

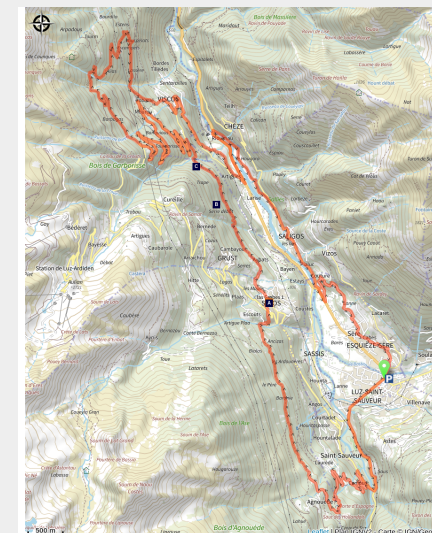


Circuit VTT n°10 - Vallée de Luz - Le bois de Viscos

Vallée de Luz-Saint-Sauveur



Vue sur la vallée de Luz ((c) ATVG)



Avec en toile de fond les gorges de Luz et les villages du Pays Toy, ce circuit ravira plus d'un vététiste !

Ce parcours sportif engagé vous réserve ascension soutenue et descente musclée avec des passages très techniques comme le célèbre passage de "l'Assomoir".

Infos pratiques

Pratique : VTT

Durée : 4 h 30

Longueur : 31.2 km

Dénivelé positif : 1208 m

Difficulté : Très difficile

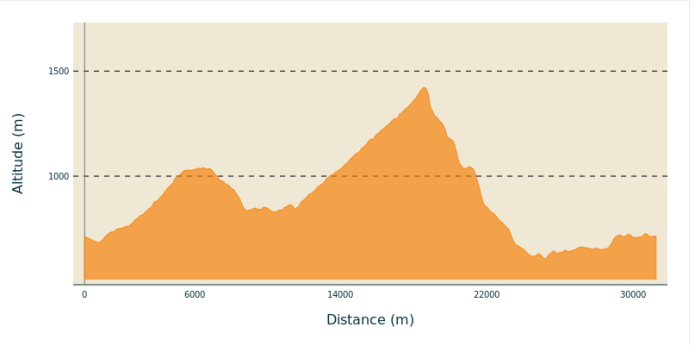
Type : Boucle

Thèmes : Point de vue et paysages

Itinéraire

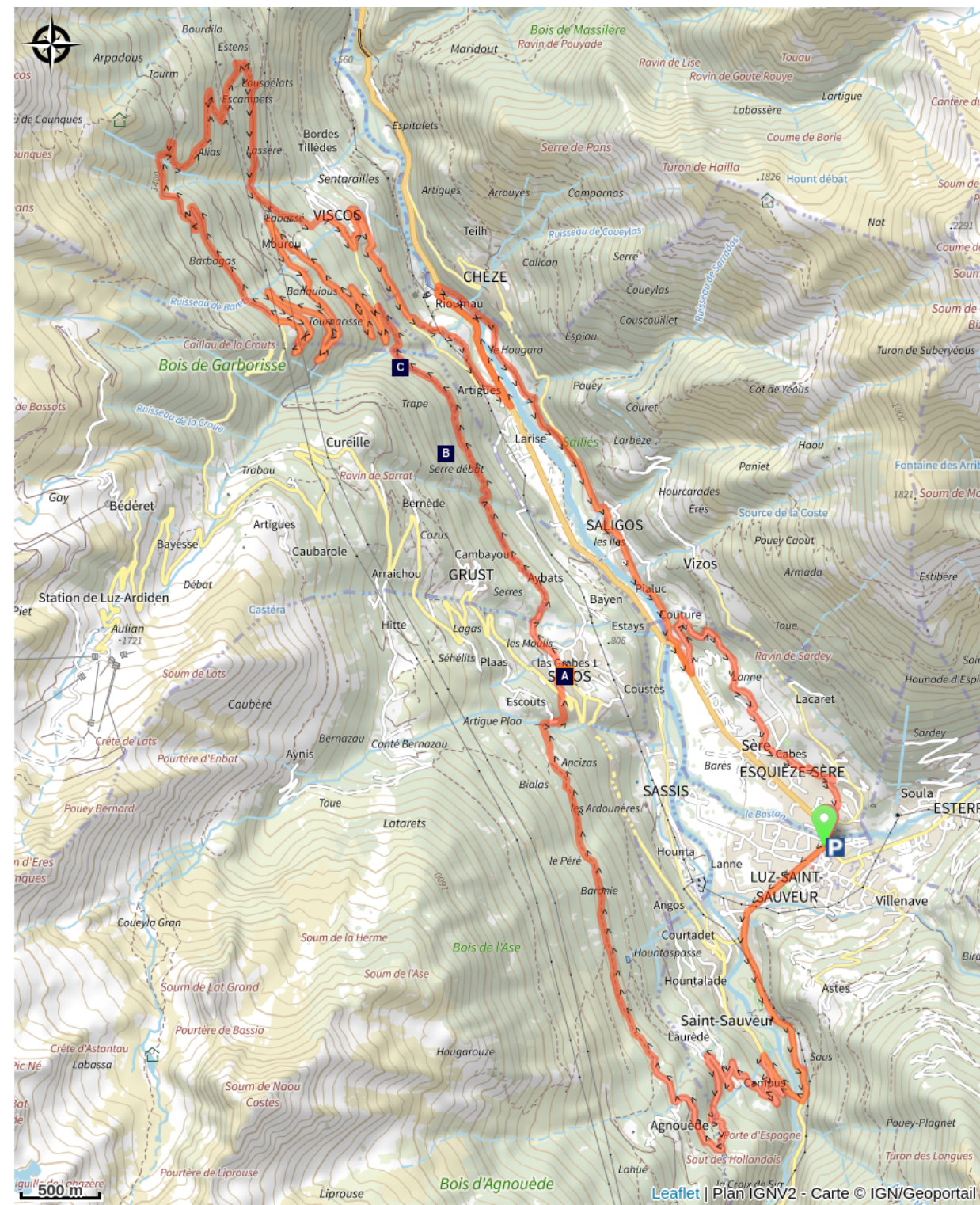
Départ : Luz-Saint-Sauveur
Arrivée : Luz-Saint-Sauveur
Balisage : ▶ VTT
Communes : 1. Luz-Saint-Sauveur
2. Sazos
3. Grust
4. Viscos
5. Saligos
6. Chèze
7. Esquière-Sère

Profil altimétrique



Depuis la place du 8 mai à Luz, dirigez-vous vers le quartier thermal de Saint-Sauveur et empruntez la petite route jusqu'à la forêt de l'Agnouède. Jolie traversée en single jusqu'à Sazos, ensuite parcours commun avec le circuit VTT n°7 et retour par l'autre côté du gave.

Sur votre route...



-  Moulins de Sazos (A)
-  La martre (B)
-  Le pic noir (C)

Toutes les informations pratiques

 **Recommandations**

- **Période conseillée :** de mai à novembre.

- **Type de terrain :** piste : 25 % / single track : 20% / route : 55 %

Comment venir ?

Accès routier

Depuis Lourdes, prendre la voie rapide jusqu'à Argelès-Gazost, puis prendre la D921 jusqu'au village de Luz-Saint-Sauveur.
Le village est accessible en voiture en 20 minutes depuis Argelès et en 30 minutes depuis Lourdes.

Parking conseillé

Luz-Saint-Sauveur, place du 8 mai

 **Lieux de renseignement**

Office de Tourisme de Luz-Saint-Sauveur
Place du 8 Mai, 65120 LUZ SAINT SAUVEUR
ot@luz.org
Tel : +33 (0)5 62 92 30 30
<http://www.luz.org>



Sur votre route...

 **Moulins de Sazos (A)**

Les moulins situés en haut du village de Sazos, bâtis le long du cours d'eau Bernazaou. Au XIVème siècle, on comptait déjà 16 moulins puis 26 au XIXème siècle. Aujourd'hui, l'un d'entre eux se visite en été et permet de revivre l'intense activité agricole et céréalière de l'époque.
2 créneaux de visite le mercredi après-midi de mai à septembre à 14h15 et à 15h45 (payant) : inscriptions à la mairie de Sazos au 05 62 92 82 78.



La martre (B)

La martre fait partie de la famille des mustélidés (mammifères à fourrure, carnivore). Son pelage est d'un brun chocolat sauf une tache jaune crème ou jaune orangé qui s'avance entre les pattes, sur la gorge. La Martre habite dans les forêts de résineux, de feuillus ou mixtes. Elle évite souvent les clairières dans la journée et fréquente aussi les falaises et autres lieux rocheux découverts. Son régime alimentaire est carnivore, insectivore et frugivore.

Crédit : (c) L. Nédélec - Parc national des Pyrénées. Martre des pins



Le pic noir (C)

Le plumage du Pic noir est noir luisant, avec une calotte rouge vif sur la tête, uniquement pour le mâle. Son bec est blanc ivoire avec la pointe noire. Ses pattes sont gris foncé et son œil est blanc teinté de jaune pâle. Véritable grimpeur, ses pattes courtes et trapues, prolongées par des ongles acérés lui permettent des prises efficaces. C'est le plus grand pic d'Europe. Le Pic noir est sédentaire. Bien représenté dans les Pyrénées, on le trouve jusqu'à 1 800 mètres d'altitude. Son domaine est la forêt de hêtres et de conifères. Les insectes, fourmis rousses, larves et œufs, qu'il happe dans les fissures du bois avec sa longue langue gluante constitue sa nourriture préférée.

Crédit : (c) P. Dunoguiez - Parc national des Pyrénées. Pic noir

29/10/2025 • Circuit VTT n°10 - Vallée de Luz - Le bois de Viscos

4/5

29/10/2025 • Circuit VTT n°10 - Vallée de Luz - Le bois de Viscos

5/5