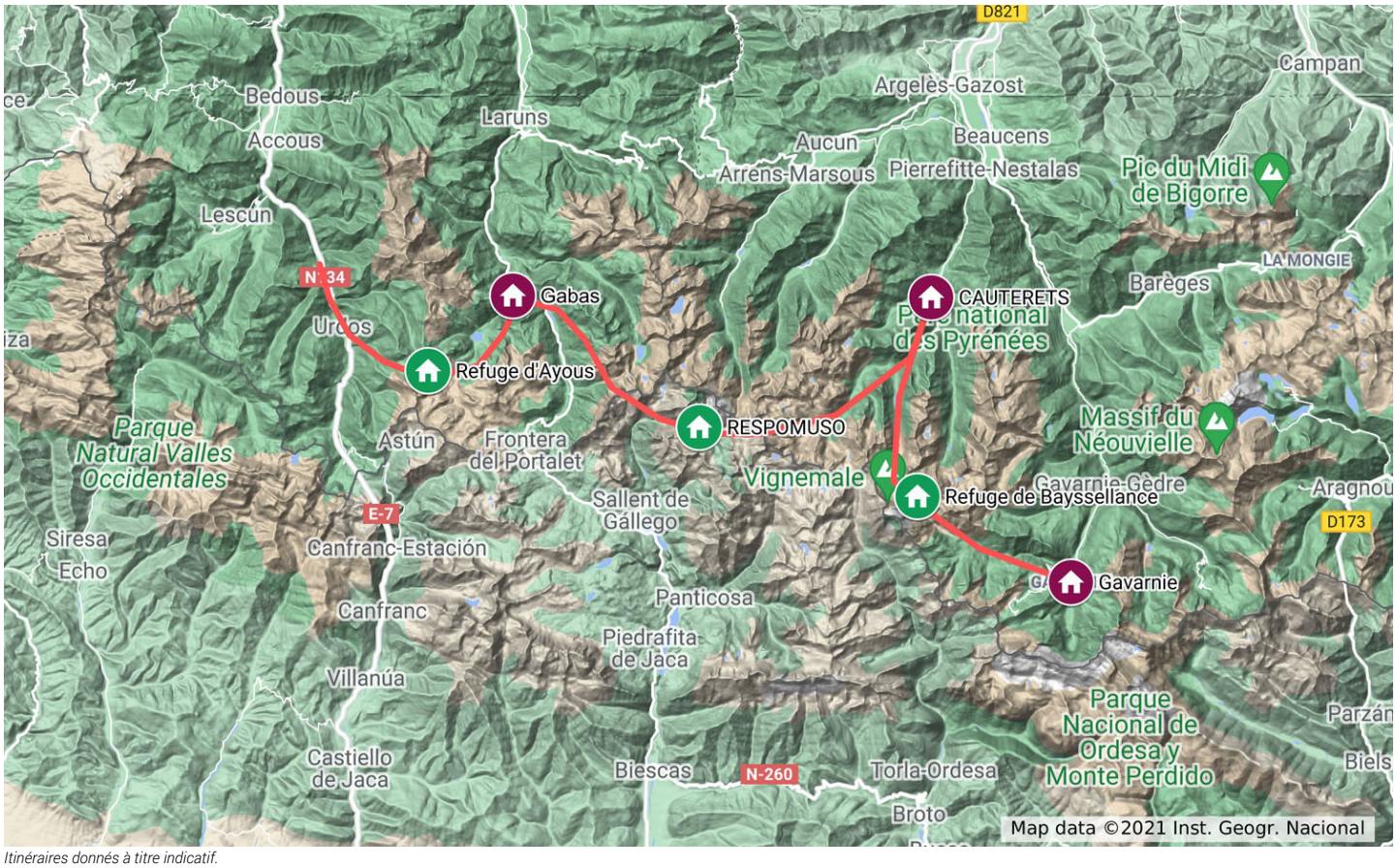
GR 10 ACCOMPAGNÉ : ETSAUT – GAVARNIE

Grande traversée des Pyrénées, partie 3

FICHE TECHNIQUE I randonnée itinérante accompagnée I 7 jours, 6 nuits, 6 jours de marche

La troisième partie de la traversée des Pyrénées pénètre dans le Parc National des Pyrénées et ses espaces protégés. Depuis la vallée d'Aspe au cœur du Béarn, le chemin de la Mâture vous conduira tout d'abord jusqu'au magnifique site des lacs d'Ayous. La découverte du Pic Midi d'Ossau, sommet emblématique des Pyrénées avec sa magnifique et altière silhouette, se reflétant dans le lac Gentau est une des plus belles « claque » visuelle qu'offrent les Pyrénées. Puis, après avoir quitté la vallée d'Ossau, vous vous aventurerez sur les merveilleux sentiers au pied du Balaitous. Cet imposant et mythique massif aux arêtes granitiques constellé de lacs est le premier sommet culminant à plus de 3000m d'altitude en venant de l'océan. Via le splendide site de haute montagne d'Arrémoulit, vous gagnerez ensuite le refuge de Respomuso sur le versant espagnol des Pyrénées en explorant le vallon d'Arriel et ses lacs aux eaux turquoise. Après cette courte incursion sur le versant Sud des Pyrénées, l'itinéraire reviendra en France pour rejoindre les superbes vallées du Marcadau et de Gaube, joyaux du Parc National, au pied de l'impressionnante et spectaculaire face Nord du Vignemale. Avant de rejoindre le village de Gavarnie, blotti au pied du célèbre cirque.



Itinéraires donnés à titre indicatif.

DATES

De juin à août

COMPRIS DANS LE SÉJOUR

- Frais d'inscription et d'organisation
- Hébergement en pension complète
- Transport des bagages sauf pour 3 nuits en refuge les jours 1, 3 et 5
-Transferts prévus au programme
- Encadrement par un accompagnateur diplômé d'Etat

NON COMPRIS DANS LE SÉJOUR

- Acheminement jusqu'aux lieux de rendez-vous et séparation
- Boissons pendant et en dehors des repas
- Assurances

PROGRAMME JOUR PAR JOUR

Jour 1 : D'Etsaut au refuge d'Ayous

Rendez-vous avec votre accompagnateur, le matin à 8h à Etsaut au départ de la randonnée. L'étape du jour présente à la fois un caractère sportif et une dimension esthétique exceptionnelle, avec un kaléidoscope de paysages grandioses au programme : le célèbre chemin de la mâture, la traversée du plateau de Baigt de Sencours, les cabanes de bergers et en point d'orgue, la vision de la fourche du Pic du Midi d'Ossau se reflétant dans le Lac Gentau, au cours des derniers moments de la soirée, livrant des couleurs de pierre chatoyantes sur fond de reflets dans le lac...

- Distance : 15km, durée : environ 6h45, dénivelé plus : +1650m, dénivelé moins : -300m.

Jour 2 : Refuge d'Ayous - Bious Artigue - Gabas

Au départ d'Ayous, vous réaliserez le superbe tour du Pic du Midi d'Ossau. Tout d'abord en parcourant les rivages des magnifiques lacs Bersau et Castérau, puis en rejoignant le col Peyreget et le refuge de Pombie au pied et au plus près du sommet. Vous emprunterez ensuite le vallon pastoral de Magnabaigt via le col Suzon. En vous retournant, vous profiterez d'une impressionnante vue sur le vertical et impressionnant versant nord de l'Ossau, surnommé aussi « Jean-Pierre ». Puis, vous rejoindrez le lac de Bious Artigue afin de prendre une navette pour Gabas (10 min).

- Distance : 17km, durée : environ 7h, dénivelé plus : +950m, dénivelé moins : -1600m

Jour 3 : Gabas - Caillou de Soques au refuge Respomuso

Le matin, transfert (15 min) de Gabas au caillou de Soques au départ de la randonnée. Magnifique parcours transfrontalier qui après avoir rejoint le col d'Arrious (2259m), emprunte le célèbre passage d'Orteig, chemin taillé dans la falaise plus impressionnant que difficile. Celui-ci conduit au refuge et lac d'Arrémoulit (2265m), au cœur d'un superbe site de haute montagne, au pied de l'impressionnante et élégante pyramide du pic d'Arriel. Après une courte montée au col d'Arrémoulit (2448m), l'itinéraire bascule en Espagne et explore le sublime vallon d'Arriel et ses lacs aux eaux turquoise, sous le regard du majestueux sommet du Balaitous (3144m). Puis un sentier au-dessus de la vallée d'Aguas Limpias mène au refuge de Respomuso dans un somptueux décor en bord de lac.

- Distance : 13,5km, durée : environ 6h, dénivelé plus : +1250m, dénivelé moins : -600m

Jour 4 : Du refuge de Respomuso au Pont d'Espagne

Depuis le refuge de Respomuso, l'étape du jour rejoint rapidement l'agréable et bucolique verdoyant plateau de Campo Plano et son lac. Au niveau de celui-ci, s'élève un sentier permettant de repasser versant français des Pyrénées via le col de la Fache (2664m). Puis vous entamerez la descente jusqu'au Pont d'Espagne via la magnifique vallée du Marcadau. Navette du Pont d'Espagne à Cauterets (10 min). Nuit à Cauterets.

- Distance : 17 km, durée : environ 6h30, dénivelé plus : +650m, dénivelé moins : -1250m

Jour 5 : Du Pont d'Espagne au refuge de Bayssellance

Navette de Cauterets au Pont d'Espagne (10 min). L'itinéraire parcourt dans un premier temps la somptueuse vallée de Gaube et son lac de montagne blotti au cœur de la vallée. Après le lac de Gaube, un itinéraire facile en pente douce vous mènera au site des Oulettes de Gaube (2151m) et son refuge, au pied de l'imposante et magnifique face nord du Vignemale (3298m), plus haut sommet des Pyrénées française. Vous poursuivez ensuite vers la Hourquette d'Ossoue avant de rejoindre le plus haut refuge gardé des Pyrénées : le refuge de Bayssellance (2651m). De la hourquette, il y aura la possibilité pour ceux qui le souhaitent, de faire l'ascension en aller-retour d'un autre « 3000 » : le Petit Vignemale (3032m) avec de belles vues sur le glacier d'Ossoue.

- Distance : 13km, durée : environ 5h30, dénivelé plus : +1300m, dénivelé moins : -200m.

Jour 6 : Du refuge de Bayssellance à Gavarnie

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

- Distance : 17km, durée : environ 6h, dénivelé plus : +250m, dénivelé moins : -1500m.

Jour 7 : Fin de séjour à Lourdes

Après le petit-déjeuner, transfert à la gare de Lourdes (1h) et fin de séjour.

⊳ Nota bene

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

L'accompagnateur peut décider de modifier les parcours décrits plus haut (cas de force majeure, conditions météo, nombre et/ou niveau des participants, etc.). Dans tous les cas, ayez confiance car ces éventuelles modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité ou votre confort.

ACCÈS

Rendez-vous : Le jour 1 à 8 h à Etsaut (64) au départ de la randonnée avec votre accompagnateur : briefing sur le séjour, remise de votre pique-nique de la journée et dépose de vos bagages au transporteur. Nous vous contacterons quelques jours avant le séjour afin de vous préciser le lieu exact de rendez-vous. En cas de problème ou retard, appelez le numéro d'urgence fourni dans les documents de voyage.

Fin du séjour : le jour 7 après le petit-déjeuner à Lourdes (65).

Comment rejoindre Etsaut :
Par le train et le bus : Train TER de Pau à Bedous et bus de Bedous à Etsaut (ligne Bedous – Canfranc)

- Par la route : Rejoindre Pau (autoroute au départ de Bordeaux ou de Toulouse); puis de Pau, N134 jusqu'à Etsaut, via Oloron Sainte Marie.

Parking véhicule:
Parkings à Etsaut :
Pas de parking gardé. Place de l'Eglise, en face de la Mairie.
Parkings à Lourdes :
Parking à la gare SNCF

Comment rejoindre Etsaut depuis Lourdes :
Train TER de Lourdes à Pau. Train TER de Pau à Bedous. Bus de Bedous à Etsaut (ligne Bedous – Canfranc)

HÉBERGEMENT & REPAS

3 nuits en gite d'étape en dortoir partagé les jours 2, 4 et 6
3 nuits en refuge de montagne en dortoir partagé les jours 1, 3, et 5

Nuit en gîte d'étape
C'est dans de petits dortoirs que vous dormirez, équipés de matelas, couvertures et oreillers. Ce que le gîte perd en confort, il le gagne en chaleur, en ambiance familiale et en convivialité. Soirées animées en perspective… Le linge de toilette n'est pas fourni.
Nuit en refuge de montagne
Ils sont placés dans des sites insolites et sauvages, dans une nature vierge de toute pollution et urbanisation. Randonades fait son maximum pour vous loger dans des refuges équipés de douches et de sanitaires. Le linge de toilette n'est pas fourni. Les dortoirs sont équipés de matelas, couvertures et oreillers.

Séjour en pension complète (dîner + petit-déjeuner + pique-nique). Les boissons ne sont pas comprises.
Les pique-niques du midi seront préparés par nos hôtes du jour. Les repas du soir sont la plupart du temps composés du menu du jour (pas de choix de menu). Les chiens ne sont pas acceptés.

NIVEAU

En moyenne chaque jour : 1000 m de dénivelé positif et 6 heures de marche effectives. Terrain : bons sentiers, le terrain est varié mais souvent rocheux. : Rythme de montée : 350 m dénivelé à l'heure. Pour marcheurs entraînés, en bonne condition physique, ayant déjà une expérience de la randonnée en montagne.

Dénivelé positif maximum : + 1 550 m
Dénivelé total en montée : + 5 860 m
Dénivelé total en descente : - 5 230 m

PORTAGE & TRANSPORT DES BAGAGES

Durant la randonnée, portage uniquement de vos affaires personnelles de la journée, de votre pique-nique et d'eau en quantité suffisante. Exceptés pour les nuits en refuges les J1, J3 et J5 où vous devrez porter vos affaires personnelles nécessaires pour la nuit (drap de sac, vêtements de rechange, nécessaire de toilette). Prévoir un bagage suiveur facilement transportable (voir nos conseils sur l'équipement).

GROUPE

4 à 8 personnes.

Dans un souci de convivialité et de sécurité, nous limitons les groupes à 12 participants. Toutefois, le groupe peut exceptionnellement monter à 13 personnes dans le cas où la dernière inscription serait le fait de 2 personnes. Les prestations, les conditions et le prix du séjour resteront dans tous les cas identiques.

La vie de groupe demande parfois de la tolérance, de la patience, un peu de discipline et beaucoup d'humour ! Pensez-y avant de partir en vacances, cela vous aidera à "lâcher prise" et à profiter au mieux de tous les instants. Si vous habitez une région à la gastronomie réputée (ou non), pourquoi ne pas apporter un échantillon de votre terroir à déguster ensemble !

ENCADREMENT

Par un accompagnateur en montagne diplômé d'Etat spécialiste de la culture locale.

Tous nos accompagnateurs sont des professionnels passionnés, natifs ou résidant depuis longtemps dans les Pyrénées. Ils sauront vous faire partager ou rencontrer une culture, une histoire, un berger ou un vigneron… un pays. Au détour d'un chemin (ou parfois hors sentier), ils vous feront découvrir l'isard ou le vautour, l'oursin, le cèpe ou la girolle à déguster, la grotte cachée à visiter...

ÉQUIPEMENT À PRÉVOIR

Le bagage suiveur

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

Le couchage en dortoir

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

Le sac à dos

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

- Fond de sac (vêtement de pluie, vêtement chaud, lunettes de soleil, crème solaire, trousse à pharmacie, nécessaire de pique-nique)
- Pique-nique du jour et de l'eau en quantité suffisante
- Affaires personnelles (papiers d'identité, carte européenne d'assurance maladie pour les circuits en Espagne et en Andorre, guide faune et flore, appareil photo, etc.)

Le pique-nique

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

Les chaussures

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

Les vêtements et équipement spécifiques pour la randonnée

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

Et pourquoi pas :

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

CONSEILS DE LECTURE

- *Dictionnaire des Pyrénées de André Levy*
- *Les Pyrénées de Claude Dendaletche*
- *La grande flore illustrée des Pyrénées de Marcel Saule*
- *Légendes et récits populaires du Pays Basque de J.-F. Cerquand*

CONDITIONS D'ANNULATION

Si vous êtes dans l'obligation d'annuler votre voyage avant son commencement (date de départ), vous devez en informer dès que possible Randonades et l'assureur (si assuré) par tout moyen écrit permettant d'obtenir un accusé de réception. C'est la date d'émission de l'écrit qui sera retenue comme date d'annulation pour facturer les frais d'annulation. Important : l'assureur appréciera, sur la base des documents que vous lui communiquerez directement, la date du fait générateur à l'origine de l'annulation de votre voyage pour vous rembourser les frais d'annulation.
L'annulation de voyage ne dispense pas du paiement intégral du prix du séjour ; toute procédure de remboursement par l'assurance ne peut être entamée qu'à cette condition.

En cas d'annulation, il sera fait application des dispositions énoncées au présent article et du barème suivant (hors primes d'assurances) :

– à plus de 60 jours du départ : 15 % du prix total du séjour ;
– de 60 à 31 jours du départ : 25 % du prix total du séjour ;
– de 30 à 21 jours : 30 % du prix total du séjour ;
– de 20 à 14 jours : 55 % du prix total du séjour ;
– de 13 à 8 jours : 70 % du prix total du séjour ;
– de 7 à 2 jours du départ : 75 % du prix total du séjour ;
– la veille ou le jour 1 du séjour : 100 % du prix total du séjour.

En cas d'annulation, quelle qu'en soit la raison, les frais extérieurs au séjour souscrit chez Randonades et engagés par le ou les voyageur(s) tels que frais de transport jusqu'au lieu de départ du voyage et retour au domicile, documents de voyages, ne pourront faire l'objet d'un quelconque remboursement.
L'abandon de votre part au cours de la randonnée ne donne droit à aucun remboursement. Lors d'une inscription à plusieurs : en cas d'annulation de la personne avec laquelle vous deviez partager une chambre (et de non remplacement par une autre personne), le supplément chambre individuelle vous sera facturé.
Les primes d'assurances ne sont jamais remboursables.

MODIFICATIONS DE RÉSERVATION

Après l'inscription et avant la date de départ, toute demande de modification de prestations (ajouts ou retraits, prestations supplémentaires, choix d'option, régime alimentaire, changement d'hébergement…), ne peut intervenir qu'avec l'accord préalable de Randonades et le paiement des frais induits avec un minimum de 50€ de frais de dossier.

ASSURANCES

À l'inscription, vous pouvez souscrire à une assurance optionnelle facultative (assistance/rapatriement, annulation, interruption de séjour) qui s'ajoute au prix du séjour ; conditions générales des contrats sur demande ou consultables sur notre site internet www.randonades.com. Cette assurance ne peut prendre effet qu'après le paiement intégral du séjour. La souscription est accessible à tous les résidents européens.

L'assurance annulation

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

L'assurance assistance / rapatriement

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

L'assurance interruption de séjour

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

RESPONSABILITÉ

Les renseignements indiqués sur nos fiches techniques sont donnés à titre indicatif et ne peuvent engager notre responsabilité. Chaque participant doit se conformer aux règles de prudence et de sécurité données par l'accompagnateur. Randonades se réserve le droit d'exclure à tout moment une personne dont le comportement compromet la sécurité ou le bien-être du groupe ainsi que de modifier, si les circonstances l'exigent, les itinéraires ou certaines prestations du programme, directement ou par l'intermédiaire de l'accompagnateur qui reste seul juge sur le terrain. Aucune indemnité ne saurait être due.