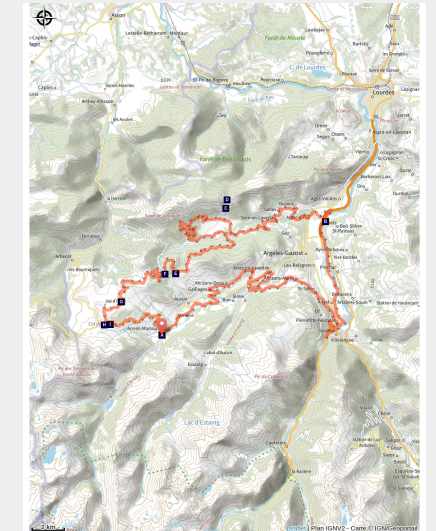




## La Big d'Azun

Val d'Azun



Attention, à proximité du village d'Adast un tronçon de sentier est fermé au public, suite aux crues de septembre 2024, ayant emportées les berges.  
> Possibilité d'éviter le tronçon fermé en empruntant la voie verte des Gaves.

Une grande boucle exigeante mais idéale pour découvrir les vallées des Gaves et ses trésors cachés.

Sillonnez à travers les vallées des Gaves avec ce parcours qui commence et se termine au centre du Val d'Azun. Vous descendrez et ferez le tour de la vallée d'Argelès-Gazost avant de remonter en traversant les villages de l'Extrême de Salles.

Un parcours aux paysages et aux terrains très variés, entre berges du gaves, forêts, routes et

### Infos pratiques

Pratique : Gravel

Durée : 3 h

Longueur : 92.5 km

Dénivelé positif : 2273 m

Difficulté : Très difficile

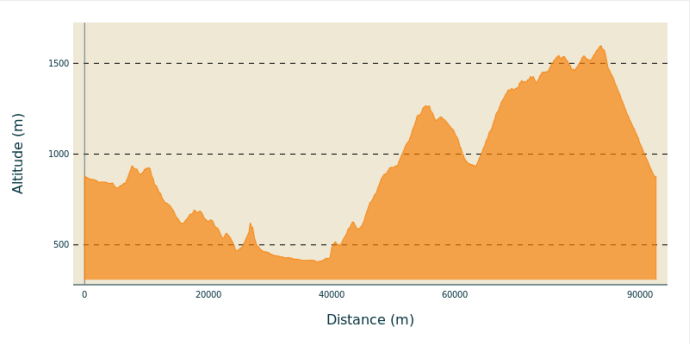
Type : Boucle

sentiers, vous découvrirez tout le territoire des vallées des Gaves.

# Itinéraire

- Départ** : Arrens Marsous - salle des fêtes  
**Arrivée** : Arrens Marsous - salle des fêtes  
**Communes** : 1. Arrens-Marsous  
2. Aucun  
3. Bun  
4. Gaillagos  
5. Arcizans-Dessus  
6. Arras-en-Lavedan  
7. Arcizans-Avant  
8. Saint-Savin  
9. Adast  
10. Pierrefitte-Nestalas  
11. Soulom  
12. Beaucens  
13. Préchac  
14. Lau-Balagnas  
15. Ayros-Arbouix  
16. Argelès-Gazost  
17. Ayzac-Ost  
18. Agos-Vidalos  
19. Ouzous  
20. Salles  
21. Sère-en-Lavedan  
22. Gez  
23. Ferrières  
24. Arbéost

## Profil altimétrique



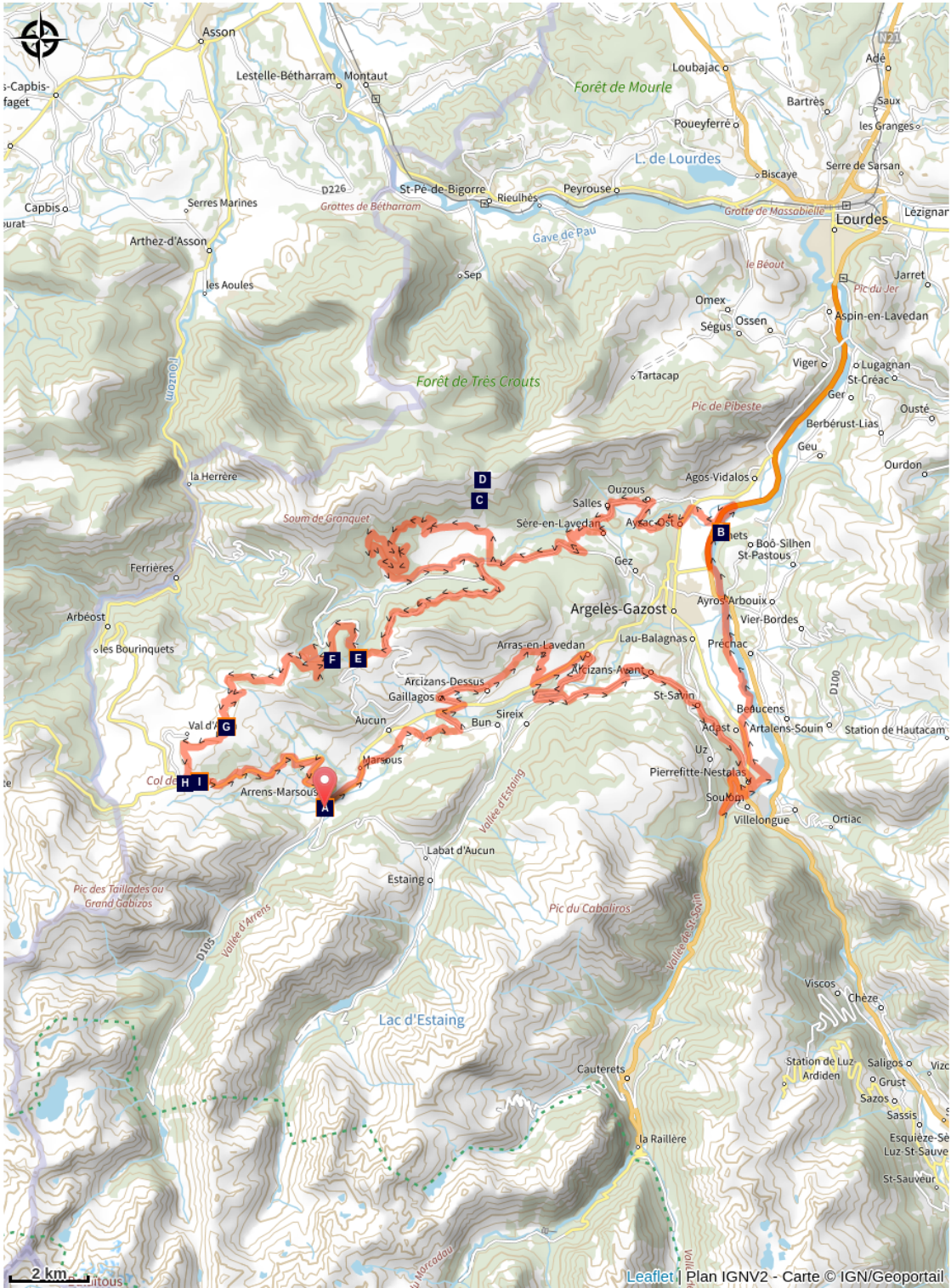
Altitude min 408 m    Altitude max 1597 m

Un parcours difficile qui demande endurance, technique et maitrise.

Au départ d'Arrens-Marsous, vous descendrez jusqu'à la vallée d'Argelès-Gazost en traversant les villages de Gaillagos, Arcizans-Dessus, Arras-en-Lavedan, Arcizans-Avant, Saint-Savin, Soulom, Pierrefitte-Nestalas, Adast et Lau-Balagnas. Une fois arrivé à Argelès-Gazost, vous prendrez la direction d'Ayzac-Ost pour remonter vers les villages de l'Extrême de Salles, vous traverserez Ouzous, Salles et Sère-en-Lavedan avant d'entamer les sentiers boisés sillonnant entre les pics, cols et sommets, qui vous mèneront au village d'Arrens-Marsous.

Itinéraire "gravel" non balisé sur le terrain.  
Téléchargement de la trace disponible en GPX ou KML.

# Sur votre route...



-  Miqueu Camélat (A)
-  Le pic noir (C)
-  L'ESpace Nordique du Val d'Azun (E)
-  La zone humide du lac de Soum (G)
-  L'Espace Nordique du Val d'Azun (I)
-  Le gave de Pau (B)
-  Le mouflon de Corse (D)
-  Le sapin (F)
-  La migration des oiseaux (H)

# Toutes les informations pratiques



**Recommandations**

- **Période de praticabilité :** conseillé de mai à novembre.

- **ATTENTION - PATOU :**

Sur ce parcours vous pouvez être amenés à croiser des chiens de protection de troupeaux (patous) : **en vélo, si le chien de protection vous approche, vous devez impérativement vous arrêter et descendre du vélo**, le temps que le chien vous identifie.

[> VIDEO : comment se comporter face à un patou en vélo.](#)

**Comment venir ?**

Accès routier

Au carrefour à l'entrée du centre ville d'Argelès-Gazost, prendre à droite direction Arrens-Marsous. Continuer sur cette route jusqu'à arriver au village d'Arrens-Marsous. A la sortie du village, la salle des fêtes se trouvera sur votre droite.

Parking conseillé

Salle des fêtes d'Arrens





L'Espace Nordique du Val d'Azun (I)

De décembre à mars, les pistes du Soulor (et du col de Couraduque à Aucun) sont dédiées à la pratique du ski de fond et des raquettes.

C'est le plus grand domaine nordique des Hautes-Pyrénées avec 90 km de pistes entre grands espaces et forêts de sapins.

Sur la période d'ouverture des pistes de ski de fond et raquettes, l'accès au site est réglementé (renseignez-vous avant de vous y engager).

> **Retrouvez toutes les infos de la Station du Val d'Azun :**

[www.station-valdazun.com](http://www.station-valdazun.com)

28/10/2025 • La Big d'Azun

4/9

28/10/2025 • La Big d'Azun

9/9



## ✈ La migration des oiseaux (H)

Le col du Soulor est un important couloir de passage migratoire pour nombre d'espèces d'oiseaux.

De mi-juillet à fin septembre, c'est la période la plus propice pour observer les migrations d'oiseaux dites d'automne, en route vers l'Espagne ou l'Afrique.

Parmi les rapaces migrateurs, les Milans noirs sont parmi les premiers à ouvrir le bal en milieu d'été. Il en passe sur la période plusieurs dizaine de milliers... avec un pic autour de la mi-août.

Autres rapaces observables en migration, les milans royaux, bondrées apivores et autres circaètes Jean-le-Blanc sont fréquents.

Les rapaces ne sont bien sûr pas les seuls à migrer vers le sud : cigognes blanches et cigognes noires, grues cendrées, petits passereaux ou pigeons ramiers...

Les espèces observables au-dessus du col du Soulor sont très nombreuses, sans oublier les observations d'espèces sédentaires tels le vautour fauve, le gypaète barbu ou l'aigle royal.

Chaque été, l'association Oiseaux cols libres mène sur place une étude et des comptages. Vous pouvez rencontrer les bénévoles présents sur place tous les jours et profiter de leurs savoirs et connaissances immenses qu'ils se feront un grand plaisir de vous partager.

### Sorties accompagnées "Rapaces au Soulor"

Chaque semaine en été, le Bureau montagne du Val d'Azun propose des sorties accompagnées à la découverte des rapaces au col du Soulor.

> Renseignement et réservation auprès de l'[Agence Touristiques des Vallées de Gavarnie](#) ou à la Maison du Val d'Azun à Arrens.

Crédit : (c) Julien Liron

## Sur votre route...



### Miqueu Camélat (A)

Né à Arrens en 1871 et mort en 1962 à Tarbes, Miqueu Camélat (Michel Camelat) était un commerçant, dramaturge, poète et écrivain français en langue gasconne. Après des études secondaires au petit séminaire de Saint-Pé-de-Bigorre, il refuse de devenir prêtre et doit revenir chez lui en 1887 où il se consacre au gascon et à la littérature. C'est alors qu'il découvre l'œuvre des Félibres. En 1890, il obtient un premier prix de poésie à la Félibrée de Tarbes et rencontre Simin Palay avec qui il lance en 1893 l'« Armanac Gascoun ». Il décide alors d'abandonner le gascon "lavedanais" de son village pour le béarnais qui lui permettra d'être lu dans toute la Gascogne.



### Le gave de Pau (B)

Le Gave de Pau est un affluent rive gauche de l'Adour d'une longueur totale de 193 km qui prend sa source au Cirque de Gavarnie aux environs de 2500 mètres d'altitude. Il traverse successivement les départements des Hautes-Pyrénées, des Pyrénées-Atlantiques puis des Landes pour se jeter dans l'Adour. Inclus dans le bassin Adour, le bassin du gave de Pau draine ainsi une surface totale de 2780 km². Compris entre la plaine de Lourdes (420 m) et la frontière espagnole au sud où culminent les plus hauts sommets de la chaîne pyrénéenne française (Vignemale, Taillon...), le secteur amont du bassin versant du gave de Pau constitue une tête de bassin montagnard dont la limite hydrologique correspond quasiment à la limite départementale entre les Hautes-Pyrénées et les Pyrénées-Atlantiques.

Crédit : ATVG



### 🦉 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. Dunoguez - Parc national des Pyrénées. Pic noir



### 🦉 Le mouflon de Corse (D)

Le Mouflon de Corse est un ovin sauvage des prairies et des landes, mais pas des paysages forestiers. Il préfère les régions peu arrosées et à faible enneigement, d'altitude moyenne, à grandes étendues au relief modéré, sur sols rocaillieux et bien drainés. S'il fréquente pentes et rochers comme les chamois et bouquetins, ce n'est que pour se protéger de l'homme. Il consomme essentiellement des plantes herbacées en toute saison, particulièrement au printemps. Il mange également des feuilles, bourgeons et jeunes pousses d'arbres et arbustes, des fruits (baies, glands, faînes, châtaignes), ainsi que des champignons, des mousses, et des lichens pendant la mauvaise saison.

Crédit : Réserve Pibeste Aoulhet



### 🏔️ L'ESpace Nordique du Val d'Azun (E)

L'espace nordique du Val d'Azun est le plus grand des Hautes-Pyrénées avec 90 kilomètres de pistes entre grands espaces et forêts de sapins. Ces immenses paysages immaculés bordés de sapins offrent un décor incroyable qui invite à la contemplation. En ski de fond ou en raquettes à neige, cet espace nordique nous plonge vers l'essentiel et promet des moments et des rencontres authentiques. Le Nordic Park au col de Couraduque est le domaine préféré des enfants avec ses deux tapis roulants pour apprendre le ski alpin et glisser en luge en toute sécurité.



### 🌲 Le sapin (F)

Le Sapin est un conifère à feuillage persistant qui peut mesurer jusqu'à 30 mètres. Ses aiguilles sont aplaties et non piquantes, disposées en peigne sur le rameau. Le sapin tolère une atmosphère humide, ombragée et est résistant au froid, ainsi il peut facilement pousser en altitude.

Crédit : Sapins pectinés, L. Nédélec - Parc national des Pyrénées



### 🌊 La zone humide du lac de Soum (G)

**Source :** [Association AREMIP \(Action Recherche Environnement Midi-Pyrénées\)](#)

Le lac de Soum est une zone humide alimentée par les eaux de précipitations et de ruissellement, dues à la pluie et à la fonte des neiges. Il tend à se combler naturellement. Le lac a développé au fil des années une ceinture de végétation naturelle de type tourbière tremblante, formant aujourd'hui un large anneau autour d'une étendue d'eau libre, ce qui en fait un site original et d'une très grande valeur patrimoniale.

Il constitue un stade dynamique présentant plusieurs types de végétation.

- La première ceinture se compose de Rubanier émergé et de petits joncs comme le Jonc bubeux typique de milieux amphibies inondés une grande partie de l'année.
- La seconde ceinture, plus large, est un tremblant aussi appelé radeau flottant où l'on retrouve le Trèfle d'eau, la Laîche à bec et au moins deux espèces de sphaignes.
- Le centre du lac est quant à lui constitué d'eau libre avec ça et là des potamots (Potamot nageant et Potamot fluet), pouvant être denses en été.

Cette zone humide est importante pour nombre d'espèces animales. On peut y observer plusieurs espèces de la famille des odonates (libellules et demoiselles) dont le Leste fiancé, la Libellule à quatre tâches, l'Anax napolitain ou encore l'Agrion jouvancelle... De nombreux amphibiens viennent également s'y reproduire. On y observe régulièrement plusieurs espèces d'oiseaux aquatiques comme la Poule d'eau ou le Grèbe castagneux.

**> En savoir plus :**  
[Lien vers la fiche du lac de Soum \(Association AREMIP\).](#)

Crédit : (c) Mairie Arrens-Marsous