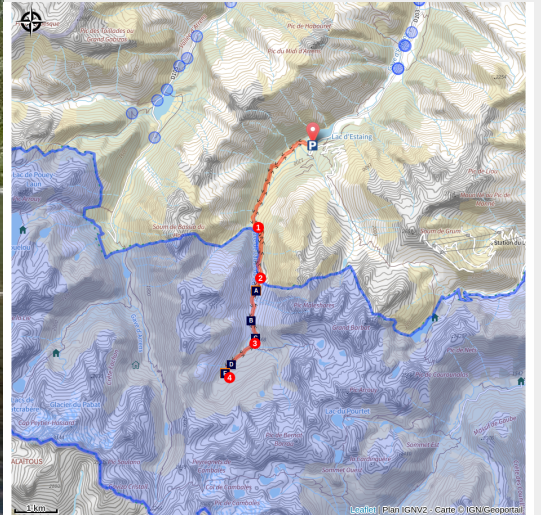


Les lacs du Plaa de Prat et de Liantran

Val d'Azun



Le lac de Liantran ((c) Julien Liron)



Pas moins de trois lacs de montagne figurent au programme de cette belle randonnée, avec en point d'orgue, le très photogénique lac de Liantran !

Infos pratiques

Pratique : A Pied

Durée : 5 h 30

Longueur : 15.8 km

Dénivelé positif : 665 m

Difficulté : Moyen

Type : Aller-retour

Thèmes : Eaux et rivières, Faune, Lac

Accessibilité : Départ accessible en transports publics

Itinéraire

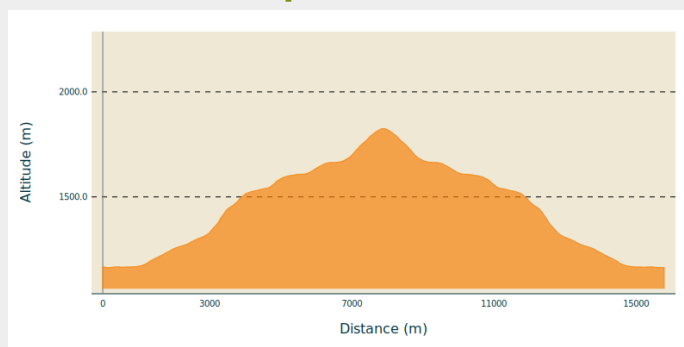
Départ : Lac d'Estaing

Arrivée : Lac d'Estaing

Balisage : ■ PR

Communes : 1. Estaing

Profil altimétrique



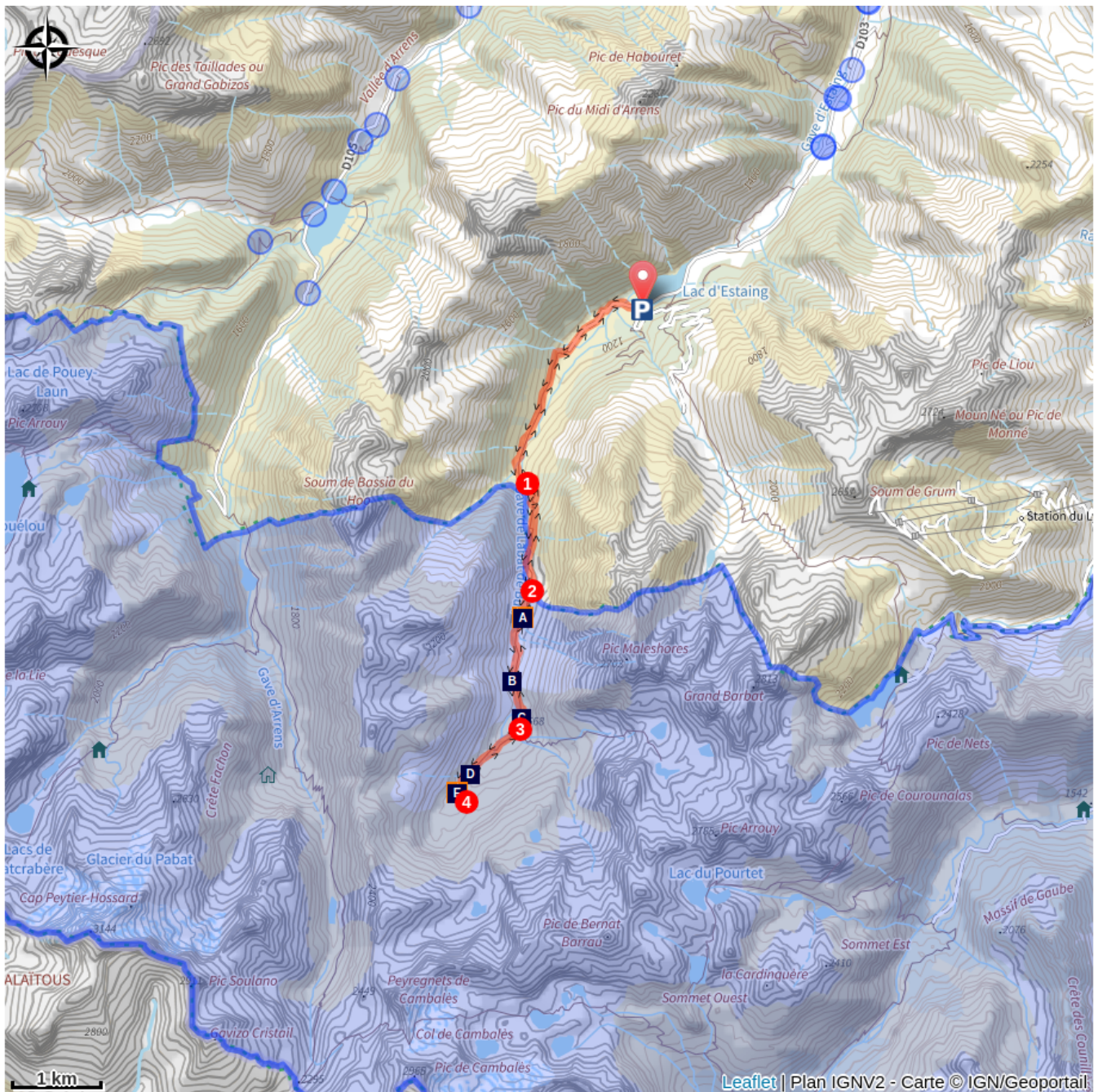
Altitude min 1163 m Altitude max 1825 m




Du pont du Pescadou (1168 m), pont situé à sud du lac d'Estaing (amont du lac), suivre le large chemin qui remonte la vallée de Labat de Bun, à droite du torrent. Passer ainsi au-dessus de la cabane de l'Oelhestre (1226 m) et avancer jusqu'à deux passerelles en fond de vallée.



1. Emprunter le **pont de Plasi (1323 m)**. Sur l'autre rive, un sentier prend le relais en décrivant plusieurs lacets, d'abord dans un éboulis puis dans la fraîcheur d'une sapinière. Rester toujours sur le sentier principal, en ignorant les raccourcis (raides et érosion du terrain). Au sortir de la forêt, le sentier traverse à l'horizontale et se rapproche progressivement du torrent.
2. La vallée s'élargit au moment d'entrer dans la zone cœur du Parc national (1560 m) et le sentier frôle un abri sous roche (**toue de la Cétira**). Continuer à monter en plusieurs gradins, dont celui du petit **lac de Langle** (à sec en fin d'été).
3. Longer le **lac de Plaa de Prat** par la gauche, dans un éboulis, et rejoindre une cabane (1665 m) à la jonction de vallées. Au niveau de la cabane, ignorer le sentier de gauche et poursuivre tout droit dans la vallée principale.
4. Après avoir franchi un dernier ressaut, l'itinéraire rejoint rapidement le **lac de Liantran**.

> [Retour par le même itinéraire.](#)

Sur votre route...



-  La Toue de la Cétira (A)
-  L'hermine (C)
-  Les ruines de Liantran (E)

-  L'isard (B)
-  Le bouquetin ibérique (D)

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

- Parc national des Pyrénées :

Une partie de l'itinéraire se trouve en zone-cœur du Parc national :

> **les chiens y sont interdits.**

> **la baignade est interdite.**

> [En savoir plus.](#)

- Praticabilité :

De fin mai à début novembre (attention aux névés et restes d'avalanches pouvant persister jusqu'en fin de printemps).

Itinéraire déconseillé en conditions hivernales (zone avalancheuse).

- 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 se baigner dans les lacs et cours d'eau de montagne (ce sont des milieux fragiles) ;

Comment venir ?

Transports

Navette estivale Argelès-Gazost > Arrens > lac d'Estaing :

En haute saison estivale, le départ de la randonnée est accessible en navette, au départ des villages d'Argelès-Gazost, d'Arras-en-Lavedan, d'Aucun, d'Arrens et d'Estaing.

[Les navettes circulent uniquement en juillet et août.](#)

Sans réservation préalable.

Tarif : 2 € l'aller / 4€ aller-retour.

[> Consulter les horaires de la navette du lac d'Estaing.](#)

Accès routier

Depuis Argelès-Gazost, suivre la route du col du Soulor et du Val d'Azun. A l'entrée d'Arras-en Lavedan, bifurquer à gauche sur la D 103 en direction d'Estaing.

Traverser ce village et continuer jusqu'au bout de la route et l'arrivée au lac.

Deux zones de stationnement possibles au lac d'Estaing :

-A l'entrée du lac : parkings en terrasse (ajouter environ 1km de marche à l'aller, puis au retour) pour atteindre le départ.

-A l'extrémité sud du lac (camping).

Parking conseillé

Lac d'Estaing

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 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.

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>



Sur votre route...

La Toue de la Cétira (A)

La « Toue » de la Cétira, 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 !



L'isard (B)

C'est l'animal emblématique des Pyrénées, utilisé comme symbole pour indiquer sur le terrain les limites du Parc national des Pyrénées (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 : (c) L. Nédélec - Parc national des Pyrénées. Isard



L'hermine (C)

L'Hermine est un petit animal au corps allongé et aux pattes courtes. Un net dimorphisme sexuel existe. Les mâles peuvent atteindre 300 gr contre 200 gr pour les femelles. Elle mesure de 20 à 30 cm sans la queue.

L'Hermine est tout à fait à son aise dans les régions froides et en montagne où on la rencontre entre 1 000 et 3 000 mètres d'altitude.

Elle consomme essentiellement des rongeurs. Mais, elle ne craint pas d'attaquer aussi des animaux plus grands tels que le lièvre...

En été, elle se distingue de la belette par le bout de sa queue de couleur noire.

Crédit : (c) C.Cuenin - Parc national des Pyrénées. Hermine



🦅 Le bouquetin ibérique (D)

Garder ses distances avec les animaux !

La vallée est propice l'observation du bouquetin. C'est un animal peu farouche, mais il convient pour autant de garder une certaine distance avec les animaux pour garantir leur quiétude (minimum 30m).

> 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. Les mâles portent de longues cornes, le plus souvent torsadées, en forme de lyre.

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 : (c) A. Garnier - Parc national des Pyrénées. Bouquetin ibérique



🏠 Les ruines de Liantran (E)

L'ensemble pastoral de la vallée du Plaa de Prat et du Liantran est situé en zone cœur du Parc National à une altitude comprise entre 1591 mètres pour la cabane du Plaa de Prat et de 1824 mètres pour le village d'estive du Liantran. C'est une zone inhabitée mais qui accueille encore durant les estives des activités pastorales. La permanence de cette activité a permis d'entretenir les pelouses ; en revanche, l'évolution des pratiques professionnelles du pastoralisme n'a pas permis de conserver les constructions vernaculaires qui servaient de cabanes, d'enclos et de leyté (cavité dans laquelle on conservait le lait au frais).

Le site du Liantran possède encore des exemples remarquables de ces constructions dans un état de ruine. Elles laissent tout de même deviner ce qui avait été un véritable « village espagnol d'estives ».