

GR 10 liberté partie 3 : de Etsaut à Cauterets



PRESENTATION

Randonnée itinérante / dortoir ou chambre en supplément / avec ou sans portage de bagages
7 jours / 6 nuits / 6 jours de marche

De Etsaut à Cauterets, le GR10 aborde une partie de la Traversée des Pyrénées au cœur du Parc National des Pyrénées. L'itinéraire s'étend de Béarn en Bigorre, de la vallée d'Aspe au Val de Jéret, en passant par les vallées d'Ossau, d'Arrens et d'Estaing.

La découverte du Pic du midi d'Ossau se reflétant dans le lac Gentau depuis le col d'Ayous est une des plus belles « claque » visuelle qu'offrent les Pyrénées. Cela restera un moment fort de ce parcours.

Puis, par le franchissement de cols, de petits sommets, de crêtes et de lacs, vous découvrirez d'autres paysages et sites exceptionnels, ainsi qu'une flore et une faune encore bien préservées.

PROGRAMME

Jour 1 : Début de séjour à Etsaut

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 :

Le Pont de la Moulette

Randonnée en boucle ombragée et facile jusqu'au pont de la Moulette, en forêt à la découverte de granges d'altitude. Distance : 4km, durée : environ 2h15, dénivelé plus : +330, dénivelé moins : -330m

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 Sencours, 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 3 : Du refuge d'Ayous à Gabas

Etape relativement courte, permettant la récupération (ou variantes plus longues). 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 son fromage de renom, entre autres. Possibilité de deux variantes différentes plus longues : via le lac Bersau ou via col de Suzon. Distance : 10km, durée : environ 3h30, dénivelé plus : +50m, dénivelé moins : -950m. OU Distance : 12,5km, durée : environ 4h30, dénivelé plus : +200m, dénivelé moins : -1100m (variante lac Bersau). OU Distance : 20km, durée : environ 8h, dénivelé plus : +900m, dénivelé moins : -1850m (variante col Suzon).

Jour 4 : De Gabas à Gourette

La randonnée du jour revêt un caractère soutenu du fait de la distance parcourue, associée à la dénivelée positive 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. Enneigement

tardif régulier sur cette étape : une variante vous permettant d'éviter la Hourquette d'Arre peut être empruntée. Possibilité de raccourcir l'étape par un transfert le matin ou de diviser l'étape en 2 en rajoutant une nuit supplémentaire, nous consulter. Distance : 21,5km, durée : environ 9h, dénivelé plus : +1700m, dénivelé moins : -1400m OU Distance : 30km, durée : environ 11h30, dénivelé plus : +2050m, dénivelé moins : -1750m (variante neige).

Jour 5 : De Gourette à Arrens Marsous

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). Distance : 13,5km, durée : environ 6h, dénivelé plus : +900m, dénivelé moins : -1400m

Jour 6 : D'Arrens Marsous au refuge d'Ilhéou

Au départ d'Arrens, vous rejoindrez le village d'Estaing et son lac, encadré de versants boisés. Puis 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. Distance : 18km, durée : environ 7h30, dénivelé plus : +1650m, dénivelé moins : -550m

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. Possibilité d'une variante plus longue via le col de la Haugade et la vallée du Marcadau. Distance : 8km, durée : environ 3h, dénivelé plus : +75m, dénivelé moins : -1100m. OU Distance : 18km, durée : environ 6h30, dénivelé plus : +515m, dénivelé moins : -1530m (variante).

Day 1 : Start of your holiday in Etsaut

Once you have settled into your accommodation you can visit villages of Etsaut or Borce and the Maison du Parc.

The Moulette Bridge

Easy hike in shady loop up to the Moulette bridge, in the forest to discover high barns. Distance : 4km, duration : around 2h15, altitude gain : +330m, descent : -330m.

Day 2 : From Etsaut to Ayous refuge

Today's walk is challenging with 1700m altitude gain. It offers scenery of an amazing magnitude: the Chemin de la mature, the plateau of Baigt-Sencours, shepherd's cabins and as a highlight, the vision of the Pic du Midi d'Ossau, whose reflection shimmers in the waters of the lake Gentau. Distance : 15km, duration : around 6h45, altitude gain : +1650m, descent : -300m.

Day 3 : From Ayous refuge to Gabas

Setting out from the refuge at Ayous, the GR10 drops down to the village of Gabas. Today's walk is shorter and it's a chance to recuperate after yesterday's efforts (or longer variants). The distance from the lake to the village isn't far and will take about 3h00. The village is typically Pyrenean and situated in the famous valley of Ossau, with an emblematic summit, an exceptional flora and fauna, as well as a super cheese ! Possibility of two different longer variants: via Lac Bersau or via the Col de Suzon. •

Distance : 10km, duration : 3h30, altitude gain : +50m, descent : -950m. OR Distance : 12,5km, duration : 4h30, altitude gain : +200m, descent : -1100m (Variant Lac Bersau). OR Distance : 20km, duration : around 8h, altitude gain : +900m, descent : -1800m (Variant Col de Suzon)

Day 4 : From Gabas to Gourette

Today's walk is strenuous, the climb up to the Hourquette d'Arre which culminates at 2465m, this is the highest part of the GR10 in the Pyrenees Atlantiques. You descend towards the lake Anglas and continue down to the ski station, Gourette. There is a good chance that you will be able to observe some remarkable fauna such as the majestic rare vautour fauve, vultures, royal eagles, mountain isards and marmots. Late snow covering is regular on this stage : a variant enabling to avoid the high point of Hourquette d'Arre can be organized. Possibility to shorten the hike with a morning transfer or divide the hike in 2 by adding an extra night, please contact us. Distance : 21,5km, duration : around 9h, altitude gain : +1700m, descent : -1400m OR Distance : 30km, duration : around 11h30, altitude gain : +2050m, descent : -1750m (Snow variant).

Day 5 : From Gourette to Arrens Marsous

Today's stage of the GR10 is a transition, the trail crosses the border between the Béarn and Bigorre regions. You will be walking across high summer pastures and past shepherd's cabins to the Col de Tortes at an altitude of 1799m and on to the Col de Saucède at 1525m. You will arrive at the village of

Arrens in the Val D'Azun valley, the first market town of the Bigorre region. Then you will reach the village of Estaing via the Bordères pass. Distance : 13,5km, duration : around 6h, altitude gain : +900m, descent : -1400m

Day 6 : From Arrens Marsous to Ilheou refuge

From Arrens, you will reach the village of Estaing and its lake, framed by wooded slopes. Then the GR10 joins the high mountain pastures of the Ilhéou pass (2242m), after having passed the Arriousec and Barbat huts. From the pass, the path descends to the Lac d'Ilhéou or Lac Bleu, and its guarded refuge. In case of late snow, a variant is proposed, outside the GR10, by a balcony itinerary, passing above the Lac Noir. Distance : 18km, duration : around 7h30, altitude gain : +1650m, descent : -550m

Day 7 : From Ilheou refuge to Cauterets

Just a short walk for the last section of this part of the GR10. To Cauterets, passing by the Escala d'Ilhéou, you will no doubt have the chance to see marmottes and isards. In this high, airy mountain ambiance there are many traces of glacier erosion, lakes and moraines. Possibility of a longer variant via the Haugade Pass and the Marcadau Valley. Distance : 8km, duration : around 3h, altitude gain : +50m, descent : -1100m. OR Distance : 18km, duration : around 6h30, altitude gain : +500m, descent : -1550m (variant).

COMPLEMENT DE PROGRAMME

Les programmes ont été établis selon les derniers éléments connus lors de la rédaction : des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Le jour 1 sur votre lieu d'hébergement à Etsaut (64), selon votre heure d'arrivée.

DISPERSION

Le jour 7 à Cauterets (65), après votre randonnée.

NIVEAU

Niveau 4

Marcheur entraîné, en bonne condition physique avec une bonne expérience de la randonnée en montagne. Randonnée de 7h-8h par jour en moyenne, dénivelés de 1000m-1300m en moyenne, sur des sentiers accessibles mais aussi en terrain accidenté (éboulis, pierriers...), avec quelques petites difficultés techniques ponctuelles. Les temps de marche mentionnés sont donnés à titre indicatif, ce sont des horaires moyens qui ne prennent en compte que la durée de la marche effective sans comptabiliser les temps de pause. En fonction des conditions climatiques le rythme de marche peut également varier, allant de + 300m à +500m de montée à l'heure.

HEBERGEMENT

Demi-pension :

- 3 nuits en dortoir commun en refuges de montagne les jours 2, 4 et 6. Prévoir un drap de sac (couvertures fournies)
- 3 nuits en dortoir commun en gîtes d'étape les jours 1, 3 et 5. Prévoir un drap de sac (couvertures fournies)

VERSION CONFORT (avec supplément)

2 nuits en chambre en chambres d'hôtes les jours 1, 3

1 nuit en chambre en hôtel*** le jour 5

1 nuit en chambre en hôtel** le jour 4

- 2 nuits en dortoir commun en refuges de montagnes les jours 2 et 6. Prévoir un drap de sac (couvertures fournies)

Les repas

- Petit déjeuner continental (thé, café, lait, pain, beurre, confiture).

- Repas du soir à base souvent de spécialités locales, incluant une entrée, un plat et un dessert.
- Pique-niques non inclus. Possible de les réserver à l'avance (en supplément). Ou possibilité de les acheter directement sur place auprès des hébergements ou dans les épiceries, supérettes, boulangeries mentionnées dans le roadbook.
- Boissons non comprises.

PORTAGE DES BAGAGES

Durant la randonnée, portage uniquement de vos affaires personnelles pour la journée de marche (pique-nique, eau ...). Exceptés 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). Prévoir un bagage suiveur facilement transportable (voir nos conseils sur l'équipement). Sauf si vous avez choisi la version sans transport des bagages auquel cas vous porterez toutes vos affaires d'une étape à une autre.

ENCADREMENT

Randonnée en liberté, sans encadrement.

DATES ET PRIX

DATES ET PRIX

Départ

Tous les jours de Mi-Juin à Fin Septembre (selon disponibilité).

Inscription à partir de 2 personnes (randonneur solitaire, nous consulter).

Du 15/06/2024 au 30/09/2024

Prix avec transport des bagages :

- Prix/pers pour un groupe de 2 personnes : **675€**
- Prix/pers pour un groupe de 3 personnes : **605€**
- Prix/pers pour un groupe de 4 personnes : **575€**
- Prix/pers pour un groupe de 5 personnes : **555€**
- Prix/pers pour un groupe de 6 personnes : **545€**

Prix sans transport des bagages :

- Prix/pers pour un groupe de 2 personnes : **475€**
- Prix/pers pour un groupe de 3 personnes : **465€**
- Prix/pers pour un groupe de 4 personnes : **460€**
- Prix/pers pour un groupe de 5 personnes : **455€**
- Prix/pers pour un groupe de 6 personnes : **450€**

Suppléments :

- Version confort (4 nuits en chambre) : 110€/pers
- Supplément chambre individuelle : 115€/pers
- Supplément transfert retour de Cauterets à Etsaut : 290€/transfert
- Supplément transfert retour de Cauterets à Etsaut dimanche et jours fériés : 325€/ transfert
- Nuit supplémentaire à Etsaut en demi-pension chambre double : 60€/pers
- Nuit supplémentaire à Etsaut en demi-pension chambre individuelle : 90€/pers
- Nuit supplémentaire à Etsaut en demi-pension dortoir partagé : 45€/pers
- Nuit supplémentaire à Cauterets en demi-pension chambre double : 55€/pers
- Nuit supplémentaire à Cauterets en demi-pension chambre individuelle : 65€/pers
- Nuit supplémentaire à Cauterets en demi-pension dortoir partagé : 50€/pers

LE PRIX COMPREND

- L'hébergement en demi-pension

- Le transport de bagages (suivant option choisie) sauf pour les deux nuits en refuge les jours 2 et 6
- Le dossier de voyage avec cartes et topoguide
- Traces GPS sur demande + accès à l'itinéraire détaillé sur l'application mobile GPS Mhikes

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les assurances
- 15€ de frais de dossier
- Les douches payantes dans les refuges
- Les boissons et les pique-niques.

POUR EN SAVOIR PLUS

DESCRIPTION