

D'Etsaut à Cauterets, le GR 10 aborde une partie de la traversée des Pyrénées au cœur du Parc National des Pyrénées. L'itinéraire s'étend du Béarn à la Bigorre, de la vallée d'Aspe au Val de Jéret, en passant par les vallées d'Ossau, d'Arrens et d'Estaing.

Par le franchissement de cols, de petits sommets, de crêtes et de lacs, découvrez des paysages et des sites exceptionnels, ainsi qu'une flore et une faune encore bien préservées.

► Repères

Début du séjour : le jour 1 dans l'après-midi à Etsaut (64)

Fin du séjour : le jour 7 en fin d'après-midi à Cauterets (65).

Hébergement : en refuge gardé (2 nuits), en gîte (3 nuits) et en hôtel (1 nuit).

Niveau 4 : en moyenne 800 m de dénivelé positif et 5 heures de marche effectives par jour.

Portage : affaires personnelles pour 2 nuits (non suivies)

Dossier de voyage : topo-guide, cartographie précise, traces GPS

Prix à partir de 540 €

Supplément chambre de 2 (4 nuits au total) : 80 €

Réduction à partir de 6 personnes, nous consulter

Dates : départ possible tous les dimanches de mi-juin à fin septembre.

Le programme jour par jour

Jour 1 : Début du séjour à Etsaut (ou à Borce selon hébergement)

Installation à votre hébergement. Visite libre des villages d'Etsaut et Borce et de la Maison du Parc. En fonction de votre heure d'arrivée, vous pouvez aussi opter pour une courte randonnée :

Boucle à la découverte de la vallée d'Etsaut, vue d'en haut. La randonnée permet de mêler vestiges du passé (moulins, granges), à une lecture de paysage fort intéressante depuis le Col de la Coundre (1 121m).

Dénivelé : + 525 m, - 525 m / **Distance :** 6 km / **Durée :** 3 h 30

Jour 2 : De Etsaut au refuge d'Ayous

L'étape du jour présente à la fois un caractère sportif et une dimension esthétique exceptionnelle, avec un kaléidoscope de paysages grandioses au programme : chemin de la mâturation, traversée du plateau de Baigt-de-St-Cours, 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.

Dénivelé : + 1550 m, - 200 m / **Distance :** 15 km / **Durée :** 6 h

Jour 3 : Du refuge d'Ayous à Gabas

Etape courte, permettant la récupération. Au départ du lac Gentau, prenez le temps de flâner et de profiter pleinement des paysages qui vous seront offerts lors de votre descente par le Lac Gentau, puis les Lacs d'Ayous, et enfin le Lac de Bioux-Artigues. Puis, vous arriverez à Gabas, village typique de la célèbre Vallée d'Ossau, connue pour son emblématique sommet, sa faune et sa tommes de brebis de renom.

Dénivelé : + 20 m, - 940 m / **Distance :** 10 km / **Durée :** 3 h

Jour 4 : De Gabas à Gourette

Transfert de Gabas à Pont du Goua. La randonnée du jour revêt un caractère soutenu du fait de la distance parcourue, associée au dénivelé positif de l'étape. En effet, la montée en direction de la Hourquette d'Arre, point culminant du GR10 dans les Pyrénées Atlantiques, à 2465m d'altitude, prend des allures sportives. Puis, la descente vers le Lac d'Anglas et enfin, la station de ski de Gourette, permet parfois d'observer une faune remarquable telle que le vautour fauve, l'aigle royal, sans oublier la marmotte ou l'isard.

Dénivelé : + 1560 m, - 1180 m / **Distance :** 19 km / **Durée :** 6 h 15

NB : enneigement tardif régulier sur cette étape : une variante vous permettant d'éviter la Hourquette d'Arre peut être mise en place.

Jour 5 : De Gourette à Arrens

Etape charnière dans la traversée des Pyrénées, puisque le GR10 franchit ici, la frontière entre Béarn et Bigorre, en rejoignant le village d'Arrens-Marsous en Val d'Azun, premier bourg de la Bigorre. Mais pour quitter le Béarn, région ô combien attachante de par son passé chargé d'histoire, lisible au travers de ses paysages, il aura fallu franchir estives et cabanes de bergers du Col de Tortes (1799m), et du Col de Saucède (1525m). Transfert sur votre lieu d'hébergement à Estaing à la fin de votre randonnée. (Il est aussi possible pour vous de faire ce tronçon à pied, en rajoutant une nuit (nous consulter).

Dénivelé : + 620 m, - 1090 m / **Distance :** 14 km / **Durée :** 5 h 15

Jour 6 : De Estaing au refuge d'Ilhéou

Du Lac d'Etsaut, encadré de versants boisés, le GR10 rejoint les hautes estives du col d'Ilhéou (2242m), après avoir franchi les cabanes d'Arriousec et de Barbat. A partir du col, le sentier redescend jusqu'au Lac d'Ilhéou ou Lac Bleu, et son refuge gardé. En cas d'enneigement tardif, une variante vous est proposée, hors GR10, par un itinéraire en balcon, passant au-dessus du lac Noir.

Dénivelé : + 1 150 m, - 320 m / **Distance :** 10,5 km / **Durée :** 5 h 15

Jour 7 : Du refuge d'Ilhéou à Cauterets

La descente du Refuge d'Ilhéou, à Cauterets, s'effectue par le Pountou dets Sahucs, petit pont antique au-dessus du gave d'Ilhéou, puis les Granges de Houssat. Au cours de cette étape, vous découvrirez des paysages restituant le travail d'érosion entrepris par les anciens glaciers, laissant apparaître des dépôts morainiques, des lacs et verrous glaciaires.

Dénivelé : + 10 m, - 1070 m / Distance : 8 km / Durée : 2 h 40

► Nota bene

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

Informations pratiques

Début du séjour : à votre hébergement à Etsaut (64) ou à Borce, selon votre heure d'arrivée.

Fin du séjour : à Cauterets (65), après la randonnée.

Comment rejoindre Etsaut :

- En avion : Aéroport de Tarbes Ossun, tel 05 62 32 92 22 - www.tarbes-lourdes.aeroport.fr/Aéroport international de Toulouse-Blagnac (180 km) : Tel : 0825 380 000/Aéroport de Pau-Uzein, tel 05 59 33 33 00 - www.pau.aeroport.fr
- En train : Transfert en TER et autobus SNCF de Pau à Etsaut, via Oloron-Sainte-Marie. Pour rejoindre Pau : ligne Nice - Toulouse - Irun avec arrêt à Pau, ou ligne Paris - Bordeaux - Tarbes, avec arrêt à Pau. Pour rejoindre Oloron-Sainte-Marie : nombreux trains TER de Pau à Oloron, puis autobus SNCF d'Oloron à Etsaut. Contacter la SNCF au 36.35, appel direct ou www.ter-sncf.com ou encore www.ter-sncf.com/aquitaine pour confirmation des horaires.
- 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 : parking non gardé place de l'Eglise, en face de la Mairie.

- Parkings à Cauterets : parking non gardé à la gare routière, Thermes César, derrière le fronton (centre ville) ; parking gardé : municipal souterrain, Rue de Belfort, tel 05 62 92 55 57, ou 05 62 92 50 34 (Mairie), ou 05 62 92 50 50 (Office du Tourisme).

Si vous laissez votre véhicule durant toute la durée de votre séjour merci de vous renseigner auprès de l'office du tourisme pour savoir si des manifestations (fêtes, marchés...) seront organisées sur votre lieu de stationnement.

Comment quitter Cauterets :

En autobus SNCF de la gare routière, arrivée à Lourdes, trajet d'une heure.

De Lourdes, correspondances pour Toulouse, Bordeaux.

Comment rejoindre Etsaut depuis Cauterets :

Autobus SNCF de Cauterets à Lourdes.

Au départ de Lourdes, ligne Lourdes à Irun, arrêt à Pau. Puis de Pau à Etsaut, correspondances possibles, avec un départ de Cauterets.

Il est fortement conseillé de vous rendre en train sur votre séjour pour éviter les retours au point de départ pour récupérer votre véhicule, car les trajets peuvent s'avérer très longs et mal desservis ou bien coûteux si vous choisissez de revenir en taxi.

Si vous choisissez de venir en voiture, nous vous conseillons de stationner votre véhicule au point d'arrivée du séjour et de rejoindre le point de départ le premier jour. Vous aurez ainsi le temps de faire le trajet et vous ne serez pas fatigués par votre semaine de randonnée.

Hébergement & repas

En chambre en hôtel (1 nuit) ; en dortoir en gîte d'étape (3 nuits) et en refuge gardé (2 nuits). Prévoir un drap de sac (couvertures fournies).

VERSION CONFORT : possibilité de dormir 4 nuits en chambre de deux avec supplément (cf. paragraphe "dates et prix"), à préciser lors de votre inscription (en fonction des disponibilités).

Hôtels, auberges et chambres d'hôtes

En chambres privatives, ici c'est le confort qui prime. Le plus souvent, vous profiterez d'une douche et de sanitaires individuels présents dans votre chambre. Ces hébergements indépendants et familiaux sont gérés par des personnes accueillantes et passionnées par leur métier. Le linge de toilette est fourni.

Gîtes d'étapes

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.

Refuges de montagne

Ils sont placés dans des sites insolites et sauvages, dans une nature vierge de toute pollution et urbanisation. Randonnées 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 demi-pension (dîner + petit-déjeuner). Les boissons et les repas de midi ne sont pas compris. Selon les parcours, vous pourrez soit déjeuner le long du chemin, soit vous ravitailler dans la journée ou le soir à l'étape, soit commander des pique-niques

auprès de vos hôtes. 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.

Les coordonnées des hébergements vous seront fournies avec votre dossier de voyage.

Niveau 4

En moyenne chaque jour : 800 m de dénivelé positif et 5 heures de marche effectives. Rythme de montée : 300 m dénivelé à l'heure. Terrain : bons sentiers.

Dénivelé positif maximum : + 1 560 m

Dénivelé total en descente : - 5 325 m

Dénivelé total en montée : + 5 435 m

Altitude mini / maxi de passage : 600 m / 2 465 m

	Jour 1	Jour 2	Jour 3	Jour 4	Jour 5	Jour 6	Jour 7
Dénivelé montée	+ 525 m	+ 1550 m	+ 20 m	+ 1560 m	+ 620 m	+ 1150 m	+ 10 m
Dénivelé descente	- 525 m	- 200 m	- 940 m	- 1180 m	- 1090 m	- 320 m	- 1070 m
Durée de marche	3 h 30	6 h	3 h	6 h 15	5 h 15	5 h 15	2 h 40
Distance	6 km	15 km	10 km	19 km	14 km	10,5 km	8 km

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

Cet itinéraire s'effectue sans accompagnateur et sous votre propre responsabilité. Nous vous fournissons toutes les indications et la logistique nécessaires au bon déroulement de votre randonnée. Vous devez être capable d'autonomie en jugeant de vos forces et en appréciant des situations inattendues (fatigue, météo, présence d'animaux, modification du terrain, etc.).

Nous déclinons toute responsabilité en cas d'erreur de votre part concernant l'orientation (erreur ou changement d'itinéraire) ou la gestion du temps (départ trop tardif le matin, pause pique-nique trop longue).

Portage & Transport des bagages

Durant la randonnée, portage des affaires personnelles de la journée, excepté pour les nuits en refuge, les J2 et J6, où vous devrez porter vos affaires personnelles nécessaires pour la nuit (drap de sac, vêtements de rechange, nécessaire de toilette).

Un véhicule d'assistance achemine votre bagage suiveur, que vous retrouvez les J3, J4, J5 et J7 (sauf si vous avez choisi la réduction baroudeurs). Pour organiser au mieux la logistique nous vous prions d'indiquer sur vos bagages (étiquettes fournies) le nom de la personne responsable du groupe (qui a réservé la randonnée).

REDUCTION BAROUDEURS portage par vos soins : nous vous proposons une réduction séjour sans portage des bagages par notre agence, de ce fait vous porterez vos bagages vous-même d'étapes en étapes, pas de transport en taxi sauf pour les transferts. La réduction n'est valable que dans le cas où tous les participants de la réservation en ont fait la demande.

Transferts

- Jour 4 : à 7 h 30 de Gabas au Pont du Goua.

Ce transfert a été prévu pour raccourcir une étape trop longue et physique.

- Jour 5 : à 17h d'Arrens à Estaing. il est possible pour vous de faire ce tronçon à pied, en rajoutant une nuit à Estaing, nous consulter.

Nous vous recommandons d'être ponctuel et de ne pas décaler l'heure qui a été fixée, puisque d'autres personnes peuvent également effectuer le même transfert que vous.

Dossier de voyage

Trois semaines avant le départ (et après réception du solde de votre séjour), nous vous fournirons le dossier de voyage (pour 2 à 4 personnes) comprenant la liste des hébergements, des étiquettes pour vos bagages, un topo-guide descriptif du parcours, une cartographie précise et, sur demande, les traces GPS du parcours (format .gpx).

Si vous souhaitez recevoir des dossiers de voyage supplémentaires (+ 25€ par dossier), la demande doit être faite à l'inscription.

Les itinéraires et les topo-guides sont régulièrement vérifiés et mis à jour. Cependant, l'itinéraire traverse des zones où les conséquences de l'activité humaine et/ou d'événements climatiques peuvent modifier significativement son tracé. À votre retour, nous vous serions reconnaissants de nous mentionner les changements ou imprécisions relevés sur le terrain.

Dates et prix

Départ possible tous les dimanches du 15 juin au 30 septembre. Inscription à partir de 2 personnes. Départ un autre jour que dimanche possible avec supplément.

Prix/pers (de 2 à 3 personnes) : 590 €

Prix/pers (de 4 à 5 personnes) : 540 €

Suppléments/réductions :

- VERSION CONFORT : 4 nuits en chambre : 80€/pers
- Supplément départ un autre jour que dimanche : 25€/pers
- REDUCTION BAROUDEURS (portage par vos soins) : 160€/groupe
- Supplément transfert retour en taxi de 1 à 4 personnes de Caunterets à Etsaut (selon les disponibilités) : 240€ en semaine/transfert et 340€/transfert dimanche et jours fériés.
- Réduction "mini-groupe" dès 6 personnes, nous consulter

Le cas échéant, veuillez nous préciser à l'inscription si plusieurs dates de départ sont possibles ; ceci au cas où un ou plusieurs hébergements seraient complets aux dates retenues. Afin d'organiser au mieux votre séjour, nous vous conseillons de vous inscrire le plus tôt possible ; certains hébergements peuvent être complets parfois plusieurs mois à l'avance.

Le prix comprend :

- Frais d'organisation
- Hébergement en demi-pension
- Transport des bagages (sauf pour les nuits en refuge)
- Transferts prévus au programme
- Dossier de voyage pour 2 à 4 personnes avec cartes, topoguide, traces GPS (dossier supplémentaire 25€).

Le prix ne comprend pas :

- Acheminement jusqu'aux lieux de rendez-vous et de séparation
- Pique-niques
- Boissons pendant et en dehors des repas
- Douches payantes dans les refuges
- Assurances
- Tout ce qui n'est pas mentionné dans "le prix comprend"

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.)
- Pour les circuits liberté, dossier de voyage avec cartes, topo-guide, boussole, téléphone portable (batterie chargée), coordonnées des hébergements, numéro d'urgence.

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)
- Gants fins et bonnet
- 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

Adresses et numéros utiles

- Office du Tourisme de la Vallée d'Aspe : 64490 Bedous - Tel : 05 59 34 57 57, e-mail : info@tourisme-aspe.com
- Parc National des Pyrénées : à Arrens-Marsous: 05 62 97 43 13, à Cauterets, bureau du Parc - Tel : 05 62 92 52 56
- Office du Tourisme de Cauterets : Tel : 05 62 92 50 50 - www.cauterets.com

- Renseignements SNCF : 36 35, ou www.ter-sncf.com
- Météo locale : 08 99 71 02 65
- Gendarmerie de Haute Montagne : Tel : 05 62 92 75 07
- Secours en montagne : PGHM d'Oloron - Tel : 05 59 39 86 22 ou 112

Conseils de lecture

- *Dictionnaire des Pyrénées* de André Levy
- *Les Pyrénées* de Claude Dendaletche
- *La grande flore illustrée des Pyrénées* de Marcel Saule
- *L'ours et les brebis, Mémoires d'un berger transhumant* de Etienne Lamazou

Pyrénées Magazine, GR10, nos plus belles étapes, n°92
Guide vert Pyrénées Aquitaine, éd. Michelin
Guide Bleu, éd. Hachette
Chemins du Piémont n 1 G. Véron
L'épopée des Cimes, Bellefont, Ed. Alpes Pyrénées

Modifications de réservation

En raison de frais d'organisation importants, pour toute modification de la réservation demandées par le client (nombre de personnes, type de chambre, nombre de nuits supplémentaires, etc.), le client devra s'acquitter d'une somme forfaitaire de 50 € par dossier.

Conditions d'annulation

En cas d'annulation de votre part à plus de 30 jours du départ, Randonades rembourse l'intégralité du prix du séjour sous déduction de frais de dossier forfaitaires de 50 € par personne.

À partir de 30 jours avant le départ, des frais d'annulation seront appliqués et calculés selon le barème suivant (par personne) en fonction de la date d'annulation :

- de 30 à 22 jours : 25% du prix du séjour
- de 21 à 15 jours : 50% du prix du séjour
- de 14 à 8 jours : 75% du prix du séjour

- de 7 à 2 jours : 90% du prix du séjour
- moins de 2 jours : 100% du prix du séjour

En cas de souscription à une assurance annulation, les frais d'annulation vous seront remboursés. Les primes d'assurance ne sont pas remboursables.

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 pourra vous être facturé.

Assurances

Vous pouvez souscrire, **à l'inscription**, à une ou plusieurs assurances (assistance / rapatriement, annulation, interruption de séjour, bagages) qui s'ajoutent au prix du séjour ; conditions générales des contrats sur demande ou consultables sur notre site internet : <http://www.randonades.com/sejour-randonnee/comment-sinscrire>. Ces assurances ne peuvent 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 interruption de séjour

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

L'assurance assistance / rapatriement

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

L'assurance bagages

Comprend le remboursement en cas de vol, détérioration ou perte de vos bagages pendant le séjour.

Responsabilité

Pour les randonnées liberté, Randonades ne saurait être tenu pour responsable d'une mauvaise interprétation du descriptif ou d'une erreur de lecture de carte de l'utilisateur. La randonnée liberté suppose l'acceptation d'un risque, qui peut être dû notamment à une modification des éléments naturels sur le parcours. Randonades ne peut être tenu responsable des accidents ou incidents qui résultent de l'imprudence d'un participant.

RANDONADES – 30, allée Arago – F-66500 PRADES – Tél. (33) 04 68 96 16 03 – Fax (33) 04 68 05 29 44
randonades@wanadoo.fr – www.randonades.com
n° Siret 450 612 668 00027 – Agence de voyages Licence LI06609001- IM066100022
Assurance RC : MMA BP27 69921 OULLINS – Garantie financière : Groupama caution

