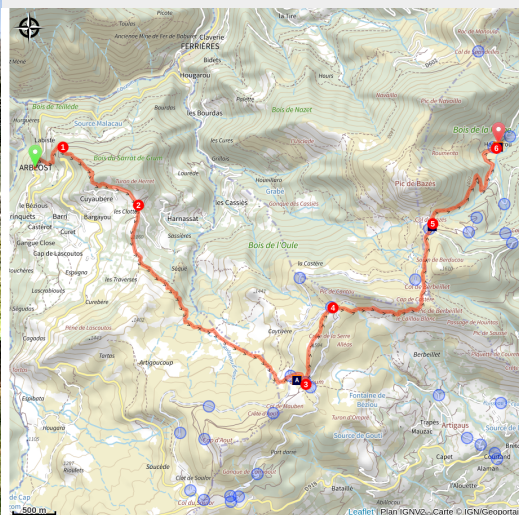


Étape 4/5 : d'Arbéost au Refuge du Haugarou

Val d'Azun



Grange sur les hauteurs d'Arbéost ((c) ATVG)



Une belle expression de nature sauvage et préservée pour cette traversée panoramique entre vallées secrètes de l'Ouzom et du Bergons.

En montagne, après la descente, vient forcément la montée ! Il faudra donc grimper méthodiquement pour s'extraire de la vallée de l'Ouzom, d'abord dans l'intimité des forêts et des quartiers de prés de fauche, puis dans les landes riches en alouettes et pipits menant progressivement au lac de Soum. Sur la crête de la Serre, savourer une pause méritée en survolant du regard une grande partie du Val d'Azun, puis déambuler d'un col herbeux à l'autre pour entrer dans le giron du pic de Bazès, la vigie de la haute vallée du Bergons où vous attend une nuit de quiétude en pleine forêt.

Infos pratiques

Pratique : Itinérance à pied

Durée : 5 h

Longueur : 11.1 km

Dénivelé positif : 883 m

Difficulté : Moyen



Type : Traversée

Accessibilité : Chien autorisé en laisse

Itinéraire

Départ : Arbéost

Arrivée : Refuge du Haugarou

Balisage :  GR  GRP

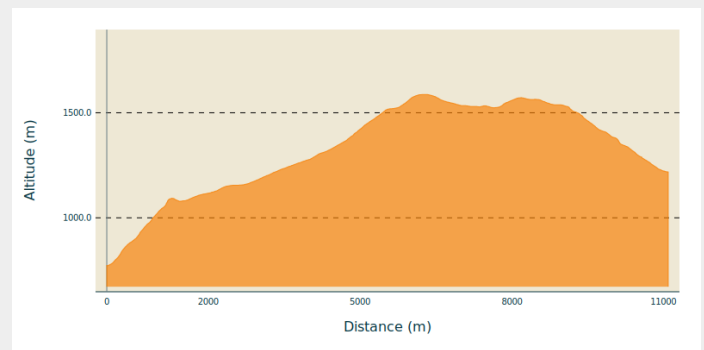
Communes : 1. Arbéost

2. Arrens-Marsous

3. Ferrières

4. Aucun

Profil altimétrique



Altitude min 772 m Altitude max 1587 m

Descendre dans Arbéost (769 m) par la D 126 et, juste après la mairie et l'école, trouver sur la droite le départ du sentier balisé, assez abrupt dans la forêt. A la première intersection en T, petite pause horizontale vers la gauche, puis l'ascension reprend à droite à la seconde bifurcation.

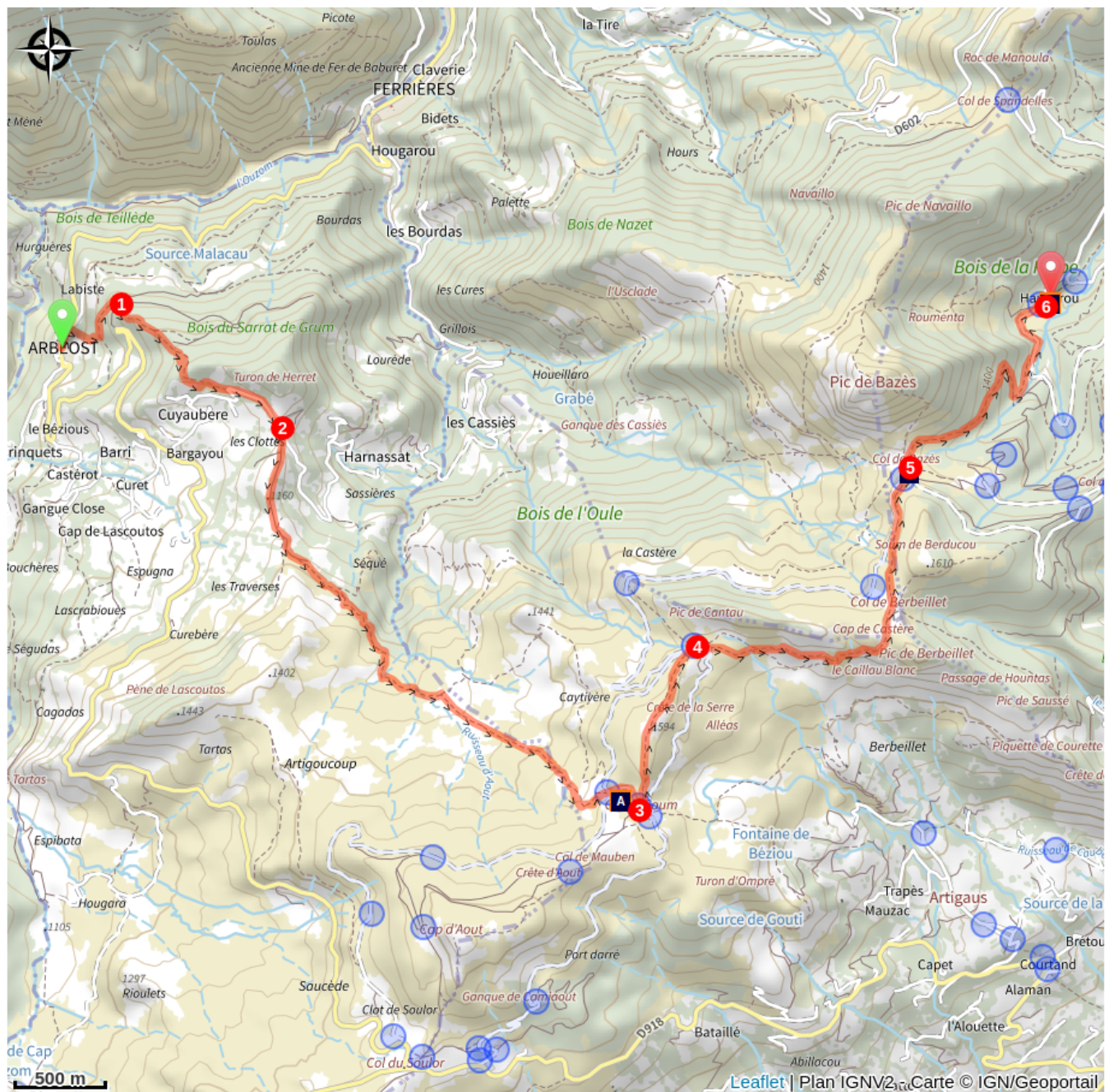
1. Carrefour entre le sentier et une piste forestière (897 m) : traverser la piste en direction d'un pylône relais. Au pied de celui-ci, monter à droite par le sentier balisé, dans une plantation. Il monte raide et parcourt la croupe boisée, puis il franchit la crête du Sarrat de Grum et débouche sur le versant ensoleillé (grange), pour se prolonger vers la gauche. Au débouché dans le virage d'une petite route, longer le goudron vers la gauche.
2. **Au col de Lassère (1119 m)**, quitter la route et prendre à droite un chemin carrossable qui remonte une crête, entre les prés. Sur un replat, à l'intersection en Y (1160 m), choisir le sentier de gauche, à flanc de montagne. Très vite, laisser à gauche l'accès à une grange, puis plus loin un second, pour rester sur le sentier qui progresse en lisière supérieure de forêt. Il bifurque ensuite à droite pour aller traverser quelques zones marécageuses dans la lande. Sur un replat herbeux (1310 m), le balisage indique de monter à droite, en parallèle au vallon du ruisseau d'Aout. Avancer ainsi de façon linéaire entre les genévriers, jusqu'au lac de Soum. Contourner le plan d'eau par la gauche.
3. **Au col de Soum (1539 m)**, ignorer les larges chemins pour suivre à gauche un sentier qui monte sur la crête de la Serre (itinéraire désormais commun au GR®101, balisé en rouge et blanc). Après cet échine panoramique (1595 m), le sentier descend dans l'herbe vers un nouveau col.
4. **Au col de Cantau (1544 m, cabane abri)**, emprunter le chemin à droite sur quelques mètres puis le quitter pour un sentier balisé en face. Il traverse à flanc de versant puis grimpe entre les affleurements rocheux vers une faiblesse de la crête. Remonter le vallon du Cap de Castère (vieil enclos à bétail) et déboucher sur le vaste col de Berbeillet (1569 m). Poursuivre tout droit sur un sentier dans les bruyères, face au pic de Bazès et en dominant une piste carrossable. La traverser dans un virage (1527 m, barrière) et descendre en face sur sentier jusqu'à un col herbeux.
5. **Au col de Bazès (1509 m)**, ignorer le sentier d'accès au pic en face, pour prendre, légèrement à droite et en descente, un sentier au milieu des fougères, sous une pointe de forêt. Il entre dans un bois clair ; après un virage à droite,



suivre le premier chemin à gauche pour prendre pied sur une large piste carrossable : la suivre vers la gauche jusqu'au refuge.



6. **Gite d'étape Le Refuge du Haugarou (1210 m).**

Variante - montée au pic de Bazès : depuis le col de Bazès (point n°5), possibilité de grimper en aller-retour au pic de Bazès, panorama à 360° à couper le souffle. Ascension très raide et sur un terrain escarpé. Compter 300m de dénivelés supplémentaires et environ 1h15 pour l'ascension et 50 min pour la descente.

Sur votre route...



-  Chambres d'hôtes Mountain view escapes (A)
-  La myrtille (C)

-  La zone humide du lac de Soum (B)
-  Gîte d'étape : Refuge du Haugarou (D)

Toutes les informations pratiques

Recommandations

- **Abri en chemin** : cabane de Cantau, cabane ouverte au public. Uniquement équipée de bancs (pas de matelas). Située au col de Cantau, entre le col de Soum et le col de Berbeillet.

- Hébergements :

> **Gîte d'étape le refuge du Haugarou** : terminus de l'étape.

Réservation obligatoire pour une nuitée ou un bivouac.

Tél. : 05 62 97 25 04

- 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.

> Patous :

Certains troupeaux de brebis sont gardés par des chiens de protection des troupeaux. Avant de partir, familiarisez-vous avec les bons réflexes à avoir face à un patou : [VIDEO de conseils face aux chiens de protection.](#)

Comment venir ?

Accès routier

Depuis Arrens-Marsous, remonter la route du col du Soulor (D 918). Au col, descendre à droite sur 8,5 km jusqu'à Arbéost.

Accessibilité



Chien autorisé en laisse

i 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>



Source

Topo-guide « Le Val d'Azun à pied® »

Sur votre route...



Chambres d'hôtes Mountain view escapes (A)

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



La zone humide du lac de Soum (B)

Source : [Association AREMIP \(Action Recherche Environnement Midi-Pyrénées\)](#)

Le lac de Soum est une zone humide alimentée par les eaux de précipitations et de ruissellement, dues à la pluie et à la fonte des neiges. Il tend à se combler naturellement.

Le lac a développé au fil des années une ceinture de végétation naturelle de type tourbière tremblante, formant aujourd'hui un large anneau autour d'une étendue d'eau libre, ce qui en fait un site original et d'une très grande valeur patrimoniale.

Il constitue un stade dynamique présentant plusieurs types de végétation.

-La première ceinture se compose de Rubanier émergé et de petits joncs comme le Jonc bubeux typique de milieux amphibies inondés une grande partie de l'année.

-La seconde ceinture, plus large, est un tremblant aussi appelé radeau flottant où l'on retrouve le Trèfle d'eau, la Laïche à bec et au moins deux espèces de sphaignes.

-Le centre du lac est quant à lui constitué d'eau libre avec ça et là des potamots (Potamot nageant et Potamot fluet), pouvant être denses en été.

Cette zone humide est importante pour nombre d'espèces animales.

On peut y observer plusieurs espèces de la famille des odonates (libellules et demoiselles) dont le Leste fiancé, la Libellule à quatre tâches, l'Anax napolitain ou encore l'Agrion jouvancelle...

De nombreux amphibiens viennent également s'y reproduire. On y observe régulièrement plusieurs espèces d'oiseaux aquatiques comme la Poule d'eau ou le Grèbe castagneux.

> En savoir plus :

[Lien vers la fiche du lac de Soum \(Association AREMIP\).](#)

Crédit : (c) Mairie Arrens-Marsous



La myrtille (C)

La myrtille est un sous-arbrisseau de la famille des éricacées qui produit les fruits également appelés myrtilles. On la trouve principalement dans les forêts de conifères, les bois clairs, les landes et les tourbières, jusqu'à une altitude de 2500 mètres.

Crédit : (c) E. Etienne- Parc national des Pyrénées. Myrtille (été)



Gîte d'étape : Refuge du Haugarou (D)

Refuge du Haugarou

(Vallée du Bergons - route du col des Spandelles)

Tél. : 05 62 97 25 04

[> Site web](#)

Le Refuge du Haugarou est gîte d'étape et non un refuge de montagne.

La réservation préalable est vivement conseillée.

Crédit : (c) Refuge du Haugarou