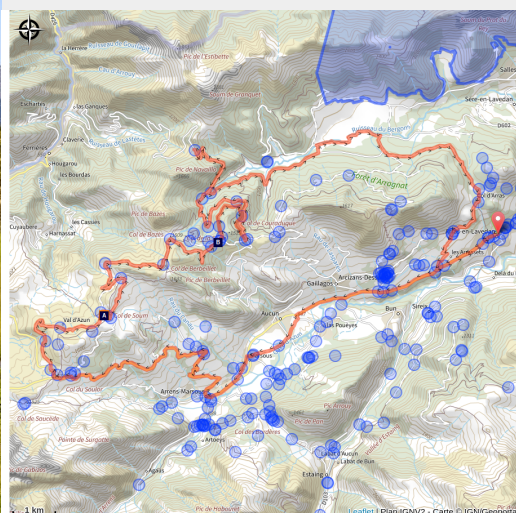


Les trois Cols

Vallée d'Argelès-Gazost / Hautacam



La zone humide du lac de Soum ((c) Mairie Arrens-Marsous)



Infos pratiques

Pratique : Gravel

Longueur : 51.5 km

Dénivelé positif : 1307 m

Difficulté : Difficile

Itinéraire

Départ : Arras en Lavedan

Arrivée : Arras en Lavedan

Communes : 1. Arras-en-Lavedan

2. Arcizans-Dessus

3. Gaillagos

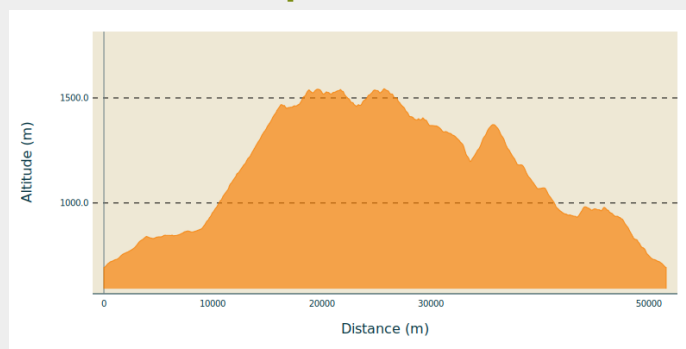
4. Aucun

5. Arrens-Marsous

6. Arbéost

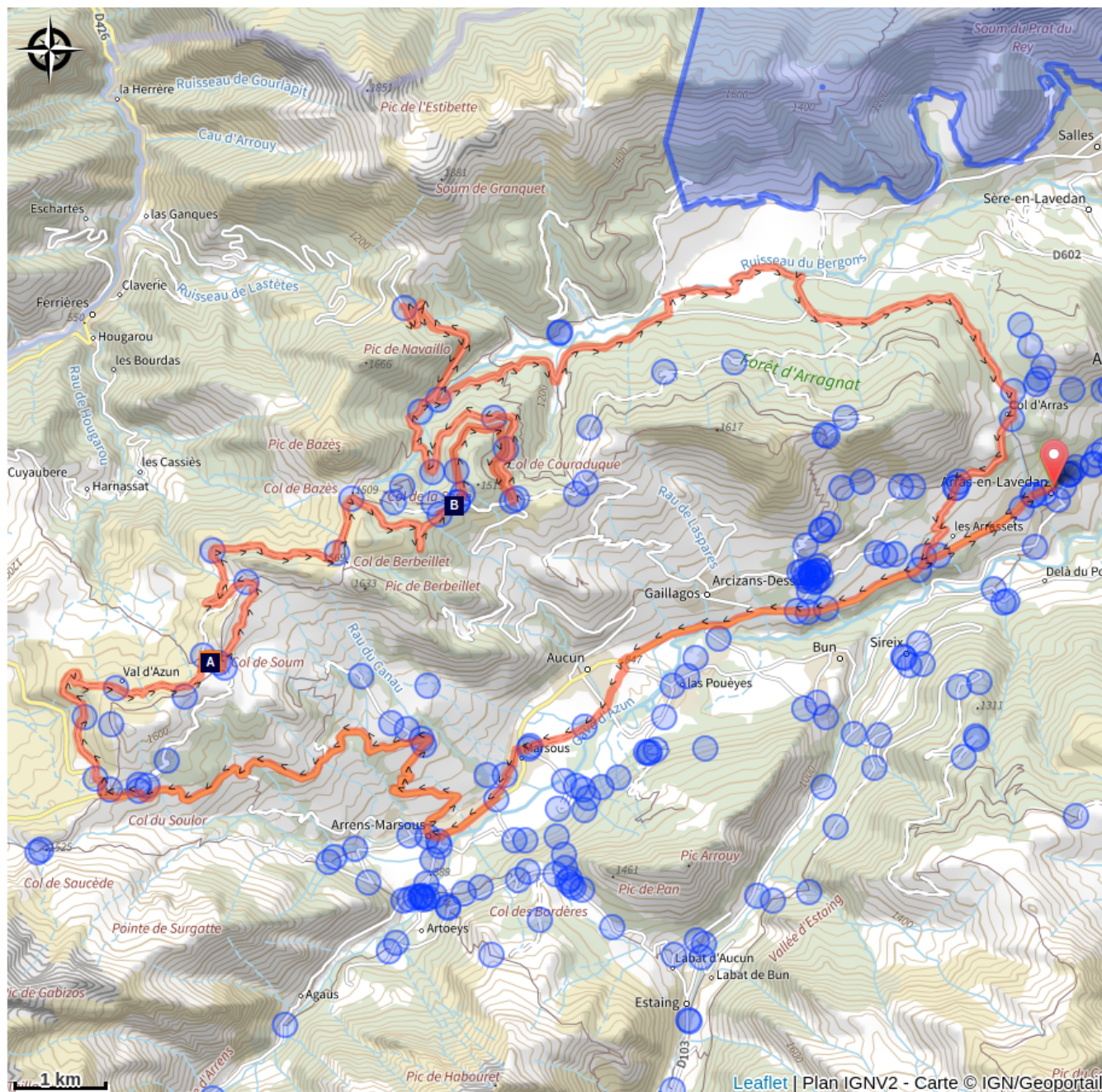
7. Ferrières

Profil altimétrique



Altitude min 692 m Altitude max 1544 m

Sur votre route...



La zone humide du lac de Soum (A)



Le sapin (B)

Toutes les informations pratiques

Sur votre route...



La zone humide du lac de Soum (A)

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 sphagnes.

- 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.

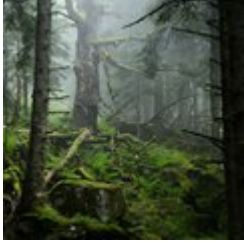
On peut y observer plusieurs espèces de la famille des odonates (libellules et demoiselles) dont le Leste fiancé, la Libellule à quatre tâches, l'Anax napolitain ou encore l'Agrion jouvancelle...

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 \(Association AREMIP\).](#)

Attribution : (c) Mairie Arrens-Marsous



✿ Le sapin (B)

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.

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