

# Étape 3/5 : d'Arrens-Marsous à Arbéost

Val d'Azun



Le cirque du Litor ((c) Julien Liron)



Une journée variée avec au programme :

- les vastes estives des alentours du col de Saucède, en compagnie des oiseaux migrateurs et autres grands rapaces, seigneurs du ciel.
- le cirque du Litor et la haute vallée de l'Ouzoum.
- les quartiers de granges bucoliques autour d'Arbéost.

Voie royale vers les estives du Soulor, le chemin de la Reine Hortense vient inaugurer, aux portes d'Arrens-Marsous, cette journée prometteuse sur les hauteurs du Val d'Azun. Dans une ambiance très pastorale, vaches, brebis et chevaux animent les verts pâturages du col du Soulor et

## Infos pratiques

Pratique : Itinérance à pied

Durée : 5 h 30

Longueur : 13.8 km

Dénivelé positif : 741 m

Difficulté : Moyen

Type : Traversée

Thèmes :Cols et Sommets, Faune

Accessibilité : Chien autorisé en laisse

du cirque du Litor, dédiés au pacage depuis la nuit des temps. La pyramide calcaire du pic de Gabizos ajoute une note de prestance dans ces pelouses d'altitude, visitées à longueur d'année par les oiseaux, qu'ils soient sédentaires, migrateurs, petits passereaux ou grands rapaces.

## Itinéraire

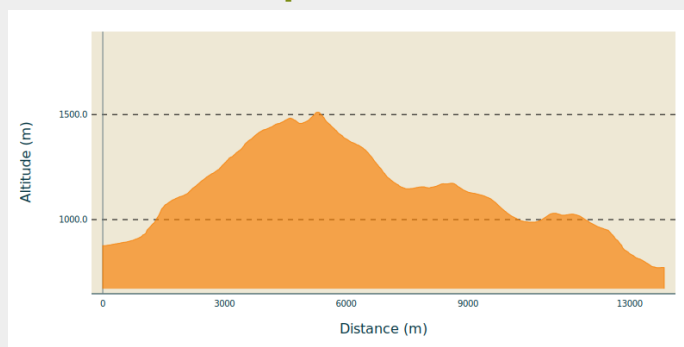
**Départ** : Maison du Val d'Azun, village d'Arrens (Arrens-Marsous)

**Arrivée** : Arbéost

**Balisage** :  GR  GRP

**Communes** : 1. Arrens-Marsous  
2. Arbéost

### Profil altimétrique



Altitude min 771 m Altitude max 1511 m

Depuis la Maison du Val d'Azun (875m), rejoindre la route du col du Soulor. Longer l'église d'Arrens et face à la Mairie, empruntez à gauche la rue Lanne-Dessus et la remonter sur près d'1km.

1. Immédiatement après un virage prononcé sur la gauche, après le pont sur le ruisseau Le Laün, quitter le goudron et emprunter à droite un sentier montant en sous-bois. Après une montée raide sur un sentier bordé de murets de pierres, l'on retrouve un peu plus haut le goudron de la petite route de Lanne-Dessus. La suivre en montée. Un raccourci quitte la route à gauche, passe au cœur de la ferme Moura, puis le balisage retrouve la voie carrossable et atteint le gîte (Refuge Gabizos - gîte d'étape). Poursuivre au-delà du gîte jusqu'aux granges.
2. Aux dernières granges, un sentier prend le relais à gauche d'un ruisseau, puis il le traverse un peu plus haut. Monter alors à droite sur un éperon herbeux, qui va en s'élargissant. Le sentier domine ensuite un replat marécageux, puis traverse des balcons herbeux (bien suivre le balisage), pour finalement rejoindre le fond du lit du ruisseau du Laün. Changer de rive, passer près d'une cabane et monter tout droit vers le col évident (les derniers mètres à gauche sur la piste).
3. **Au col de Saucède (1525 m)**, le bon chemin qui part à plat sur la droite (GR101) permet un aller et retour au col routier du Soulor (restauration) - Compter environ 20min pour rallier le Soulor. Pour continuer vers Arbéost, basculer sur le versant opposé et descendre dans le vallon. Au niveau de la route Soulor-Aubisque (1399 m), la suivre à gauche sur quelques mètres et poursuivre la descente sur le premier chemin carrossable à droite. Sous la

cabane de Bettorte, suivre le sentier balisé, assez rectiligne, en rive gauche d'un vallon.

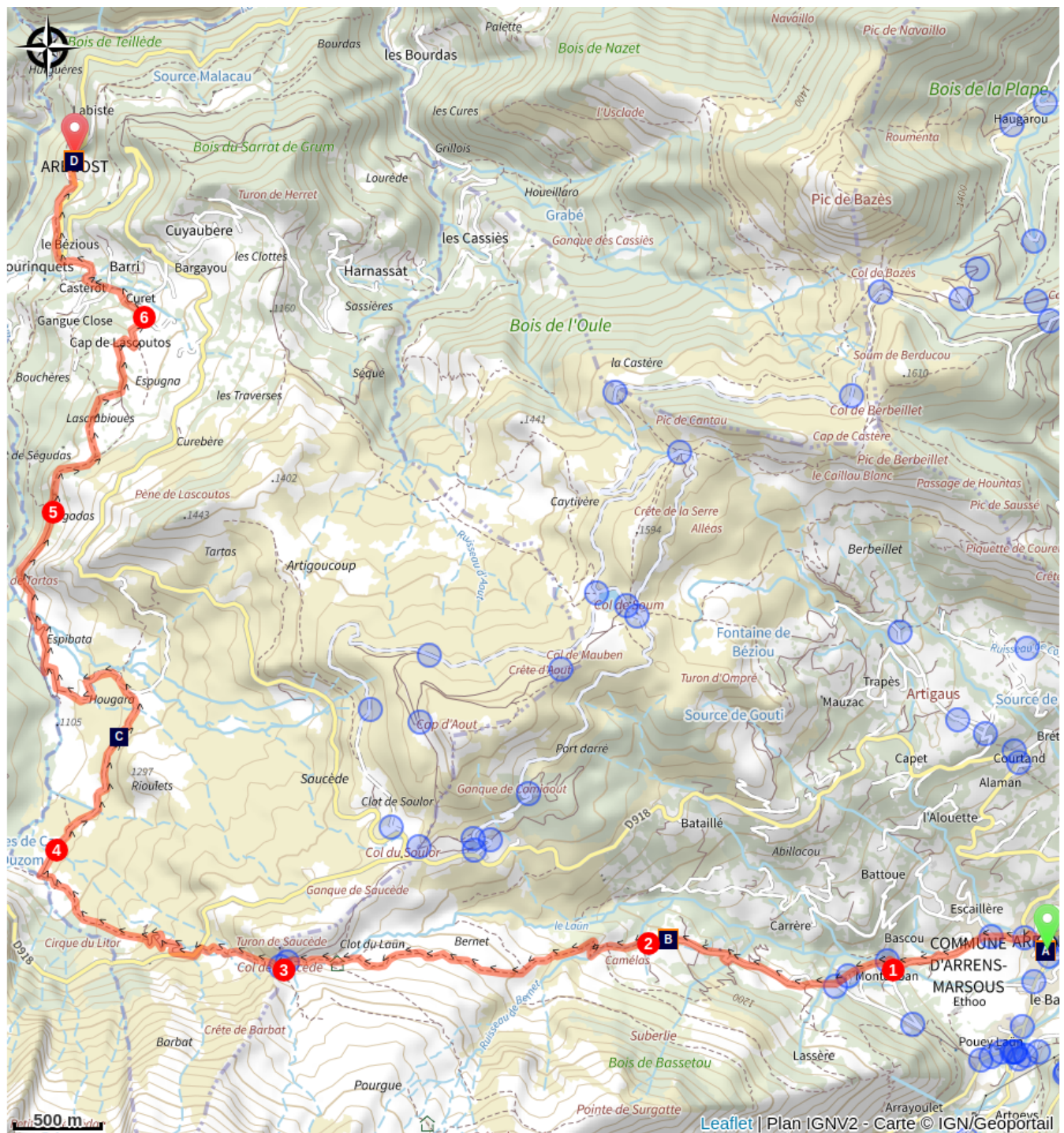
4. **Cirque du Litor** : Intersection en T avec une piste pastorale (cabane pastorale dédiée à la traite - 1147 m) : laisser le GR®10 filer à gauche et emprunter le large chemin sur votre droite, qui remonte légèrement. Plus loin, à l'unique intersection de chemins, descendre à gauche vers le bassin de rétention d'une micro-centrale hydroélectrique (1120 m). Prolonger la descente sur le bon chemin, en rive droite du torrent de l'Ouzoum. Après avoir franchi une barrière pastorale (bien la refermer), le chemin passe dans l'étréouiture des Rochers de l'Aigle, au pas de Tartas, puis progresse à l'horizontale en dominant les gorges.
5. Intersection en Y (984 m) à l'entrée d'un bois : laisser le sentier de gauche et suivre celui de droite. Il remonte raide pour franchir une croupe, se prolonge un peu à plat en dominant une hêtraie puis redescend pour atteindre une nouvelle intersection (abreuvoir, 1020 m) : bifurquer cette fois à gauche sur le chemin qui borde prairies de fauche et granges. Par un bois, le sentier retrouve à droite un chemin carrossable, à descendre à gauche (possibilité de rester sur la piste ou d'emprunter à droite un petit chemin creux dominant la piste et la rejoignant peu après). Atteindre une exploitation agricole. On retrouve alors une petite route goudronnée, que l'on descend à droite sur 300 m.
6. Tourner à gauche à l'intersection (950 m). Un nouveau sentier débute dans la première courbe (ferme), il coupe plus bas une voie goudronnée puis emprunte la seconde vers la droite. Au milieu d'un groupe de maisons (précédant un virage de la route du col du Soulor), repérer en face le dernier tronçon de sentier qui progresse sous une haie. Il tombe sur une voie secondaire, à suivre vers la droite jusqu'à l'église d'**Arbéost**.

## > Hébergement à Arbéost :

### **Chambres d'hôtes Mountain View Escapes**

Rich et Kelly Connor : 07 45 38 45 08 - mountainviewescapes13@gmail.com  
Situées sur l'itinéraire du GRP Tour du Val d'Azun, sur la rue principale à côté de la mairie : 3 chambres (capacité d'accueil de 9 pers.) / petit déjeuner et table d'hôtes le soir.

# Sur votre route...



 Hébergements à Arrens-Marsous

(A)

 Le vautour fauve (C)

 Gîte d'étape : Le refuge Gabizos (B)

 Chambres d'hôtes Mountain view escapes (D)

# Toutes les informations pratiques

## **Recommandations**

### **Restauration en chemin :**

Au col de Saucède, possibilité de quitter le GRP Tour du Val d'Azun et de rejoindre en 15-20 min le col du Soulor (restaurants) en suivant le GR101.

### **- Village d'Arbéost - arrivée de l'étape :**

> **Chambres d'hôtes l'Auberge de l'Ouzoum** (100m après l'église - table d'hôtes pour les clients) - Tél : 05 59 71 42 75

> **Chambres d'hôtes Mountain View Escapes** (100m après l'église - table d'hôtes pour les clients) - Tél. : 07 45 38 45 08

> **Chambres d'hôtes les Marmottes** (hors itinéraire du Tour du Val d'Azun, à environ 1h de marche du village d'Arbéost, au quartier "Hougarou", proche du village de Ferrières. Ne proposent pas de table d'hôtes) - Tél : 06 28 59 33 64

### **- Zones pastorales :**

Vous traverserez des zones où les troupeaux sont très présents (vaches, brebis, chevaux...).

Gardez vos distances avec les animaux et ne les dérangez pas.

## **Comment venir ?**

### Transports

#### **> Arrêt de bus au village d'Arrens :**

Ligne de bus à la demande entre Arrens > Arras-en-Lavedan > Argelès-Gazost > Lourdes (gare SNCF).

Réservation préalable obligatoire au plus tard la veille avant 16h, ou le vendredi avant 16h pour un trajet le lundi.

Tél : 05 31 81 00 10

Tarif : 2 € par passager

> [Consulter les horaires](#)

#### **> Arrêt de bus au village d'Arbéost :**

Ligne à la demande permettant de rallier la plaine de Nay (64) et la gare SNCF de Coarrazze (64).

Réservation préalable obligatoire au plus tard la veille avant 17h.

Tél : 0970 870 870 (numéro non surtaxé).

> [Infos détaillées.](#)

## Accès routier

Depuis Argelès-Gazost, remonter le Val d'Azun en direction du col du Soulor (D 918). Dans Arrens-Marsous, rejoindre à gauche la place centrale et la Maison du Val d'Azun.

## Parking conseillé

Parking de la salle des fêtes d'Arrens (Arrens-Marsous)

## Accessibilité



Chien autorisé en laisse

## Lieux de renseignement

### Office de Tourisme et Maison du Parc national d'Arrens-Marsous

1 Place du Val d'Azun, 65400 ARRENS-MARSOUS

infotourisme@valleesdegavarnie.com

Tel : 05 62 97 49 49

<https://www.valleesdegavarnie.com/ete/ma-destination/val-d-azun>



# Sur votre route...

---



## Hébergements à Arrens-Marsous (A)

### Hébergements à la nuitée sur Arrens-Marsous.

#### >sur le village d'Arrens :

-**Gîte d'étape / Aire de bivouac La Salamandre** (à 10 min du village sur l'itinéraire - nuit sous tente possible) : 05 62 45 62 60

-**Chambres d'hôtes Camelat** (dans le village, sur l'itinéraire) : 06 07 94 23 93

-**Chambre d'hôtes à la ferme Cazaux** (à 15 min du village hors-itinéraire) : 06 74 91 25 32

-**Camping Mialane** (dans le village) : 05 62 92 67 14

-**Camping La Hèche** (dans le village) : 05 62 97 02 64

-**Camping G.C.U.** (dans le village) : 05 62 97 43 06

#### >sur le village de Marsous (15 min à pied d'Arrens - hors itinéraire).

-**Chambres d'hôtes Maison Sempé** : 07 82 13 28 95

-**Chambres d'hôtes la Condorinette** : 05 62 92 06 39

Crédit : (c) Maison Camelat

---



## Gîte d'étape : Le refuge Gabizos (B)

### Gîte d'étape Le refuge Gabizos

Réservation préalable obligatoire.

Tél. : 06 10 05 62 63

[>Site web](#)

Crédit : Le refuge Gabizos

---



## 🦅 Le vautour fauve (C)

Avec une envergure allant de 2,30 m à 2,80 m, le vautour fauve est un superbe rapace qui anime le ciel pyrénéen. Appelé aussi "éboueur du ciel", ce charognard ne consomme que les bêtes mortes.

Contrairement au Gypaète barbu, à l'Aigle royal, et autres rapaces, le vautour fauve vit en colonie. Il est facilement repérable à sa grande envergure, son coup décharné (non visible en vol) et à ses plumes claires (couleur caramel) sur le dessus et sombre dessous.

Vous l'observerez assez facilement sur le secteur.

[>En savoir plus sur le vautour fauve dans les Pyrénées.](#)

Crédit : (c) Julien Liron



## 🏠 Chambres d'hôtes Mountain view escapes (D)

### **Chambres d'hôtes Mountain view escapes**

situées dans le village d'Arbéost.

Trois chambres disponibles (capacité d'accueil de 9 pers.).

Propose Nuitée + Petit déjeuner et repas du soir (table d'hôtes pour les clients des chambres uniquement).

### **Chez Rich et Kelly Connor.**

5 rue des Cadets à Arbéost.

**Tél. :** 07 45 38 45 08 / **Mail :**  
mountainviewescapes13@gmail.com

> [En savoir plus](#)

Crédit : (c) Mountain view escapes