

L'Agnouède

Vallée de Luz-Saint-Sauveur



(Alice Laffont)



Se rafraîchir dans les sous-bois

En empruntant les berges du Bastan, franchissez la passerelle suspendue de Sassis avant un court effort jusqu'au village de Sazos. Un sentier au milieu de la végétation apaisante de l'Agnouède vous mène ensuite vers la grande cascade du Mensongé. La source de la Hountalade, d'où jaillit l'eau thermale sur les hauteurs de Saint-Sauveur, annonce la fin de la boucle.

Infos pratiques

Pratique : A Pied

Durée : 3 h

Longueur : 8.5 km

Dénivelé positif : 386 m

Difficulté : Facile

Type : Boucle

Thèmes : Eaux et rivières, Forêt et sous-bois, Pastoralisme, Patrimoine et histoire

Accessibilité : Chien autorisé en laisse

Itinéraire

Départ : Parking de l'église de Sassis

Arrivée : Parking de l'église de Sassis

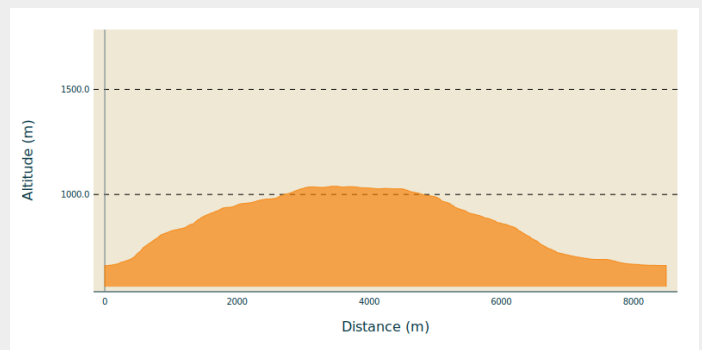
Balisage :  GR  PR

Communes : 1. Sassis

2. Sazos

3. Luz-Saint-Sauveur

Profil altimétrique

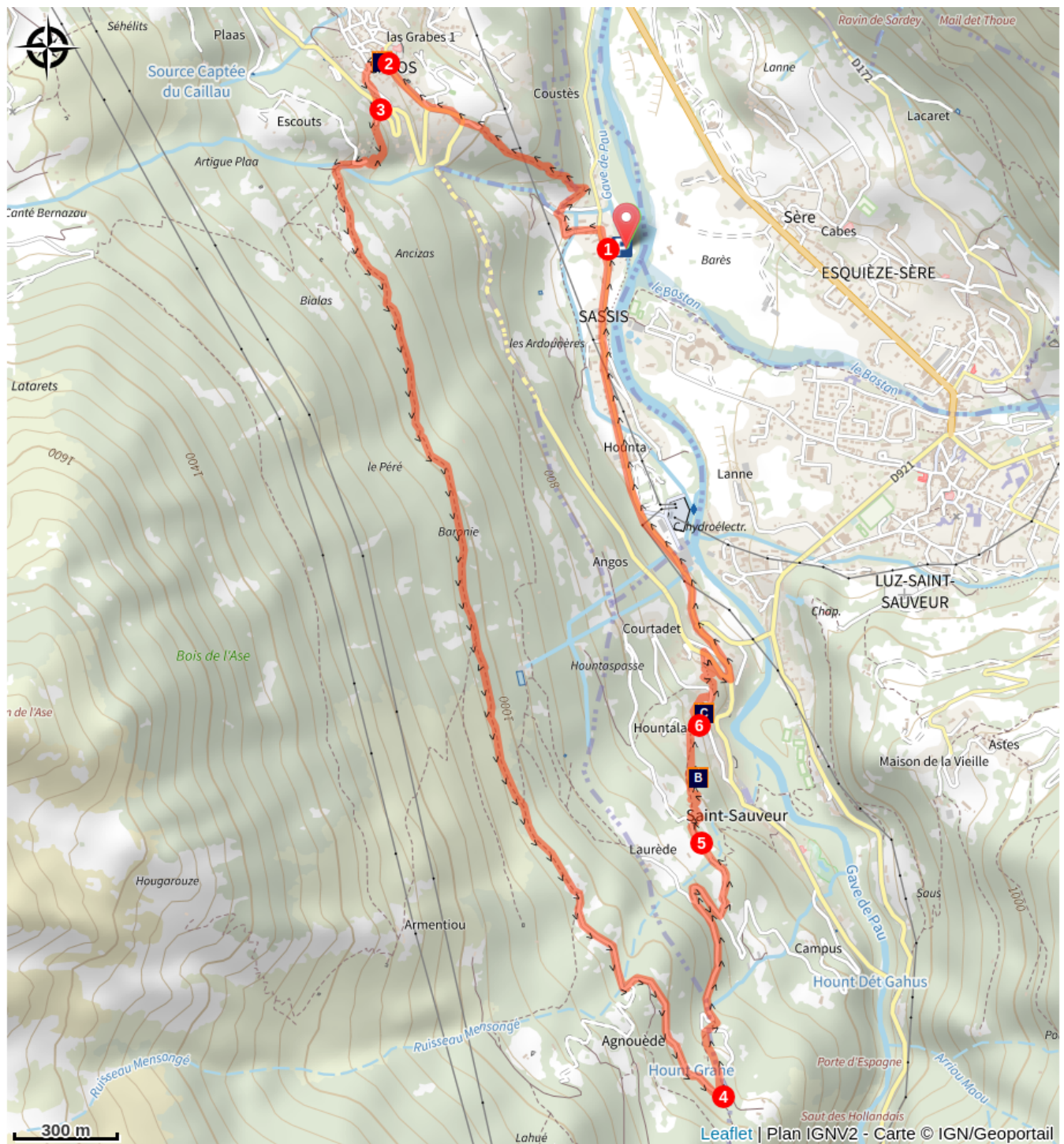


Altitude min 661 m Altitude max 1039 m


Cet itinéraire visite deux villages Toy abritant de belles églises romanes, puis gagne, après un agréable cheminement horizontal et ombragé, les hauteurs du quartier thermal de Saint-Sauveur.


1. Dos à l'église, emprunter la D12 à droite sur 50 m. Monter par la rue à gauche, franchir un canal et continuer sur le goudron. Traverser le torrent sur un pont et monter par le vieux sentier jusqu'à un calvaire (croix Saint-Vincent). Suivre la route à droite sur 120 m et gagner le village de Sazos.
2. Avant la mairie, monter à gauche (à droite, accès à l'église). À l'abreuvoir, aller à gauche puis à nouveau à gauche. Emprunter des marches (à gauche, tables de pique-nique et table d'orientation) et déboucher sur la route.
3. La couper et monter en face. À l'embranchement, aller à droite et parvenir à la ferme des Cascades. Poursuivre en face, franchir le torrent puis prendre à gauche, direction Agnouède. Effectuer un long cheminement, pratiquement horizontal, qui mène au hameau d'Agnouède. Suivre la route en face sur 800 m et atteindre un départ de sentiers. > À droite, possibilité de monter à la croix de Sia : panorama sur les gorges (25 min aller-retour).
4. Descendre par le sentier à gauche. Il coupe plusieurs fois la route puis la retrouve sur 500m. La quitter pour prendre à gauche un chemin carrossable. Atteindre une intersection (tables de pique-nique).
5. Laisser le sentier qui descend à droite (accès à Saint-Sauveur en 10 min), poursuivre tout droit puis descendre à droite vers Hountalade. Le sentier longe le torrent puis parvient à une esplanade (source de Hountalade). > Pour se rendre à Saint-Sauveur, prendre à droite (5 min).
6. Continuer à gauche sur la route, puis descendre à droite par un sentier qui rejoint la D 12. La suivre à gauche (prudence !) jusqu'à retrouver le centre de Sassis et le parking de l'église.

Sur votre route...



 Moulins de Sazos (A)

 L'Histoire de la Hountalade et ses eaux sulfurées (C)

 L'eau thermique et ses propriétés bienfaitantes (B)

Toutes les informations pratiques

Chien autorisé

Sur cet itinéraire, les chiens sont autorisés mais doivent être tenus en laisse.

Recommandations

Itinéraire accessible toute l'année.

Les chiens sont autorisés tenus en laisse en raison de la présence de troupeaux à côté des granges.

Randonnée idéale par temps chaud car une bonne partie s'effectue dans les bois.

Profitez d'une pause bien-être à la fin du parcours en s'arrêtant aux thermes Luzéa.

Face aux animaux et dans les zones pastorales :

- Gardez vos distances et restez calme
- Tenez votre chien en laisse
- Ne vous approchez pas d'un veau, sa mère peut surgir
- Ne caressez pas les animaux ni les chiens de travail des bergers
- Ne traversez pas un troupeau, contournez-le
- Refermez les clôtures
- Ne survolez pas la zone sans autorisation préfectorale

Source : Commission Syndicale de la Vallée du Barège

Comment venir ?

Transports

Navette entre le quartier thermal et le centre de Luz-Saint-Sauveur (en saison thermale ou pendant les vacances d'hiver).

Accès routier

De Luz-Saint-Sauveur, prendre la D921 en direction de Gavarnie puis à la sortie du village traverser sur la droite le pont du Gave puis prendre la D12 jusqu'au village de Sassis. Parking derrière l'église.

Parking conseillé

Parking derrière l'église de Sassis.

Accessibilité



Chien autorisé en laisse

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.

L'eau thermale et ses propriétés bienfaitantes (B)

Réchauffée au cœur de la terre et puisée en profondeur à 30m sous l'établissement, l'eau thermale de Luz-Saint-Sauveur conserve toutes ses propriétés en ressurgissant inaltérée sous forme de source chaude à 33°. Chargée en soufre et barégine, elle apaise, cicatrise et régénère la peau et les muqueuses. Les eaux sulfurées démontrent leur action bénéfique sur les affections des voies respiratoires et ORL, les maladies veineuses et lymphatiques, les algies gynécologiques. La barégine est une substance mucilagineuse azotée d'origine bactérienne ayant des vertus antibiotiques, anti-inflammatoires et cicatrisantes.

L'Histoire de la Hountalade et ses eaux sulfurées (C)

Un petit établissement thermal historique cache une source qui jaillit à quelques pas des thermes actuels : la Hountalade. Les eaux sulfurées sodiques de Saint-Sauveur proviennent du massif granitique de Cauterets. L'eau s'infiltré dans les fissures du granite de la région d'Ardiden puis, après avoir circulé à 5km de profondeur, remonte en surface en traversant des bancs de calcaire anciens, le long des grandes failles.