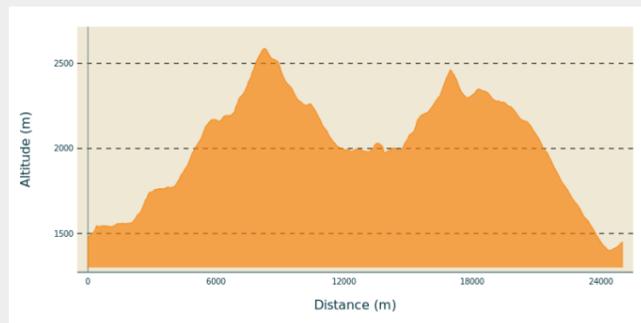


# Itinéraire

**Départ :** Plan d'Aste (Vallée du Tech)  
**Arrivée :** Plan d'Aste (Vallée du Tech)  
**Communes :** 1. Arrens-Marsous

## Profil altimétrique

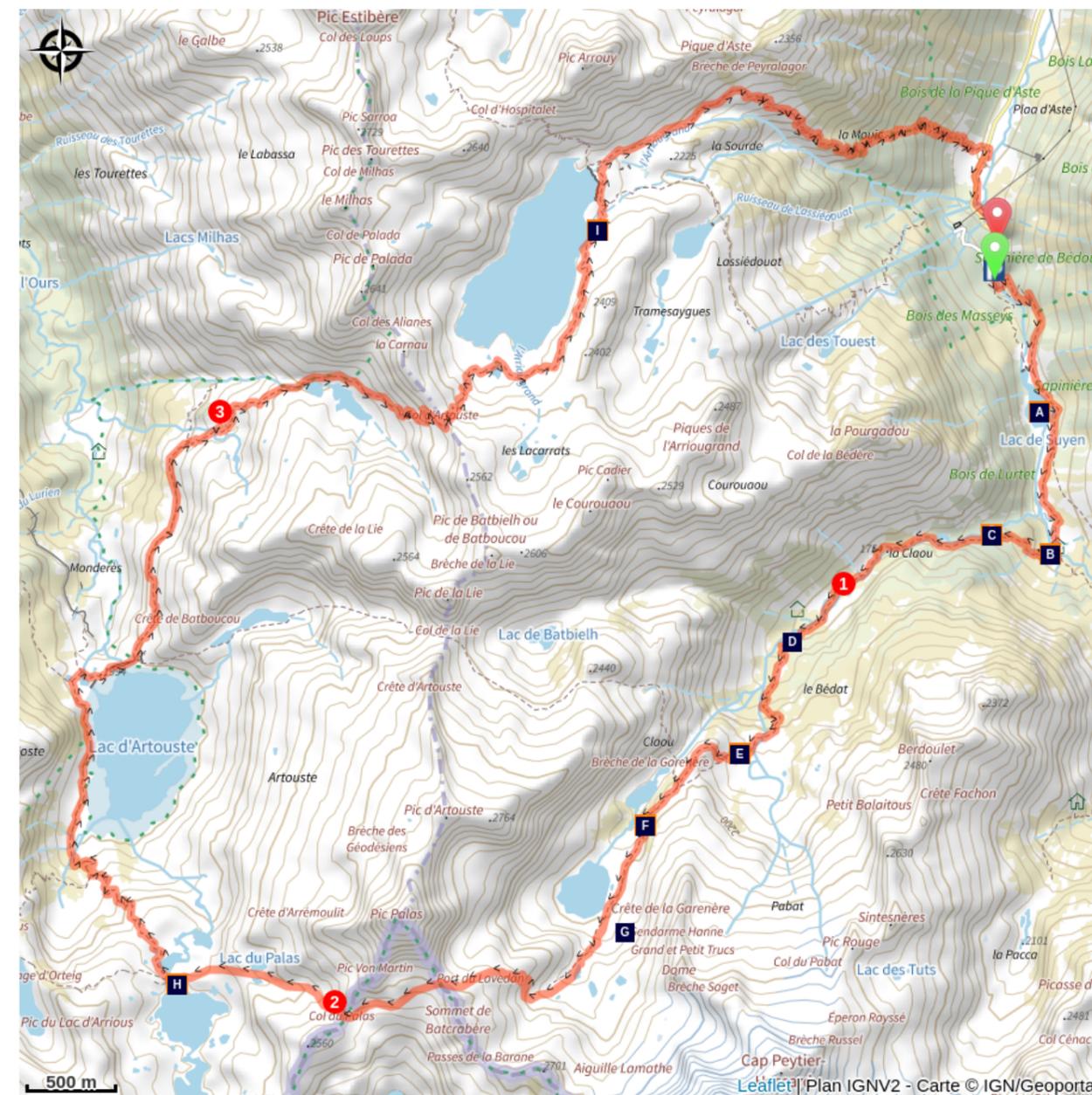


Altitude min 1400 m Altitude max 2588 m

## Étapes :

1. Etape 1 : de la vallée d'Arrens (plan d'Aste) au refuge de Larribet  
5.2 km / 583 m D+ / 2 h 30
2. Etape 2 : du refuge de Larribet au refuge d'Arrémoulit  
4.7 km / 543 m D+ / 4 h 30
3. Etape 3 : du refuge d'Arrémoulit à la vallée d'Arrens  
14.3 km / 627 m D+ / 6 h

# Sur votre chemin...



-  Le lac de Suyen (A)
-  Le torrent de montagne (C)
-  Le refuge de Larribet (E)
-  L'isard (G)
-  Refuge de Migouélou (I)
-  La Toue de Doumbas (B)
-  Le pin à crochet (D)
-  Conquête de Bailatous par les ingénieurs géodésiens (F)
-  Refuge d'Arrémoulit (H)

## ⚠️ Recommandations

- **INFO REFUGE** : attention, le refuge d'Arremoulit (étape 2) est fermé jusqu'à nouvel ordre (travaux de restauration). Aucune date de réouverture n'a été communiquée à ce jour.

- **Période conseillée** : de début juillet à fin septembre  
Renseignez-vous systématiquement sur les conditions de praticabilité et d'enneigement avant le départ (enneigement tardif sur les cols d'altitude).

- **Difficultés** : Itinéraire très minéral, cheminant en partie sur des tronçons non balisés (étape 2 notamment). Une bonne condition physique et une aptitude à la haute-montagne et à l'orientation sont nécessaires sur ces tronçons.

- **Zone réglementée** : L'itinéraire se trouve en partie en zone cœur du Parc national des Pyrénées : **les chiens y sont interdits et le bivouac réglementé (autorisé de 19h à 9h, et à plus d'1h de marche de tout accès motorisé : route, piste, parking).**

> [En savoir plus.](#)

- **Respect des milieux naturels :**

**Ne laisser aucune trace de son passage.**

- > Ramener tous ses déchets (épluchures de fruits, papier hygiénique, etc.) ;
- > Ne pas construire de cairns ou colonnes de pierre en équilibre ;
- > Rester discret et observer la faune à distance ;
- > Ne pas faire de feu ;
- > Éviter la baignade dans les lacs (surtout avec de la crème solaire), ce sont des milieux fragiles !

- **Dormir en montagne :**

> [Consulter les conseils et règles à respecter.](#)

## Comment venir ?

### Accès routier

Dans le Val d'Azun, depuis le village d'Arrens-Marsous, suivre la D105 en direction du barrage du Tech. Longer ce lac et poursuivre par la route jusqu'à son terminus, le parking du Plan d'Aste (maison du Parc).

### Parking conseillé

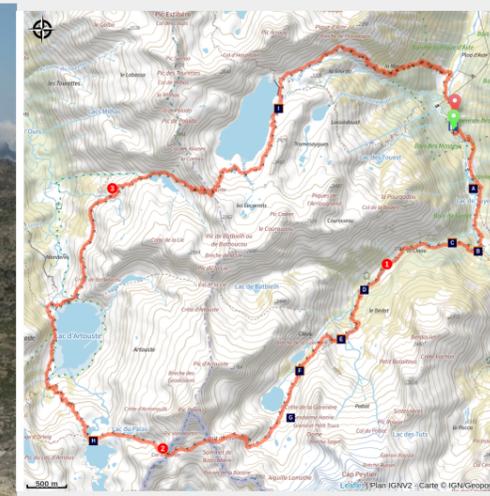
Parking supérieur du Plan d'Aste

## Le Tour du Palas en 3 jours

Val d'Azun - Arrens-Marsous



Lac de Migouélou (Manon Vallin)



*Un itinéraire sportif et minéral en trois étapes autour du Pic du Palas (2974 m).  
Au programme : lacs et paysages de haute-montagne !*

### Infos pratiques

Pratique : Itinérance à pied

Durée : 3 jours

Longueur : 25.0 km

Dénivelé positif : 1817 m

Difficulté : Difficile

Type : Boucle

Thèmes : Col et Sommets, Eaux et rivières, Faune, Lac, Refuge

## 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>



## Sur votre chemin...



### Le lac de Suyen (A)

Le Lac de Suyen culmine à 1536m d'altitude. C'est un lac naturel du Val d'Azun d'une profondeur de 3 mètres environ, surélevé par un petit barrage. Il est peuplé de truites fario, comme tout le gave jusqu'au confluent du ruisseau de Larribet. Comme le barrage du Tech, le lac de Suyen est un lieu très fréquenté en été, aux abords verdoyants et facile d'accès, il peut faire l'objet d'une balade en famille qui peut se poursuivre jusqu'à la cascade de Doumbblas, puis vers le magnifique vallon du Larribet et les lacs de Batcrabère ou aux lacs de Rémolis et au port de la Peyre Saint Martin.



### La Toue de Doumbblas (B)

La « Toue » de Doumbblas, abri de fortune ou de travail pour les randonneurs de passages ou les bergers de la vallée. Construite sous un rocher elle ressemble à un champignon ou à la maison d'un génie. Entrez, visitez, découvrez, imaginez, mais en repartant fermez la porte !



### Le torrent de montagne (C)

Le torrent est un cours d'eau de montagne à forte pente coulant à grande vitesse avec une forte turbulence, avec de l'écume en surface si le débit est très fort. Le mouvement torrentiel est très rapide mais, généralement, le débit est irrégulier et la taille de ce cours d'eau peut être très variable.

Crédit photo : AntoineGarcia



### Le pin à crochet (D)

Le pin à crochets, un des plus anciens pins survivants de l'ère glaciaire, est particulièrement adapté aux conditions climatiques rigoureuses de l'étage subalpin. Il est en effet résistant à la sécheresse, mais également au froid et au vent. Arbre d'altitude et de lumière, sa silhouette est surtout remarquable dans les stations les plus élevées où des arbres isolés au port torturé se maintiennent jusqu'à des altitudes record dans un milieu de blocs et de gros rochers.

Crédit photo : Pin à crochets, L. Manhes - Parc national des Pyrénées



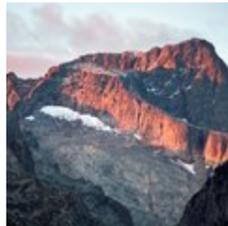
## 🏠 Le refuge de Larribet (E)

Refuge de Larribet  
altitude 2072 m - 60 places

Tél. : 09 88 66 61 22

[Site web](#)

Crédit photo : Refuge de Larribet



## ⚠️ Conquête de Baïlatous par les ingénieurs géodésiens (F)

Le pic du Balaitous (3144m), fut gravi pour la première fois par des officiers géodésiens, Peytier et Hossard, en 1825. C'est au bout de quatre tentatives qu'ils réussirent leur ascension : surpris par le mauvais temps et la neige, ils se trouvèrent dans les situations les plus critiques.

Tombé dans l'oubli durant de longues années, ce géant des Pyrénées fit l'objet d'une « seconde première » en 1864, par Charles Packe. C'est au sommet qu'il découvrit les vestiges d'une tourelle en pierre édifée par les deux géodésiens.

Crédit photo : ATVG



## 🐐 L'isard (G)

C'est l'animal emblématique des Pyrénées, utilisé comme symbole pour indiquer sur le terrain les limites du parc (balisées par une tête d'isard rouge sur fond blanc). Proche du chamois, il n'en reste pas moins une espèce pyrénéenne aux caractéristiques spécifiques. Protégée, étudiée, recensée par le parc national, la population d'isards dépasse aujourd'hui les 5000 têtes, alors qu'il n'y en avait plus que 1300 en 1967. L'isard vit en hardes allant jusqu'à 100 individus. Levez les yeux, l'isard aime l'altitude et les sites escarpés. C'est un animal sauvage, vous ne pourrez pas l'approcher, prévoyez des jumelles.

Crédit photo : (c) L. Nédélec - Parc national des Pyrénées. Isard

## 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 réglementation, 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.**





## Refuge d'Arrémoulit (H)

### Refuge d'Arrémoulit

Altitude 2265 m

**Attention :** refuge fermé jusqu'à nouvel ordre (travaux de restauration).

Aucune partie abritée et aucun service n'est disponible au refuge durant cette période de travaux.

Tél. : 09 88 77 32 85

[Site web](#)

Crédit photo : Refuge d'Arrémoulit

---



## Refuge de Migouélou (I)

Refuge de Migouélou

Altitude 2278 m - 34 places

Tél. : 06 74 23 89 47

[Site web](#)

Crédit photo : Refuge de Migouélou