

Une journée variée avec au programme :
-les vastes landes des alentours du col du Soulor, en compagnie des oiseaux migrants et autres grands rapaces, seigneurs du ciel.
-le cirque du Litor et la haute vallée de l'Ouzom.

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 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, migrants, petits passereaux ou grands rapaces.

Infos pratiques

Pratique : Itinérance à pied

Durée : 5 h 30

Longueur : 13.9 km

Dénivelé positif : 775 m

Difficulté : Moyen

Type : Traversée

Thèmes : Cols et Sommets, Faune

Accessibilité : Chien autorisé en laisse

Itinéraire

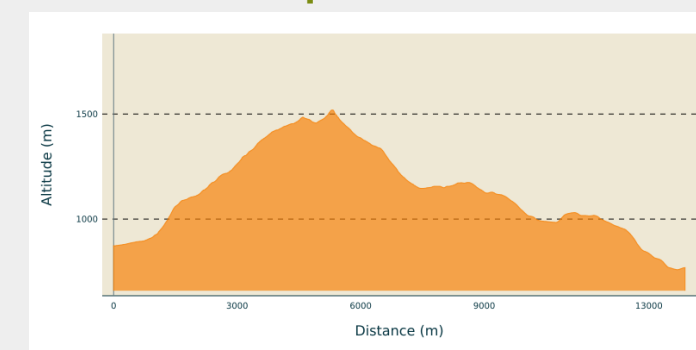
Départ : Maison du Val d'Azun, Arrens-Marsous

Arrivée : Arbéost

Balisage :  GR  GRP

Communes : 1. Arrens-Marsous
2. Arbéost

Profil altimétrique



Altitude min 759 m Altitude max 1519 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 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 la rue Lanne-Dessus. La suivre en montée. Un raccourci passe au cœur de la ferme Moura puis le balisage retrouve la voie carrossable.
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 à droite permet un aller et retour au col routier du Soulor (auberges). Pour continuer vers Arbéost, basculer sur le versant opposé et descendre dans le vallon. longer la route Soulor-Aubisque (1399 m) 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. A 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'Ouzom. Le chemin passe dans l'étranglement 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 pour franchir une croupe puis atteint 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. Prolonger sur la route au-delà d'une maison, 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**.



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

Val d'Azun - Arrens-Marsous



Le cirque du Litor (c) Julien Liron

Toutes les infos pratiques

⚠️ Recommandations

-Restauration en chemin :

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

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

-Chambres d'hôtes : l'Auberge de l'Ouzoum (100m après l'église) - Tél : 05 59 71 42 75

-Café et petite restauration : Halte en Ouzoum (face à l'église) - Tél : 06 18 95 45 42 / [site web](#)

-Zones pastorales :

Vous traverserez des zones où les troupeaux sont très présents. 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 Coarraze (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, Arrens-Marsous

Accessibilité

 Chien autorisé en laisse

Lieux de renseignement

Bureau d'Information Touristique du Val d'Azun

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>



Source

Topo-guide « Le Val d'Azun à pied® »

Sur votre chemin...



Le refuge Gabizos (A)

Gîte d'étape Le refuge Gabizos

Tél. : 06 10 05 62 63

[Site web](#)

Crédit photo : Le refuge Gabizos



Le vautour fauve (B)

Avec une envergure de 2,20 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 naturellement ou foudroyées. Sa vision est puissante, lui permettant ainsi de repérer sa pitance à plusieurs kilomètres. 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 et à ses plumes claires (couleur caramel) sur le dessus et sombre dessous.



Chambres d'hôtes l'Auberge de l'Ouzoum (C)

Chambres d'hôtes L'auberge de l'Ouzoum
situées dans le village d'Arbéost.

3 chambres doubles.

Tél. : 05 59 71 42 75 - 06 87 06 63 38

> [En savoir plus](#)

Crédit photo : (c) Auberge de l'Ouzoum

Sur votre chemin...



Le refuge Gabizos (A)

Le vautour fauve (B)

Chambres d'hôtes l'Auberge de l'Ouzoum (C)