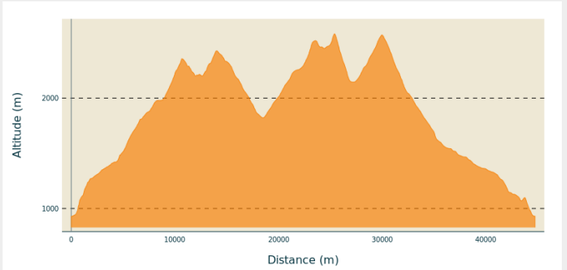
Itinéraire

Départ : Village de Cauterets
Arrivée : Village de Cauterets
Communes : 1. Cauterets
2. Estaing

Profil altimétrique

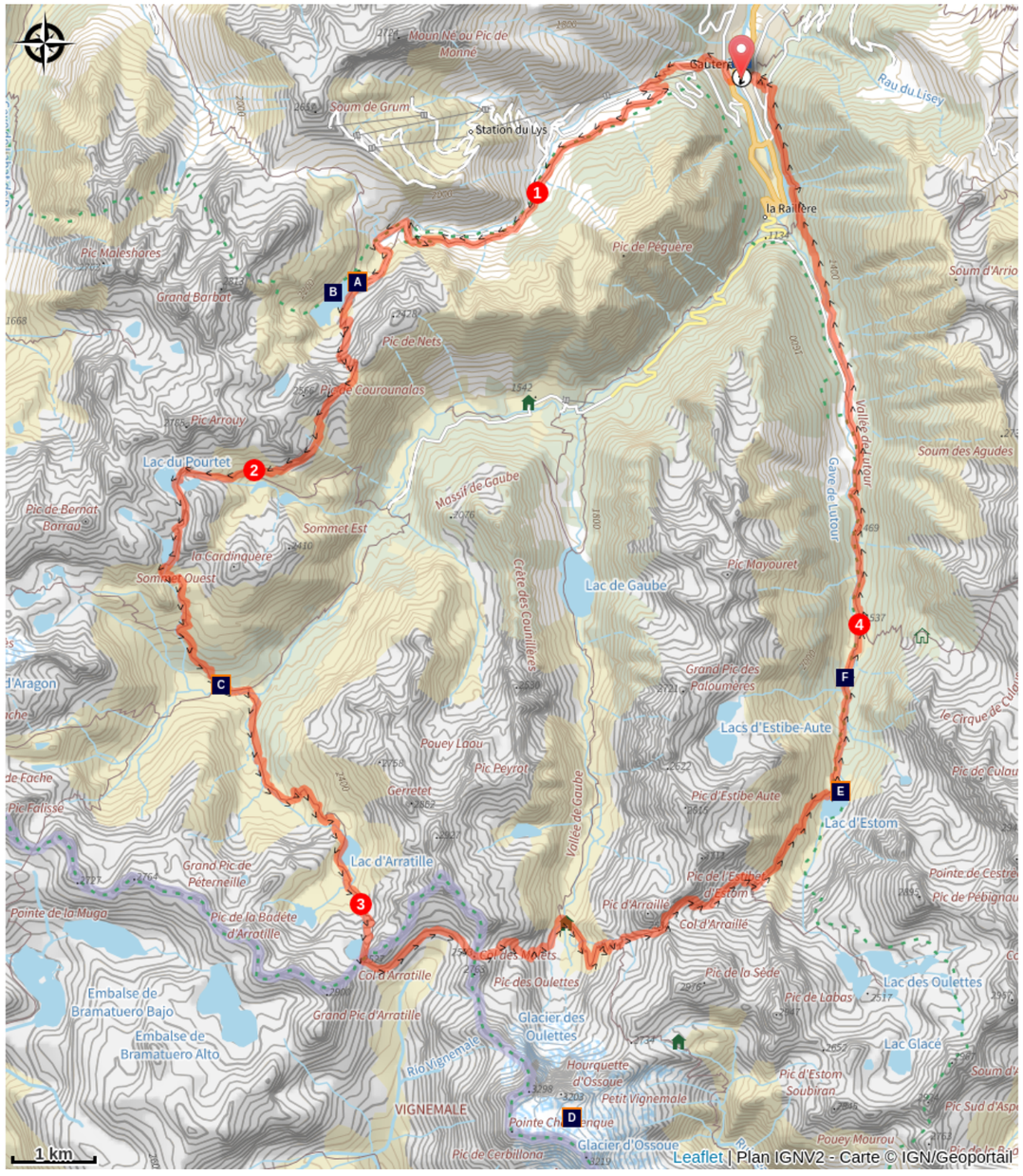


Altitude min 928 m Altitude max 2581 m

Étapes :

1. Etape 1 : de Cauterets au refuge d'Ilheou
8.3 km / 1050 m D+ / 3 h 30
2. Etape 2 : du refuge d'Ilheou au refuge Wallon-Marcadau
9.6 km / 627 m D+ / 3 h 30
3. Etape 3 : du refuge Wallon-Marcadau au refuge des Oulettes de Gaube
9.4 km / 833 m D+ / 4 h 45
4. Etape 4 : du refuge des Oulettes de Gaube à Cauterets
17.3 km / 450 m D+ / 5 h 30

Sur votre chemin...



Le refuge d'Ilhéou (A)
Le refuge Wallon-Marcadau (C)
Le refuge d'Estom (E)
Le bouquetin ibérique (B)
Le glacier d'Ossoue (D)
Le rhododendron (F)

Toutes les infos pratiques

⚠ Recommandations

- INFO REFUGE :
TRAVAUX 2025 :
Suite à un retard dans les travaux prévus initialement à l'été 2025, **le refuge sera OUVERT(gardé) du 20 juin au 31 Août 2025**, en capacité limitée de 50 places, avec restauration midi et soir. Réservation obligatoire.

Avant le 20 juin le refuge est accessible en mode "non gardé" et après le 31 août, le refuge sera totalement fermé. Aucun sanitaire ni aucun abri ne sera alors laissé à disposition.

- Période conseillée : de fin juin à fin septembre.
Renseignez-vous systématiquement sur les conditions météo et de praticabilité (enneigement tardif sur les hauts cols) avant d'entreprendre l'itinéraire.

- Parc national des Pyrénées, zone réglementée :
une partie de l'itinéraire se trouve en zone-coeur du Parc national :
> **les chiens y sont interdits ;**
> **le bivouac est réglementé :** il est autorisé de 19h à 9h, à plus d'1h de marche de tout accès motorisé (ou sur les aires de bivouac dédiées)
> **En savoir plus**

- Commerces et services :
Dans le bourg de Cauterets vous trouverez tous les services et commerces indispensables : alimentation, magasins de sport, hébergement, restauration, etc.
> **En savoir plus**

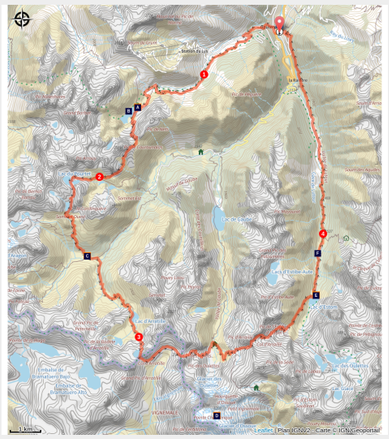
- Respect des milieux :
Ne laisser aucune trace de son passage.
> Ramener tous ses déchets (épluchures de fruits, papier hygiénique, etc.) ;
> Ne pas construire de cairns ou colonnes de pierre en équilibre ;
> Rester discret et observer la faune à distance ;
> Garder ses distances avec le bétail domestique ;
> Eviter 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 ?

Le Tour des vallées de Cauterets en 4 jours

Cauterets - Cauterets



Découvrez un parcours de 4 jours aux multiples facettes : forêts, estives, lacs et paysages de haute montagne. Un régal !

Infos pratiques

- Pratique : Itinérance à pied
- Durée : 4 jours
- Longueur : 44.7 km
- Dénivelé positif : 2967 m
- Difficulté : Moyen
- Type : Boucle
- Thèmes : Cols et Sommets, Eaux et rivières, Faune, Lac, Refuge
- Accessibilité : Départ accessible en transports publics

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

Sur votre chemin...

Le refuge d'Ilhéou (A)

Le refuge d'Ilhéou
Altitude 1988 m - 22 places

> Tél. : 06 79 08 20 64
> Site web
Crédit photo : Refuge d'Ilhéou

Le bouquetin ibérique (B)

Garder ses distances avec les animaux !
La vallée est propice à son observation.
C'est un animal peu farouche, mais il convient pour autant de garder une certaine distance avec les animaux pour garantir leur quiétude.
> Privilégier l'observation à distance (avec jumelles).

De format plus petit que le Bouquetin des Alpes, le Bouquetin ibérique est un animal trapu, campé sur des pattes robustes munies de sabots incroyablement adhérents à la roche. Son pelage est variable en épaisseur et couleur selon les saisons, devenant plus clair et plus court en été. Le rocher est l'habitat principal du Bouquetin, qui affectionne les milieux escarpés aux falaises et vires nombreuses, plutôt orientés au sud et rapidement déneigés à proximité de pelouses.
Crédit photo : (c) A. Garnier - Parc national des Pyrénes. Bouquetin ibérique

Le refuge Wallon-Marcadau (C)

Le refuge Wallon-Marcadau
Altitude 1865 m - 113 places

> Tél. : 05 62 92 64 28
> Site web
Crédit photo : (c) Office de Tourisme de Cauterets

Le glacier d'Ossoue (D)

Le glacier d'Ossoue est un glacier des Pyrénées situé dans le massif du Vignemale, sur le versant nord de la frontière franco-espagnole dans le département des Hautes Pyrénées.
C'est le deuxième en superficie après le glacier de l'Aneto mais devant celui de la Maladeta. D'une surface d'environ 50 hectares (en 2007) et se trouvant entre 2 800 et 3 200 mètres d'altitude, le glacier est entouré de nombreux sommets de plus de 3 000 mètres dont le Vignemale, la Pointe Chausenque ou encore le pic de Montferrat qui dominent sa partie haute. Au milieu du XIXème siècle, sa surface atteignait les 110 hectares. Au début du XXIème siècle, sa longueur dépassait encore les 2 kilomètres.

Le glacier d'Ossoue est un glacier dit "de langue", il possède une langue terminale qui correspond à la zone où la fonte provoque la diminution de l'épaisseur du glacier jusqu'à sa disparition totale (appelé également zone d'ablation). Cette zone d'ablation se différencie de la zone d'accumulation où, à l'inverse, la neige s'accumule et se transforme en glace, maintenant ainsi le cycle de vie du glacier. Son enneigement et sa praticabilité sont en général bons au début de l'été, mais son état se détériore rapidement ensuite, selon les années : il n'est pas rare d'y trouver des crevasses en fin de saison estivale, particulièrement dans sa partie basse, sous le Petit Vignemale. L'épaisseur du glacier varie selon les saisons et les années : les grottes Russell en sont un très bon indicateur. Creusées dans la roche, au niveau de la partie supérieure du glacier, elles se retrouvent soit sous la neige, soit bien au-dessus, nécessitant un peu d'escalade pour les atteindre.

Crédit photo : Julien Liron

Le refuge d'Estom (E)

Le refuge d'Estom
Altitude 1804 m - 28 places

Tél. : 05 62 92 07 18
Site web

Crédit photo : Refuge d'Estom

Transports

- **Gare SNCF la plus proche :** Lourdes.

- Ligne de bus n°965 : Lourdes > Pierrefitte - Cauterets.
Descendre à l'arrêt "*Cauterets - gare*"
> Voir les horaires

Accès routier

Dans Cauterets, laisser votre véhicule sur les parkings proches de la maison du Parc national, puis rejoindre à pied le centre-ville et l'Office de la Montagne (place Clémenceau).

Parking conseillé

Parkings de la Maison du Parc nationel et de la gare, Cauterets

Accessibilité

Départ accessible en transports publics

Le rhododendron (F)

Le rhododendron forme, à l’étage subalpin, de vastes landes qui marquent dans le paysage les endroits où la neige persiste le plus longtemps. Il apprécie en effet les versants exposés au nord, préférant être recouvert de neige pour protéger ses bourgeons du gel et assurer, en début d’été, une explosion de fleurs roses voire rouges. L’arbrisseau dépasse rarement 1 mètre de hauteur et possède des rameaux tortueux très caractéristiques.

Crédit photo : Rhododendron, (c) R. Camviel - Parc national des Pyrénées