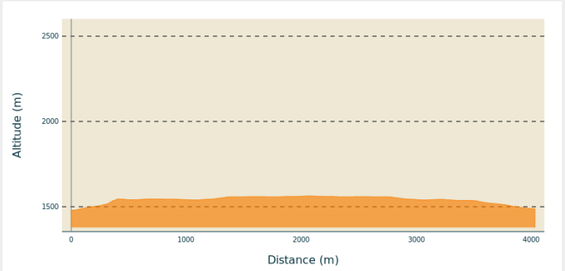
Itinéraire

Départ : Plan d'Aste (terminus de la route du Tech)
Arrivée : Plan d'Aste (terminus de la route du Tech)
Balisage : PR
Communes : 1. Arrens-Marsous

Profil altimétrique



Altitude min 1478 m Altitude max 1563 m

1 - Depuis la maison du Parc national du Plan d'Aste (1470 m), emprunter la passerelle en bois sur le gave d'Arrens puis remonter le bon chemin qui serpente dans une superbe forêt de sapins.

A la sortie de bois, un panneau indique l'entrée dans la zone cœur du Parc national des Pyrénées ;

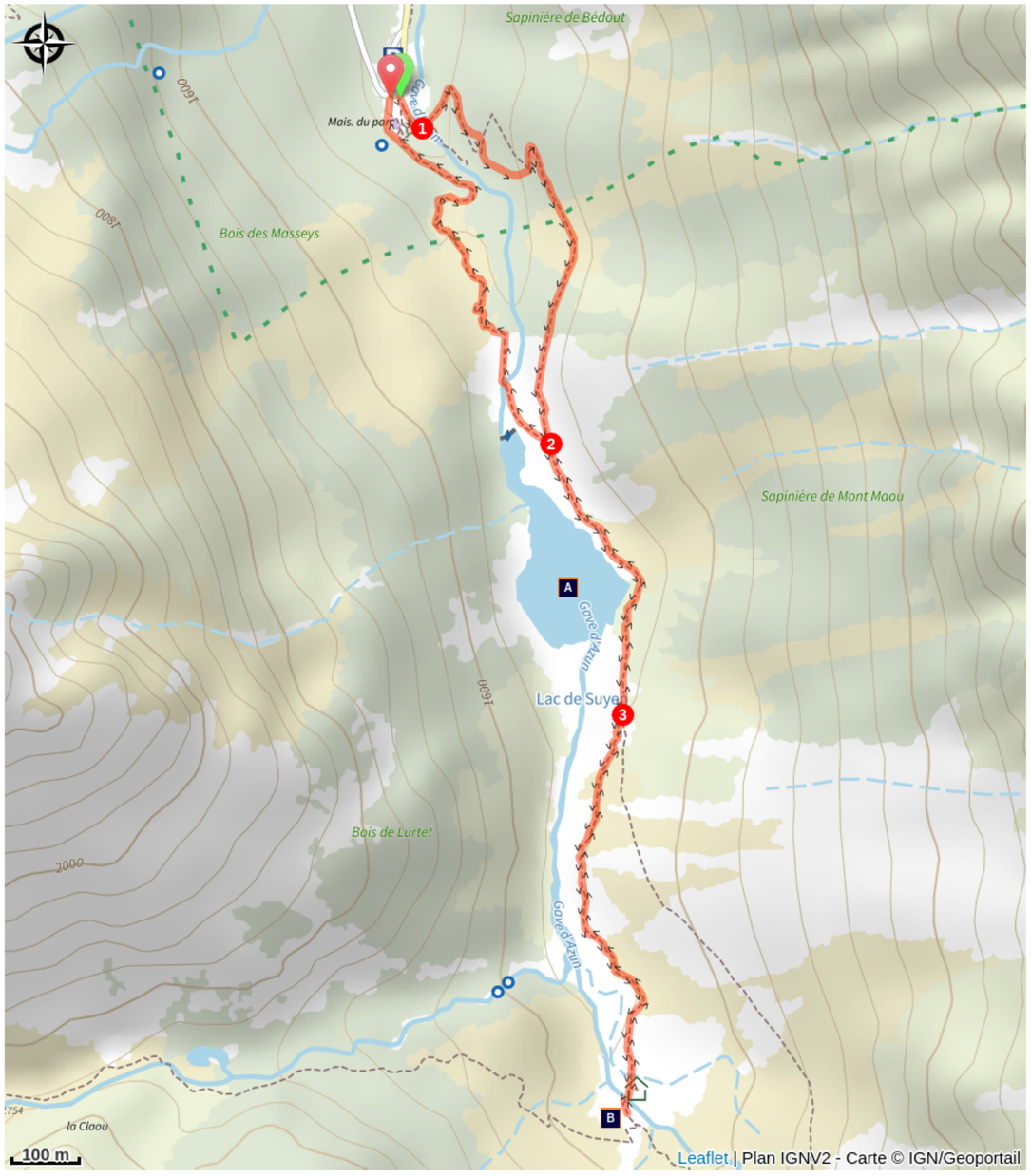
2 - le sentier progresse à flanc de montagne sur un sentier caillouteux et rejoint rapidement le lac de Suyen (environ 30-40min depuis le départ), aux couleurs changeantes en fonction de la météo.

3 - Dépasser le lac et juste en amont de celui-ci, à l'intersection, bifurquez à droite en suivant la sente qui descend et rejoint très vite la cabane de Doumblas et la jolie toue de Doumblas.
Vous apprécierez au passage la belle cascade de Doumblas qui se jette dans le gave.

> Possibilités de retour :
- Option 1 : Retour par le même itinéraire.

- Option 2 : boucle par une variante non balisée et un peu plus difficile : retour par le même itinéraire jusqu'au lac de Suyen, puis à l'extrémité aval du lac (point n°2), repérer un sentier qui descend sur la gauche, en direction du petit barrage. Traverser le ruisseau sur une passerelle et suivre à droite un sentier qui franchit un petit éperon rocheux. Il redescend en longeant une zone humide et rejoint le parking par un sentier très caillouteux et souvent humide (bonnes chaussures indispensables).

Sur votre chemin...



Le lac de Suyen (A)

La Toue de Doumblas (B)

Toutes les infos pratiques

⚠ Recommandations

-Période de praticabilité :
Itinéraire déconseillé en hiver (zone avalancheuse et route d'accès au départ fermée à la circulation).
Au printemps, s'assurer de l'ouverture de la route et de la praticabilité de l'itinéraire avant de s'engager.

- Parc national des Pyrénées :
Une partie de l'itinéraire se trouve en zone-cœur du Parc national, **les chiens y sont interdits**.
> En savoir plus.

- Respect des milieux naturels :
En respectant quelques règles de bases vous contribuerez à minimiser l'impact sur les milieux naturels.
> Eviter de se baigner dans le lac : outre les aspects liés à la santé (risques de choc thermique), les lacs de montagne sont des milieux fragiles et peu brassés. Les résidus de crème solaire et autres cosmétiques peuvent avoir un impact sur ces milieux qui abritent une faune et une flore caractéristiques.
> ne laisser aucune trace de son passage : ramener tous ses déchets ; ne pas faire de cairns ou de colonnes de pierre en équilibre (type stone balancing).

Comment venir ?

Accès routier

Dans le Val d'Azun, depuis le village d'Arrens-Marsous, suivre la D105 en direction du barrage du Tech. Longer ce lac et poursuivre par la route jusqu'à son terminus, le parking du Plan d'Aste (maison du Parc).

ATTENTION : la route d'accès au lac du Tech et au Plan d'Aste est fermée en hiver et une partie du printemps.
> Connaître l'état d'ouverture de la route

Parking conseillé

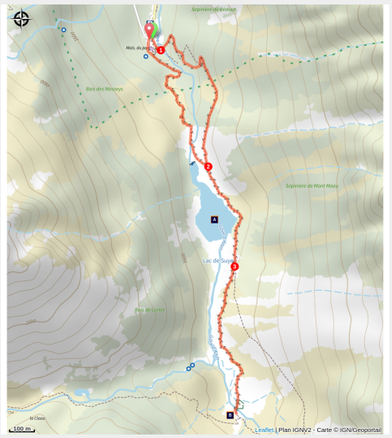
Plan d'Aste, terminus route du Tech

Accessibilité

Le lac de Suyen

Val d'Azun - Arrens-Marsous

Le lac de Suyen ((c) Julien Liron)



Une balade facile pour tous, permettant d'accéder très rapidement à un lac situé dans un écrin de verdure au cœur du Parc national des Pyrénées.

Infos pratiques

- Pratique : A Pied
- Durée : 1 h 30
- Longueur : 4.0 km
- Dénivelé positif : 102 m
- Difficulté : Facile
- Type : Aller-retour
- Thèmes : Faune, Lac, Point de vue et paysages
- Accessibilité : En famille

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

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

Sur votre chemin...

Le lac de Suyen (A)

Le Lac de Suyen culmine à 1536m d’altitude. C’est un lac naturel du Val d’Azun d’une profondeur de 3 mètres environ, surélevé par un petit barrage. Il est peuplé de truites fario, comme tout le gave jusqu’ai confluent du ruisseau de Larribet. Comme le barrage du Tech, le lac de Suyen est un lieu très fréquenté en été, aux abords verdoyants et facile d'accès, il peut faire l'objet d'une balade en famille qui peut se poursuivre jusqu'à la cascade de Doumblas, puis vers le magnifique vallon du Larribet et les lacs de Batcrabère ou aux lacs de Rémoulis et au port de la Peyre Saint Martin.

La Toue de Doumblas (B)

La « Toue » de Doumblas, 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 !

En famille