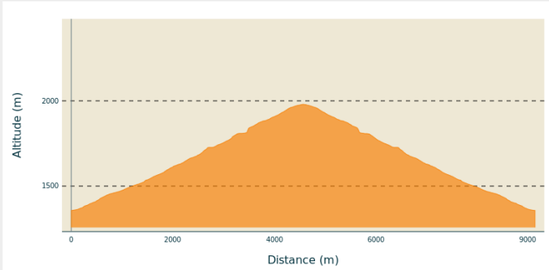
Itinéraire

Départ : Parking du Cambasque, Cauterets
Arrivée : Parking du Cambasque, Cauterets
Communes : 1. Cauterets

Profil altimétrique



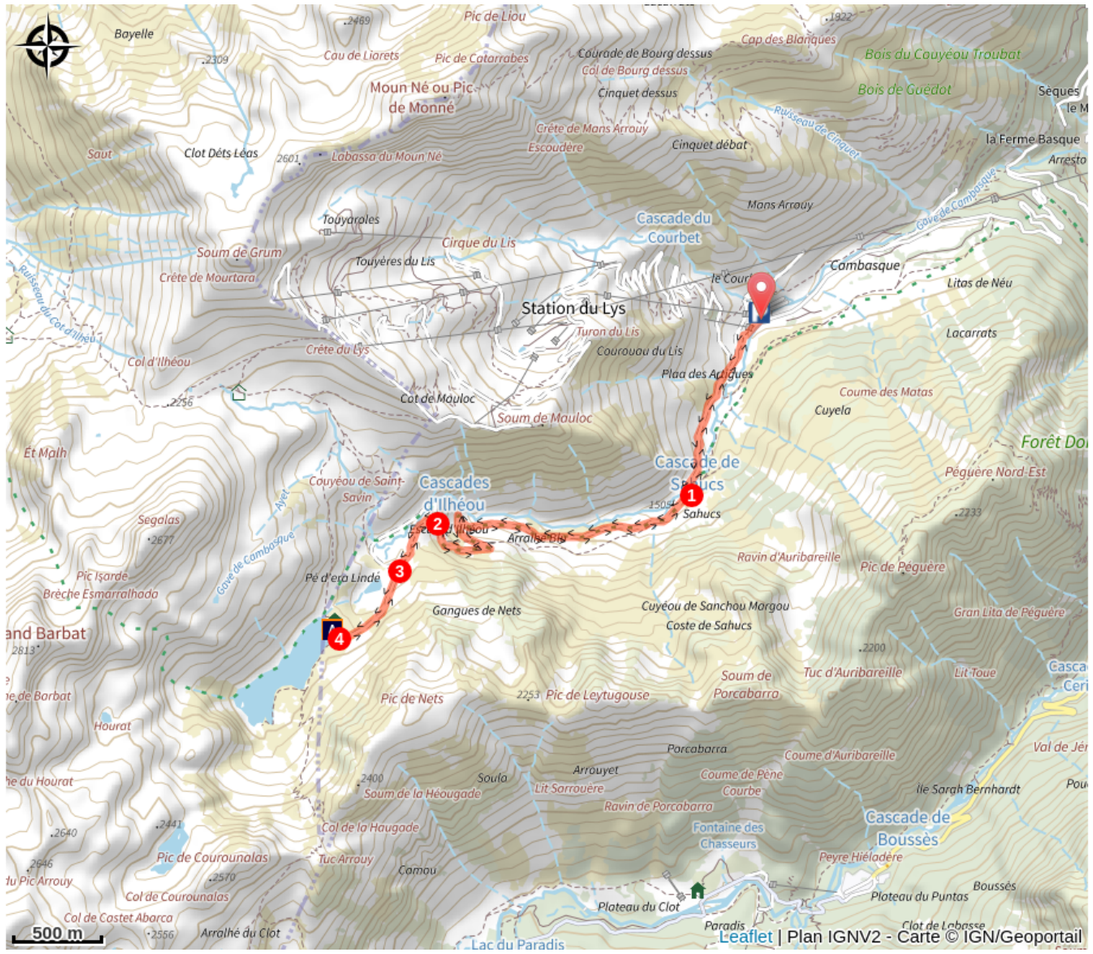
Altitude min 1357 m Altitude max 1980 m

Quitter le parking du Cambasque (1350 m) par une sente sur la gauche, entre le gave et le bâtiment de départ d'une ancienne télécabine. Rejoindre ainsi une intersection de pistes : laisser celle de droite et monter tout droit en fond de vallée.

1. Au pont de Sahucs (1493 m), passer sur l'autre rive et marcher toujours sur le bon chemin (momentanément en compagnie du balisage rouge et blanc du GR®10 venant de la gauche), en fond de vallée. Laisser le balisage couper à gauche dans la pente et garder le chemin le plus large ; il décrit ensuite deux lacets en plein éboulis et permet d'admirer la cascade d'Ilhéou dans son premier virage. Après la deuxième courbe, le chemin aborde ensuite le ressaut de l'Escale d'Ilhéou.
2. Au sommet du ressaut (1820 m), repérer sur la gauche le sentier balisé en rouge et blanc, que l'on va suivre désormais. Passé quelques rochers, le sentier traverse dans l'herbe d'un cirque pastoral (Cuyéou de Saint-Savin) et retrouve la piste un peu plus haut.
3. Monter sur la piste en dominant le lac Noir, en direction du refuge.
4. **Refuge d'Ilhéou (1988 m)** et son lac longiligne. Plusieurs lieux de pause agréables sur sa rive gauche.

> Le retour s'effectuera par le même itinéraire.

Sur votre chemin...



Le refuge d'Ilhéou (A)

Toutes les infos pratiques

Chien autorisé

Sur cet itinéraire, les chiens sont autorisés mais doivent être tenus en laisse.

En coeur de parc

Le Parc national est un territoire naturel, ouvert à tous, mais soumis à une réglementation qu'il est utile de connaître pour préparer son séjour.
Les chiens y sont interdits, la cueillette est interdite et le bivouac est réglementé.

Recommandations

- Parc national des Pyrénées :
Une partie de l'itinéraire se trouve en zone-cœur du Parc national : sur cet itinéraire et jusqu'au refuge, les chiens sont tolérés tenus en laisse sur la piste et jusqu'au refuge.
Avec un chien, rester sur la piste entre les points 2 et 3.
> En savoir plus.

- Période de praticabilité :
Itinéraire vivement déconseillé en présence de neige, en raison de l'exposition à de nombreux couloirs d'avalanche.

- A savoir :
Pour les personnes sujettes au vertige, il est préférable de privilégier la montée par la piste.

- Chien de protection des troupeaux (patous) :
Il est possible que vous rencontriez un troupeau gardé par un ou des chiens de protections : consulter les conseils et recommandations.

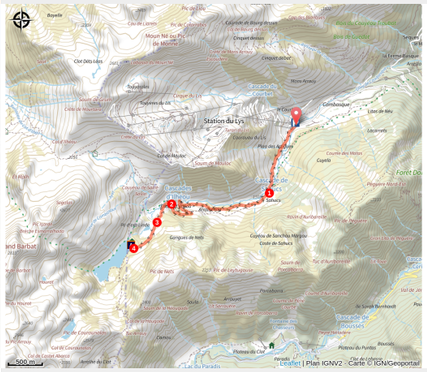
- Refuge d'Ilhéou :
Refuge gardé de fin mai à début octobre.
Tél. : 06 79 08 20 64
> Site web du refuge.

Comment venir ?

Le lac et le refuge d'Ilhéou

Cauterets - Cauterets

Lac d'Ilhéou ((c) OT Cauterets)



Au fond d'une vallée encaissée, égayée par la chevelure longiligne d'une belle cascade, le lac d'Ilhéou et son refuge patientent parmi les rhododendrons.

Sur les hauteurs de Cauterets, la vallée d'Ilhéou est certes plus intrigante que celle du Marcadau ou celle du Lutour, elle ne bénéficie pas du niveau d'enchantement immédiat du sublime Pont d'Espagne ou de la bucolique Fruitière. Néanmoins, la patience étant la meilleure alliée du marcheur, le sage randonneur découvrira assez vite une très belle cascade à l'entrée du cirque d'Ilhéou, des pelouses d'altitude très fleuries et, sous autorité du massif du Grand Barbat, un lac d'un bleu profond, ponctué du rose vif des bouquets de rhododendrons.

Infos pratiques

Pratique : A Pied

Durée : 4 h

Longueur : 9.1 km

Dénivelé positif : 625 m

Difficulté : Moyen

Type : Aller-retour

Thèmes : Eaux et rivières, Lac, Refuge

Accessibilité : Chien autorisé en laisse

Zones de sensibilité environnementale

Le long de votre itinéraire, vous allez traverser des zones de sensibilité liées à la présence d'une espèce ou d'un milieu particulier. Dans ces zones, un comportement adapté permet de contribuer à leur préservation. Pour plus d'informations détaillées, des fiches spécifiques sont accessibles pour chaque zone.

Coeur du Parc national des Pyrénées

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Mai, Juin, Juillet, Août, Septembre, Octobre, Novembre, Décembre

Contact : Parc national des Pyrénées : Contact

Un Parc national est un territoire reconnu comme exceptionnel par la richesse de sa biodiversité, la qualité de ses paysages et de son patrimoine culturel.

Le **cœur du Parc** est une zone bénéficiant d'un statut de protection réglementaire : Réglementation du Parc national des Pyrénées

Le décret instaure une réglementation spécifique de la zone cœur ; **la plupart des activités humaines qui pourraient nuire à la conservation des patrimoines y sont ainsi soumises à autorisation ou interdites.**

Les activités de nature peuvent être :
- autorisées (si elles ne nécessitent pas des aménagements spécifiques ou ne se pratiquent pas sur des zones sensibles) : randonnée pédestre, randonnée à ski ou en raquette, escalade, spéléologie ...
- soumises à autorisation afin de limiter les aménagements ou les dérangements : survols à moins de 1000 mètre, équipement de voies d'escalade ...
- interdites : chasse, feu, chien, vélo ...

Au-delà de la règlementation, le Parc national des Pyrénées souhaite définir en concertation avec les acteurs locaux des règles de bonne pratique pour la conciliation des activités et de la protection des patrimoines.

La zone cœur est délimitée par une signalétique de carrés sur lesquels figure une tête d'Isard rouge sur fond blanc. A noter que la direction des cornes indique la zone cœur.

Lieux de renseignement

Office de Tourisme de Cauterets
Place Maréchal Foch, 65110 CAUTERETS

infos@cauterets.com
Tel : +33 (0)5 62 92 50 50
http://www.cauterets.com

Source

Guide des balades de Cauterets

Sur votre chemin...

Le refuge d'Ilhéou (A)

Le refuge d'Ilhéou
Altitude 1988 m - 22 places

> Tél. : 06 79 08 20 64
> Site web
Crédit photo : Refuge d'Ilhéou

Accès routier

Dans Cauterets, prendre la direction du Pont d'Espagne (D 920), puis tourner à droite dès la sortie du village en direction du Cambasque. Rouler jusqu'au terminus de la route (6,5 km) et son grand parking.

Parking conseillé

Parking du Cambasque, Cauterets

Accessibilité

Chien autorisé en laisse