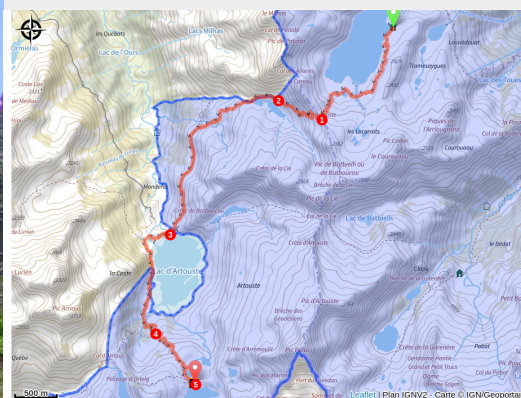


# Etape 2 : du refuge de Migouelou au refuge d'Arrémoulit

Val d'Azun



(Refuge d'Arrémoulit)



**Du Val d'Azun à la haute vallée d'Ossau, une traversée originale en terre granitique, un chemin détourné à la rencontre de lacs de toutes tailles.**

Passeport en poche pour une escapade chez nos voisins de la vallée d'Ossau, vous voilà partis d'un pas allègre vers le col d'Artouste. Derrière, l'air maritime des Pyrénées-Atlantiques tapisse parfois le fond de la longiligne vallée du Soussouéou d'un mer de nuages esthétique. Dans ce décor, porté par le sifflement du train d'Artouste, marcher en balcon entre pins à crochets centenaires et bouquets de rhododendrons est une aubaine. L'étape du soir, au milieu du magnifique site lacustre d'Arrémoulit, n'en est pas moins charmante.

## Infos pratiques

Pratique : Itinérance à pied

Durée : 4 h

Longueur : 9.2 km

Dénivelé positif : 608 m

Difficulté : Moyen

Type : Traversée

Thèmes : Col et Sommets, Lac, Refuge

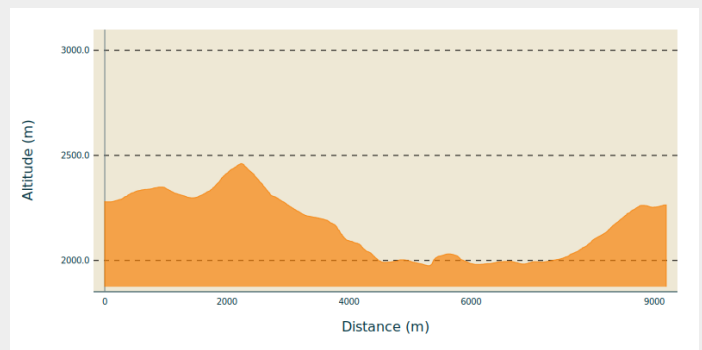
# Itinéraire

**Départ** : Refuge de Migouélou

**Arrivée** : Refuge d'Arrémoulit

**Communes** : 1. Arrens-Marsous

## Profil altimétrique

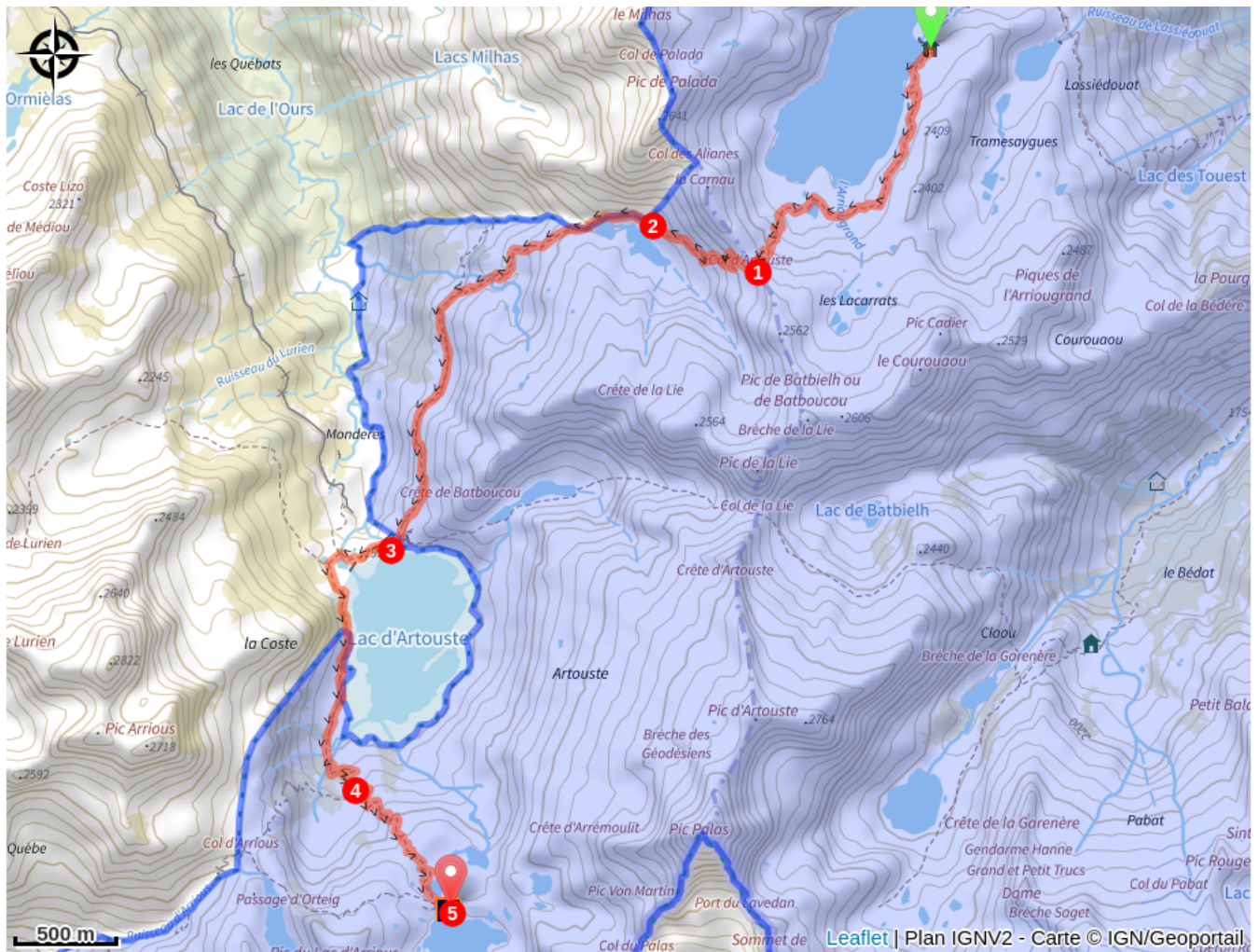


Altitude min 1975 m Altitude max 2461 m

Quitter le refuge de Migouélou (2278 m) par un sentier cairné qui longe le grand lac. Frôler une petite falaise granitique puis vous élever régulièrement au-dessus du plan d'eau. A l'extrémité sud du lac, le sentier redescend sur la droite entre les affleurements de granite (laisser ici une trace qui file en face vers les Lacarrats). Passer entre un laquet et le lac de Migouélou pour vous rapprocher du couloir herbeux qui défend le col d'Artouste. En tournant le dos au lac, le sentier s'engage à gauche dans une combe (tardivement enneigée) puis décrit de bons lacets serrés pour accéder au col.

1. Au col d'Artouste (2480 m), on découvre la vue sur le massif du Lurien et le pic du Midi d'Ossau. En basculant sur l'autre versant, le sentier traverse sur la droite (pente forte, prudence !) puis descend en lacets dans un goulet malcommode. Traverser ensuite la partie supérieure de deux éboulis successifs (bien suivre les cairns).
2. Passer au-dessus des lacs de Carnau puis enjamber le déversoir du lac inférieur (2202 m) pour continuer en rive gauche du torrent. Le sentier s'en éloigne progressivement vers la gauche (sud-ouest) et découvre un petit replat herbeux avec ruisselets (2080 m). Descendre un nouveau ressaut en compagnie du sentier puis, à 2000 m, ignorer une vague trace sur la droite pour rester sur le sentier principal. Il décrit maintenant une belle traversée panoramique au-dessus de la vallée du Soussouéou. Dans sa seconde partie, il remonte un peu au-dessus de falaises pour descendre ensuite vers un barrage.
3. Passer sur le barrage d'Artouste (1990 m) et, derrière le snack-bar, rejoindre une passerelle (1984 m). Tourner à gauche aussitôt après celle-ci pour contourner un petit lac. Au second laquet, laisser à droite le sentier du col du Lurien pour rester à gauche sur le bon sentier qui va longer le très grand lac d'Artouste vers le sud, en le dominant de quelques mètres. De l'autre côté, traverser un torrent à gauche et débiter la montée vers le refuge d'Arrémoulit.
4. A l'intersection (2080 m), ignorer à droite la direction du col d'Arrious (panneau) et rester sur le sentier de gauche. Il décrit de nombreux lacets pour venir à bout d'un ressaut, longe un premier lac par la droite, puis atteint la digue du grand lac d'Arrémoulit.
5. Refuge d'Arrémoulit (2305 m).

# Sur votre route...



 Refuge d'Arrémoulit (A)

# Toutes les informations pratiques

## **En coeur de parc**

Le Parc national est un territoire naturel, ouvert à tous, mais soumis à une réglementation qu'il est utile de connaître pour préparer son séjour.

Les chiens y sont interdits, la cueillette est interdite, la baignade est interdite et le bivouac est réglementé.



## **Recommandations**

Prudence sur les cols d'altitude en début de saison (enneigement jusque tard dans l'été).

# 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.**

# Sur votre route...

---



## Refuge d'Arrémoulit (A)

### Refuge d'Arrémoulit

Altitude 2265 m

**Attention :** refuge actuellement fermé (travaux de restauration).

Le refuge devrait rouvrir à partir du 15 juillet 2026.

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

Infos détaillées sur le site internet du refuge.

Tél. : 09 88 77 32 85

[Site web](#)

Crédit : Refuge d'Arrémoulit