

# Circuit Crastes-Teilhet-Casque du Lheris



(@tourmaletpicdumidi)



Entre forêt, alpage, vallon sauvage et vue époustouflante.

## Infos pratiques

Pratique : Trail

Durée : 2 h 30

Longueur : 13.5 km

Dénivelé positif : 928 m

Difficulté : Difficile

Type : Boucle

Thèmes : Col et Sommets, Forêt et sous-bois, Pastoralisme, Point de vue et paysages

Accessibilité : Chien autorisé en laisse

# Itinéraire

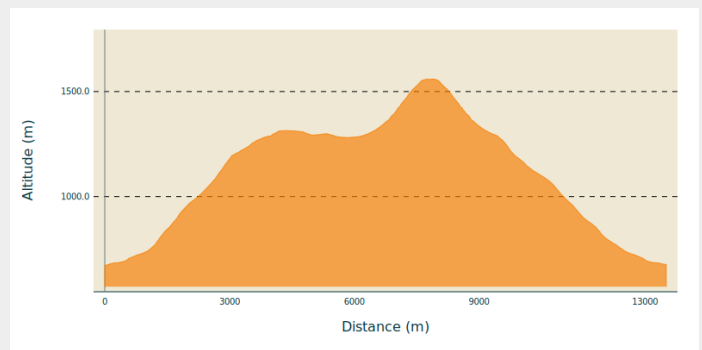
**Départ** : Parking Fontaine de Crastes  
Asté

**Arrivée** : Parking Fontaine de Crastes  
Asté

**Balisage** :  PR

**Communes** : 1. Asté  
2. Asque

## Profil altimétrique



Altitude min 671 m Altitude max 1559 m

### Coureur débutant :

. Allure : 8'30 à 10'30 min/km

. Temps : 2h30 à 2h50

### Coureur intermédiaire :

. Allure : 6' à 8'30 min/km

. Temps : 2h à 2h30

### Coureur expérimenté :

. Allure : 5' à 6' min/km

. Temps : 1h20 à 1h50

Au départ du parking de la fontaine de Crastes, prenez la direction de la fontaine.

1. Un panneau vous indique Teilhet, prendre à droite pour suivre ce chemin qui va monter en lacet à travers la forêt.
2. A ce croisement vous pouvez en variation prendre à droite pour atteindre le sommet du teilhet ou continuer tout droit pour aller directement en direction du vallon du Lhéris.
3. Prendre le chemin (souvent dur à voir) qui part vers la gauche (vers les cabanes)
4. Nouveau croisement, prenez vers la droite le chemin qui monte.
5. Continuez sur le chemin qui monte à gauche pour atteindre le bout du Casque du Lhéris.
6. Profitez de la vue avant de repartir en sens inverse.
7. Vous revenez au croisement, cette fois ci continuez tout droit. Vous allez redescendre à travers la forêt par un autre chemin.

# Sur votre route...



 Fontaine de Crastes (A)

# Toutes les informations pratiques

## **i** Itinéraire estival

Accessible hors période d'enneigement. La montagne vit et évolue : informez-vous et avancez prudemment.

## **!** Recommandations

Itinéraire enneigé en hiver, se renseigner auprès de l'Office du Tourisme pour la faisabilité.

## Comment venir ?

Accès routier


Asté, direction la fontaine de Crastes.

Parking conseillé

Parking de la fontaine de Crastes

## Accessibilité

---

 Chien autorisé en laisse

## **i** Lieux de renseignement

**Office de Tourisme Tourmalet - Pic du Midi Bagnères-de-Bigorre**  
3, allées Tournefort, 65200 BAGNERES-DE-BIGORRE

info@tourmaletpicdumidi.fr

Tel : 05 62 95 50 71

<https://www.tourmaletpicdumidi.fr/>



# Sur votre route...

---



## Fontaine de Crastes (A)

Fontaine réputée miraculeuse

..