Circuit trail n°50 - Le Plateau du Lisey

Cauterets

Le trail dans les Vallées de Gavarnie

Infos pratiques

Pratique : Trail

Durée : 0 min

Longueur : 11.4 km

Dénivelé positif : 715 m

Difficulté : Moyen

Type : Boucle

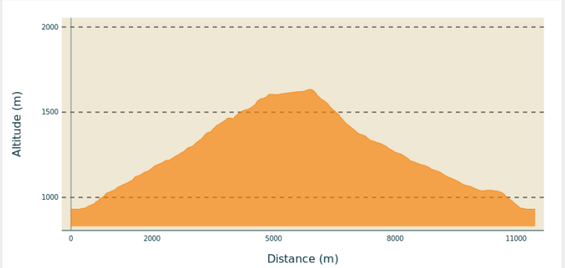
Thèmes : Point de vue et paysages

Accessibilité : Chien autorisé en laisse

Itinéraire

Départ : Cauterets
Arrivée : Cauterets
Communes : 1. Cauterets

Profil altimétrique



Altitude min 930 m Altitude max 1634 m

Un parcours peu technique qui propose une montée régulière et une descente plus raide qui peut tirer sur les cuisses.

Sur votre route...

Les Bains du Rocher (A)

Remontant des entrailles de la Terre par de larges fissures, les sources sulfurées de Cauterets procurent une eau à 50° C. Vous pouvez tremper les mains dans ce bassin et sentir l'odeur caractéristique du soufre ! Boisson, gargarisme, bain nasal à la pipette, douches nasale et rétronasale, humage, insufflation tubaire, hydromassage et autre rééducation respiratoire, voilà à quoi devaient s'attendre les curistes de la Raillère. Après la Première guerre mondiale, l'établissement a accueilli son lot de gazés puis devint un grand centre spécialisé en oto-rhino-laryngologie. Après 1945, et pendant encore 50 ans, les thermes ont employé un grand nombre de valléens.

Crédit : Morgane Beaugé

Le pic noir (B)

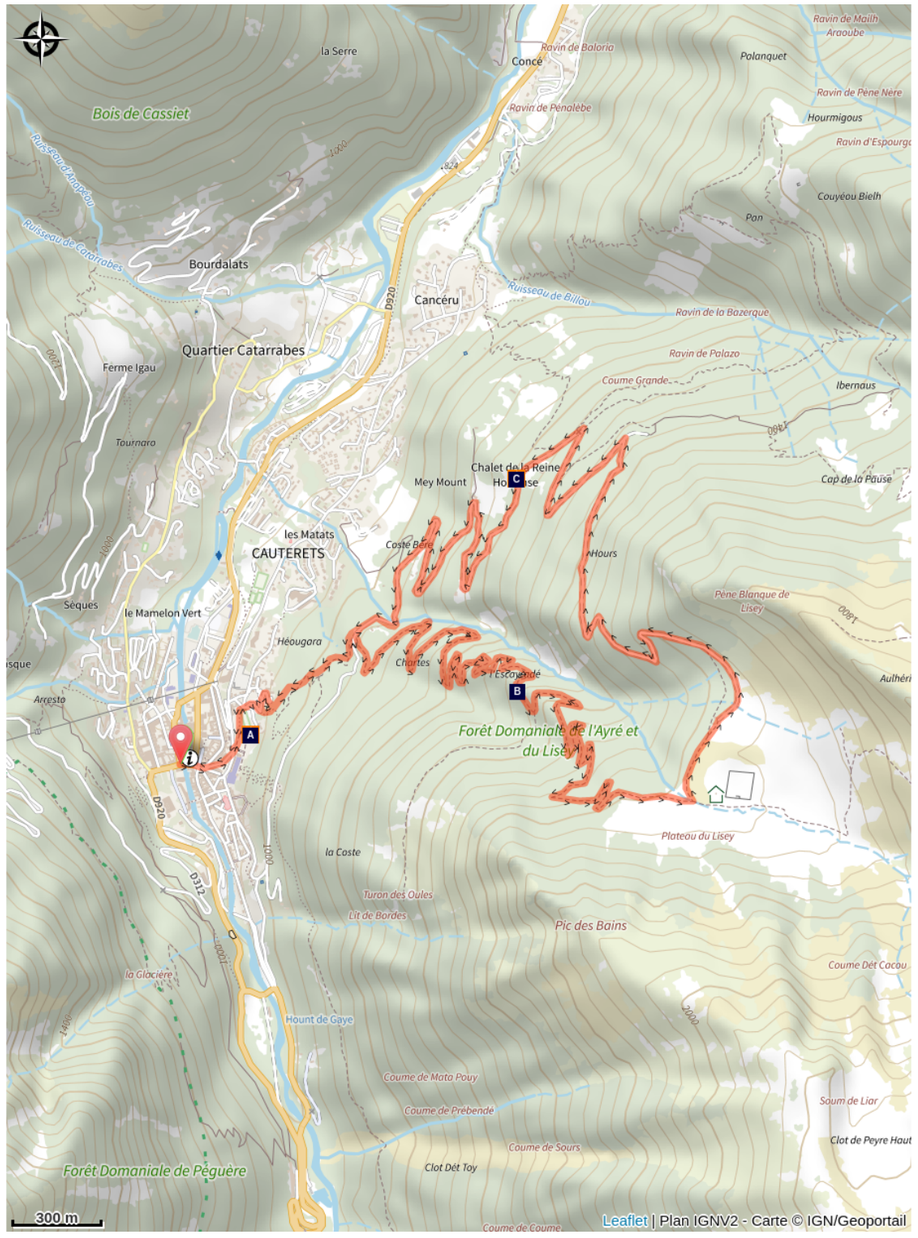
Le plumage du Pic noir est noir luisant, avec une calotte rouge vif sur la tête, uniquement pour le mâle. Son bec est blanc ivoire avec la pointe noire. Ses pattes sont gris foncé et son œil est blanc teinté de jaune pâle. Véritable grimpeur, ses pattes courtes et trapues, prolongées par des ongles acérés lui permettent des prises efficaces. C'est le plus grand pic d'Europe. Le Pic noir est sédentaire. Bien représenté dans les Pyrénées, on le trouve jusqu'à 1 800 mètres d'altitude. Son domaine est la forêt de hêtres et de conifères. Les insectes, fourmis rousses, larves et œufs, qu'il happe dans les fissures du bois avec sa longue langue gluante constitue sa nourriture préférée.

Crédit : (c) P. Dunoguiez - Parc national des Pyrénes. Pic noir

L'histoire de la visite de la Reine Hortense de Beauharnais (C)

Parmis les grands noms de l'histoire qui vinrent en séjour à Cauterets figure celui de la Reine Hortense. Epouse de Louis Bonaparte et mère de Napoléon III, c'est à Cauterets qu'elle vint prendre les eaux et soulager le chagrin immense provoqué par la perte de son fils aîné alors âgé de 4 ans. Ses excursions, à pied ou en chaise à porteurs lorsque ses jambes ne lui permettaient plus de gravir les pentes, l'ont souvent menées dans le secteur d'une jolie grange qui porte son nom depuis 1807.

Sur votre route...



Les Bains du Rocher (A)
Le pic noir (B)
L'histoire de la visite de la Reine Hortense de Beauharnais (C)

Toutes les informations pratiques

Recommandations

Pratique respectueuse :
Au travers de notre pratique, il est indispensable de respecter les autres usagers de la montagne :
-Saluez les personnes croisées d'un amical « bonjour », et bien entendu ramenez tous vos déchets !
-Ralentissez lorsque vous doublez/croisez des randonneurs.
-Ne coupez pas les lacets des virages.

Période favorable :
Praticable hors périodes d'enneigement.
En saison hivernale, pensez à vérifier l'ouverture et la praticabilité des sentiers auprès de l'Office de la Montagne de Cauterets : 05 62 91 02 83.

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 la Montagne de Cauterets
Place Maréchal Foch, 65110 CAUTERETS
montagne@cauterets.com
Tel : +335 62 91 02 83
http://www.cauterets.com