

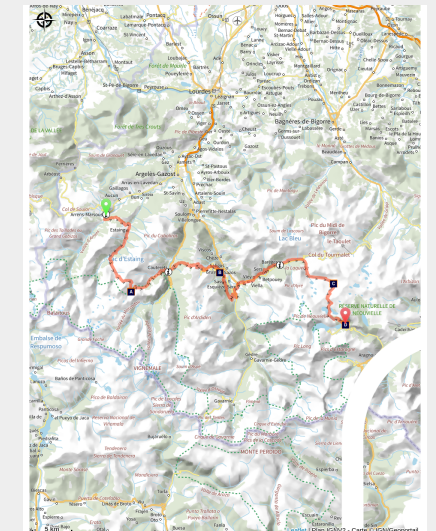


# GR10, du Val d'Azun au Néouvielle en 4 étapes

Val d'Azun



Le balisage blanc et rouge du GR



Le GR10 est un chemin de grande randonnée permettant de réaliser la grande traversée des Pyrénées par un itinéraire balisé.

Il alterne fonds de vallées, sommets et cols. Le GR10 ® est un itinéraire de moyenne montagne qu'il ne faut surtout pas prendre à la légère.

Une bonne expérience du milieu montagnard, une bonne condition physique et la connaissance des moyens d'orientation vous seront nécessaires pour réaliser cette incroyable traversée entre l'Atlantique et la Méditerranée.

Nous vous proposons 4 étapes sur notre territoire, du Val d'Azun à la Réserve naturelle du Néouvielle, via le col de Riou.

## Infos pratiques

Pratique : Itinérance à pied

Durée : 4 jours

Longueur : 78.3 km

Dénivelé positif : 4873 m

Difficulté : Moyen

Type : Traversée

Thèmes : Cols et Sommets, Lac, Point de vue et paysages

# Itinéraire

**Départ** : Village d'Arrens (commune d'Arrens-Marsous)

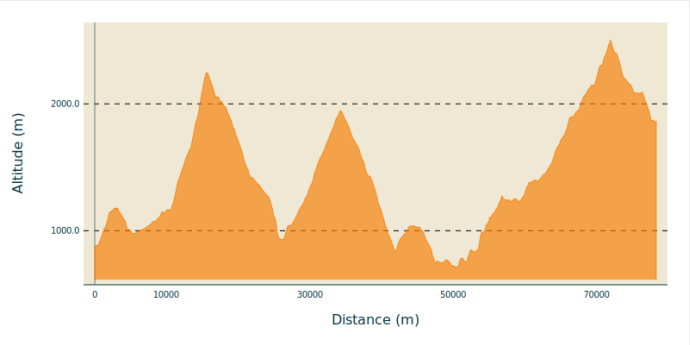
**Arrivée** : Lac d'Orédon (commune d'Aragnouet)

**Balisage** :  GR

**Communes** : 1. Arrens-Marsous

- 2. Estaing
- 3. Cauterets
- 4. Grust
- 5. Sazos
- 6. Luz-Saint-Sauveur
- 7. Esquièze-Sère
- 8. Esterre
- 9. Viella
- 10. Viey
- 11. Sers
- 12. Barèges
- 13. Vielle-Aure
- 14. Saint-Lary-Soulan

## Profil altimétrique



Altitude min 714 m    Altitude max 2501 m

## Étapes :

- 1.** Etape 1 : du Val d'Azun au refuge d'Ilhéou  
18.1 km / 1600 m D+ / 7 h 30
- 2.** Etape 2 : du refuge d'Ilhéou à Sazos  
24.3 km / 1026 m D+ / 7 h
- 3.** Etape 3 : de Sazos à Barèges  
17.1 km / 914 m D+ / 5 h 30
- 4.** Etape 4 : de Barèges au lac d'Orédon  
19.2 km / 1332 m D+ / 8 h





## Le Lac d'Orédon (D)

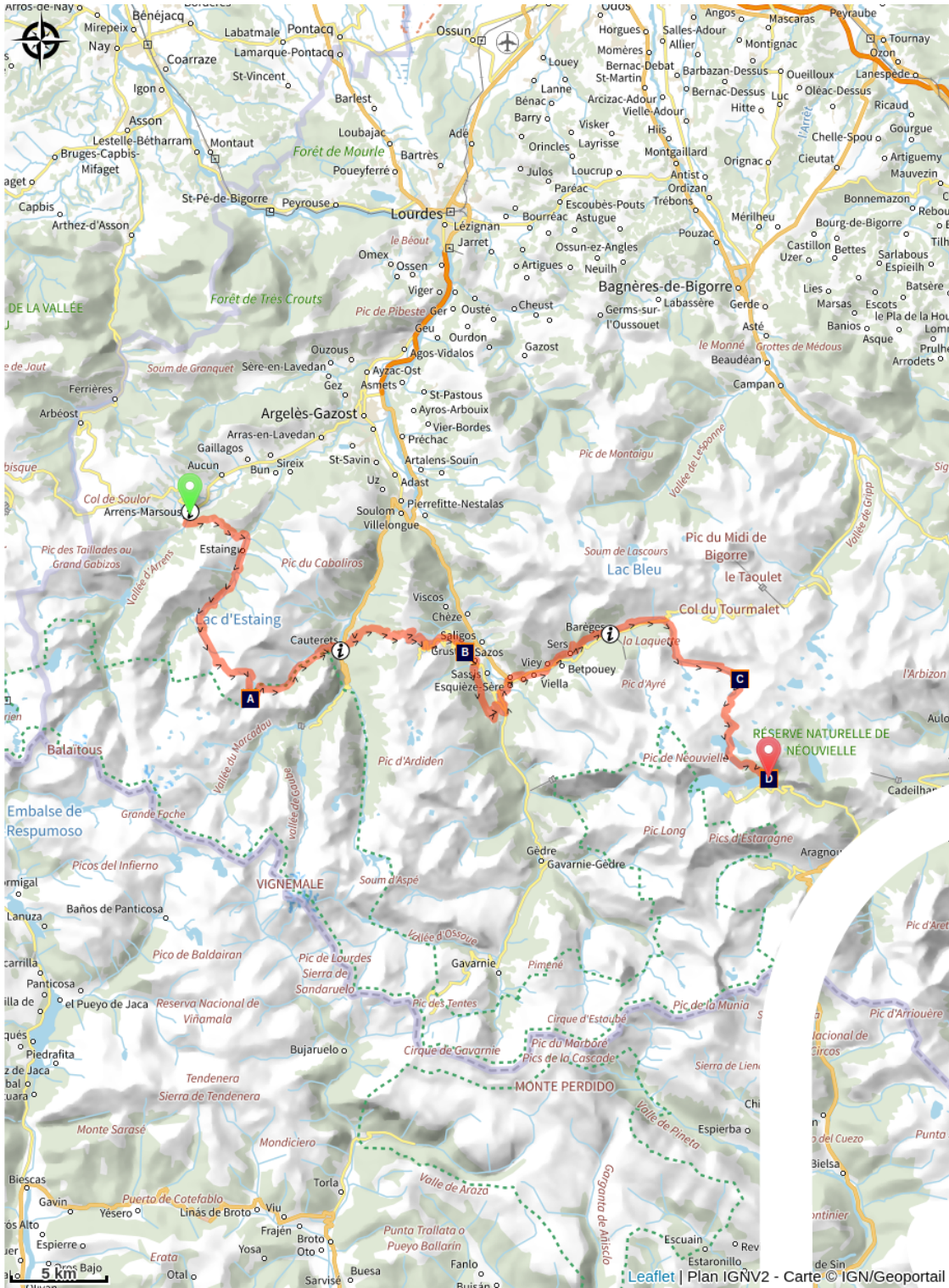
Portail majestueux du massif du Néouvielle  
Niché à 1849 mètres d'altitude, au cœur de la Réserve Naturelle Nationale du Néouvielle, le Lac d'Orédon est un magnifique lac de montagne, aménagé en retenue artificielle dès le XIXe siècle, qui conserve aujourd'hui tout le charme sauvage des Hautes-Pyrénées. Il constitue la porte d'entrée emblématique d'un territoire d'exception classé Natura 2000, où se succèdent pics acérés, forêts de pins à crochets et lacs d'altitude cristallins.

Facilement accessible par la route depuis Piau-Engaly ou Saint-Lary-Soulan, le site est un point de départ stratégique pour de nombreuses randonnées emblématiques : sentier des Laquettes, lac d'Aubert, lac d'Aumar, le Tour du Lac d'Orédon "sur les pas de l'âne Pégase - sentier aménagé et ouvert en ETE 2024 -, plus loin refuge de la Glère, ou encore ascensions vers les 3000 m du Néouvielle ou du Pic de Campbiell.

L'Orédon est aussi un lieu de balade accessible, idéal pour les familles : promenade autour du lac, détente en bord d'eau, photographie paysagère, observation de la faune (marmottes, milans royaux, isards) et découverte de la forêt de Pins à crochets ou de peupliers tremble....

Crédit : Piau Engaly

## Sur votre route...



Le refuge d'Ilhéou (A)



Le refuge d'Aygués-Cluses (C)



Les herrades de Grust (B)



Le Lac d'Orédon (D)

# Toutes les informations pratiques

## ⚠️ Recommandations

- **Période conseillée :**  
De fin juin à fin septembre.

- **Difficultés :**  
Prudence en début de saison estivale où des névés tardifs peuvent persister sur les cols d'altitude.

- **Commerces et services :**  
Vous trouverez des commerces et services de proximité sur chaque étape et notamment dans les villages d'Arrens, de Cauterets, de Luz-Saint-Sauveur ou de Barèges.

- **Hébergements :**  
Vous trouverez les informations relatives aux hébergements dans le descriptif de chaque étape.

- **En bivouac :**  
L'itinéraire est réalisable en bivouac, mais il convient de respecter certaines règles.  
> Retrouvez la réglementation et les conseils dans notre rubrique dédiée : [Dormir en montagne.](#)

- **A savoir avant de partir :**  
> **Zones pastorales :**  
L'itinéraire traverse des zones pastorales où pâturent brebis, vaches et chevaux. Garder toujours ses distances avec les animaux et contourner autant que possible les troupeaux.  
**Patous :** certains troupeaux de brebis peuvent être gardés par des chiens de protection des troupeaux (essentiellement sur l'étape 1). Avant de partir, familiarisez-vous avec les bons réflexes à avoir face à un patou : [consulter les conseils et recommandations face aux chiens de protection.](#)

> **Tiques :**  
Les tiques sont assez présentes dans nos vallées pyrénéennes. Ayez toujours un tire-tique sur vous et inspectez-vous régulièrement au cours de la journée et après votre étape.

## Comment venir ?

# Sur votre route...



## 🏠 Le refuge d'Ilhéou (A)

**Le refuge d'Ilhéou**  
Altitude 1988 m - 22 places

> **Tél. :** 06 79 08 20 64  
> [Site web](#)

Crédit : Refuge d'Ilhéou



## 🏠 Les herrades de Grust (B)

Les herrades, sont des ruelles ou sentiers aménagés avec un pavage et des petites marches, le plus souvent en galets ou feuilles de schiste. On les retrouve beaucoup en Pays Toy, dans les cœurs de certains villages et parfois au départ de sentiers. Ce herrades ont été aménagées dans les voies en pentes raides, les plus exposées au ravinement des eaux de pluie. On en trouve encore de beaux exemples dans des villages comme Viscos, Viella, Grust, Betspouey ou encore Gèdre. Le terme herrade serait un dérivé de l'occitan herrada, qui signi'e une bête ferrée. Le terme désigne donc initialement un revêtement de chemin particulièrement solide, comme l'est le fer du sabot.

Crédit : AntoineGarcia



## 🏠 Le refuge d'Aygués-Cluses (C)

**Refuge d'Aygués-Cluses**  
Altitude 2135 m.

Tél. 09 71 72 36 05  
> [site web.](#)

Crédit : (c) Manon Vallin



**i Lieux de renseignement**

**Bureau d'Information Touristique de Barèges**

Place Urbain Cazaux, 65120 BAREGES  
infotourisme@valleesdegavarnie.com  
Tel : +33 (0)5 62 92 16 00  
<https://www.valleesdegavarnie.com/ete/ma-destination/bareges-tourmalet-0>



**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>



**Office de Tourisme de Cauterets**

Place Maréchal Foch, 65110 CAUTERETS  
infos@cauterets.com  
Tel : +33 (0)5 62 92 50 50  
<http://www.cauterets.com>



**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>



Transports

**Gare SNCF la plus proche : LOURDES**

**Arrêts de bus sur l'itinéraire :**

Sur le tracé du GR10 ici décrit vous trouverez des arrêts de bus dans les villages suivants :

- **à Arrens** (ligne de bus à la demande) > liaisons vers Argelès-Gazost et Lourdes.
- **à Cauterets** > liaisons vers Pierrefitte-Nestalas, Argelès-Gazost et Lourdes.
- **à Luz-Saint-Sauveur** > liaisons vers Gavarnie, vers Barèges vers Pierrefitte-Nestalas, Argelès-Gazost et Lourdes.
- **à Barèges** > liaisons vers Luz, Pierrefitte-Nestalas, Argelès-Gazost et Lourdes.

**Lien vers les horaires**

[> En savoir plus sur les horaires des bus.](#)

**Parking conseillé**

Maison du Val d'Azun, à Arrens

# 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.**

## Réserve Naturelle Nationale Néouvielle

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Mai, Juin, Juillet, Août, Septembre, Octobre, Novembre, Décembre

Contact : Structure gestionnaire : Parc National des Pyrénées, sous l'autorité du Préfet de Bagnères-de-Bigorre [Contact](#)

Située au centre du massif pyrénéen, la Réserve du Néouvielle est un site botanique remarquable (algues, sphaignes). Elle se caractérise notamment par la présence de vielle forêt et de multiples lacs et laquettes qui contribuent à la diversité des milieux,

et abrite une faune remarquable (Euprocte des Pyrénées et Desman des Pyrénées, Triton palmé et Crapaud accoucheur, Grand tétras...)

Le classement en Réserve Naturelle Nationale implique une réglementation stricte spécifique, le territoire accueillant un grand nombre de visiteurs chaque année (hiver et été). Celle-ci concerne pour beaucoup des **restrictions relatives à l’accès et aux activités de loisir** :

- Cueillette, ramassage de plantes, champignons, minéraux, animaux ou fossiles interdits ;
- Feu et coupe de bois interdits ;
- Chiens interdits ;
- Dépôt de déchets interdit ;
- Vélo tout terrain interdit ;
- Camping interdit. Seul le bivouac est toléré, sur les 2 seuls emplacements réservés à cet effet (plage d’Orédon et Barrage d’Aubert) ;
- Les camping-cars et bivouac dans des véhicules sont interdits la nuit sur les parkings d’Orédon et d’Aubert ;
- La pêche est réglementée. Pêche interdite dans le Gourg de Rabas et le vallon d’Estibère ;
- Les sports aériens et tout survol à moins de 1000 m du sol sont interdits.

En règle générale, il est attendu des visiteurs qu’**ils ne perturbent et ne dérangent pas le milieu** (bruit, dégradation des milieux, etc.) afin de maintenir un bon état de conservation.