

Vallées de Cauterets et de Gavarnie

du dimanche 21 juillet 2024 au dimanche 28 juillet 2024

Organisateur : Isabelle Terrail	Niveau : Moyen+ ▲▲
Avec accord : Oui	Itinérant avec portage
Effectif maximum : 8	Refuge et gîte d'étape

Nous allons parcourir les 3 vallées sises à la porte de Cauterets, citées plus haut, puis par la montagne nous gagnerons la vallée de Gavarnie.



Niveau et esprit

Il s'agit ici de découvrir de nouveaux paysages ou de les revoir. Nous prendrons le temps de les admirer. Cependant, il faut connaître la montagne, savoir monter et descendre quelque soit le terrain, car celui-ci est généralement difficile dans les Pyrénées. Dans le cadre de l'accord, je chercherai à connaître vos capacités techniques et votre endurance. La montée se fera à 300 m à l'heure. La descente sera plus rapide, mais sans excès.

Participation aux frais

420 € (200 € le jour de validation des inscriptions et 220 € le 14 juin 2024).

Pour être inscrit dans cette sortie, outre votre bulletin d'inscription, vous devez absolument envoyer au club, ensemble, les 2 chèques, l'un de 200,00 € encaissé le jour de la validation, le deuxième de 220 € encaissé un mois avant le début de la randonnée. Si vous payez en ligne vous devez effectuer tous les paiements demandés sur le site au moment de votre demande d'inscription. Les paiements par CB seront prélevés aux mêmes dates que pour un paiement par chèque.

Incluant : les demi-pensions dans les refuges et les frais d'organisation.

N'incluant pas : le repas de midi pris en pique-nique, les en-cas et boissons, les transports pour venir jusqu'à Cauterets et pour repartir de Gavarnie.

Transport

Aller : Départ samedi 20 juillet à 21h42 (horaire décembre 2023) de Paris Austerlitz. Arrivée à 07h26 à Lourdes.

Puis, bus 965 Lourdes - Cauterets à 8h45 (gare SNCF), arrivée à 9h48 (gare routière).

Retour : Départ dimanche 28 décembre à 17h30 de Gavarnie, Office de Tourisme. Arrivée à Lourdes SNCF à 18h57.

Train de nuit pour Paris Austerlitz à Lourdes à 19h28. Arrivée à Paris à 7h03.

Hébergement et repas

Tous les hébergements seront des refuges où nous serons en demi-pension.

Il n'y aura pas de possibilité de ravitaillement hormis à Cauterets et à Gavarnie. Des pique-niques sont proposés dans les refuges.

Programme

1er jour, dimanche 21 juillet : Voyage jusqu'à Cauterets (TGV + bus) (905 m) et randonnée jusqu'au refuge-hôtel la Fruitière (1 375 m).

Train de nuit 20 juillet : 21h41 - 07h26 à Lourdes.

Bus Lourdes-Cauterets : Semaine : 8h23, 11h55, 15h10, 17h00 et 18h10 et dimanche 8h45, 12h45, 16h10 et 19h00.

Je vous attendrai à 9h45 à la gare routière de Cauterets le dimanche 21 juillet.

Il est possible d'arriver plus tôt à Cauterets. Il y a un gîte prêt à vous accueillir.

+490 m ; - 20 m ; 6 km ; 3h00.

Montée au refuge la Fruitière. Nuit au refuge en ½ pension. Pique-nique : 11 €

2ème jour, lundi 22 juillet : De la Fruitière (1375 m) au refuge d'Estom (1805 m)

+ 885 m ; - 455 m ; 8,5 km ; 4h30.



La verdoyante vallée du Lutour, et le gave que nous longerons pour aller jusqu'au refuge, est un lieu enchanteur et merveilleux. Aux premières heures de la journée, il n'est pas rare d'apercevoir la riche faune qui l'habite, dont les fameux isards des Pyrénées.

Le sentier est large, bien marqué et d'accès facile. Il serpente et monte régulièrement de plateau en plateau, tantôt à l'ombre des pins sylvestres tantôt à l'ombre des sapins, avec en bruit de fond, le son de l'eau du torrent et des cascades. Nous ferons un petit détour pour aller admirer le cirque de Culaus, en montant jusqu'au refuge Russel.

Nuit au refuge d'Estom en ½ pension. Pique-nique : 12 €.

3ème jour, mardi 23 juillet : Montée aux lacs d'Estibe Aute (2 340 m) et retour au refuge d'Estom (1 805 m).

+ 730 m ; -730 m ; 6 km ; 4h00.

Journée sac léger.



Le chemin est très raide et monte quasiment tout droit dans la pente, d'abord en suivant un petit ruisseau, puis à travers des prairies très fleuries. Les cairns sont nombreux et bien visibles.

En franchissant un dernier ressaut on rejoint le lac nord. Toute la zone est un vaste pierrier de gros blocs, le chemin n'est donc plus visible. Pour rejoindre le lac sud il faut naviguer à vue le long des rives, à travers les blocs. Les 2 lacs sont séparés par 2 « digues » naturelles, enserrant un petit laquet.

Le cirque est dominé par le pic d'Estibe Aute au sud (2 816m).

On redescendra à notre refuge par un autre sentier, qui offre une descente un peu moins raide que l'aura été la montée. On terminera en remontant sur 2 km la vallée suivie la veille.

4ème jour, mercredi 24 juillet : Montée au col d'Araillé (2 760 m) et aux lacs d'Araillé (2 435 m) et descente au refuge des Oulettes de Gaube (2 160 m)

+ 775 m ; - 420 m ; 7 km ; 4h30.

La montée est douce au départ sur un sentier à flanc de montagne. A 2 km du départ et à 2150 m, la pente s'accroît et le sentier monte en lacets, puis reprend sa traversée à flanc de montagne avec une pente plus raide qui débouche sur de nouveaux petits lacets serrés. Au-delà de ceux-ci, la montée continue dans un grand pierrier jusqu'au col d'Araillé (2 583 m). Nous pouvons apprécier une vue magnifique sur la vallée. Nous redescendons de l'autre côté du col pour atteindre les lacs d'Araillé, dans un premier temps, puis nous continuons notre descente dans la vallée de Gaube pour atteindre le refuge Oulettes de Gaube, situé au pied du Vignemale.

Nuit en ½ pension au refuge. Pique-nique : 11 €.



5ème jour, jeudi 25 juillet : Refuge des Oulettes de Gaube (2 160 m) au refuge du Clot (1 520 m).

+ 35 m ; - 675 m ; 9 km ; 3h00.

Étape de transition qui nous fait descendre la vallée de Gaube pour atteindre la vallée du Marcadau.

En descendant, nous rencontrons la cascade Darré Splumouse à 2 040 m. Nichée au cœur d'un paysage montagneux à couper le souffle, cette cascade offre un spectacle impressionnant où l'eau dévale les rochers avec une puissance majestueuse. Elle est haute de plusieurs dizaines de mètres.

A 1 949 m nous rencontrons la cascade d'Esplumouse et sa magnifique vue sur le lac de Gaube. En nous retournant, nous voyons une dernière fois le fond de la vallée, le Vignemale et son glacier ou ce qu'il en reste.

Nous arrivons enfin au lac de Gaube, magnifique lac, victime de son succès. Après une éventuelle baignade, nous terminerons notre descente vers la dernière cascade qui se trouve près du pont d'Espagne.

Nuit en ½ pension au refuge. Sans gluten + 5 €. Pique-nique : 11 € (2023).

6ème jour, vendredi 26 juillet : Refuge du Clot (1 520 m) au refuge des Oulettes (2 150 m)

+ 1 130 m ; - 500 m ; 15 km ; 7h00 - 7h30.

Profil : 1 522 m ; 2 528 m (col d'Aratille) ; 2 440 m ; 2 591 m (col des mulets) ; 2 150 m.



Nuit en ½ p au refuge des Oulettes de Gaube. Pique-nique : 11 €.

On remonte la belle vallée boisée du Marcadau jusqu'au confluent du gave des Batans. Ensuite le sentier devient plus difficile et est simplement cairné. La nature est splendide. Lac d'Aratille à 2 247 m. Le sentier qui monte au col éponyme devient nettement plus raide et serpente entre les blocs de rochers. Arrivés au col (2 528m), on bascule dans la vallée du rio Ara. On ne descend pas jusqu'au rio, mais on prend le sentier en balcon sous les aiguilles du Chabarro et on remonte vers le col des mulets (2 591 m). Nous sommes alors sur la frontière franco-espagnole et nous pouvons contempler les deux pays d'un seul coup d'œil. La descente vers le refuge des Oulettes est très raide, au milieu d'éboulis. La vue sur la face nord du Vignemale est splendide.

7ème jour, samedi 27 juillet : Refuge des Oulettes de Gaube (2 150 m) – Refuge de Baysselance (2 650 m) avec l'ascension facultative du petit Vignemale.

+800 m ; - 300 m ; 5,3 km ; 4h30.

Profil : 2 150 m ; 2 727 m ; 3 032 m ; 2 650 m.

Montée soutenue jusqu'à l'intersection du chemin du col d'Araillé, où nous étions il y a quelques jours. Nous continuons vers la Hourquette d'Ossoue (2 727 m) et longeons les lacs d'Araillé. A l'approche du col de nombreux éboulis sont à traverser avec des passages raides.

Au col, nous déposons nos sacs pour faire l'ascension du petit Vignemale (3 032 m). La montée est raide (305 m de dénivelée sur 700 m), mais sans difficultés particulières. Après la traversée d'un probable petit névé, la trace est moins visible dans un paysage rocailleux. Le sommet est petit, mais offre une magnifique point de vue sur le Vignemale (le grand !), la vallée de Gaube et le glacier d'Ossoue. La descente se fait par le même chemin. Au col, il reste 80 m à descendre pour atteindre le refuge de Baysselance.



Nuit en ½ p au refuge de Baysselance (2 650 m). Pique-nique : 11 €.

8ème jour, dimanche 28 juillet : Refuge de Baysselance (2 650 m) - Gavarnie (1 375 m) – Retour Paris

160 m ; - 1 435 m ; 16,5 km ; 6h00 - 6h30.

Notre journée est constituée d'une longue descente dans la vallée du ruisseau des Oulettes d'Ossoue, puis du gave d'Ossoue, qui nous amène au village de Gavarnie. Nous passerons devant les grottes Bellevue, puis la descente continue au milieu des marmottes jusqu'à une plaine traversée par des ruisseaux. On passe à la cabane de Lourdes, puis de celle de Sausse dessus, enfin on traverse des estives avant d'arriver à Gavarnie (1 360 m).

Fin de la sortie organisée. Je vous quitterai au bus de Gavarnie.

Proposition pour le retour :

Bus pour Lourdes à 17h30 à l'office de tourisme. Arrivée à Lourdes à 18h57.

Train de nuit : 19h28 – 7h03

Il est possible de rester dormir à Gavarnie : gîte (dans le village) et refuge (100 m au-dessus du village - nous passerons devant en descendant à Gavarnie) vous attendent. Il est nécessaire de réserver bien à l'avance, car Gavarnie est un haut lieu du tourisme de montagne.

Ce programme indicatif n'est pas contractuel. L'organisateur se réserve le droit de le modifier à tout moment, notamment en fonction des conditions du terrain, d'obstacles imprévus, des transports, du groupe, de la météo et pour toute raison de sécurité. Les participants doivent avoir le niveau physique et technique demandé ainsi que l'entraînement correspondant.

Équipement

Papiers

- Carte CAF, pièce d'identité,
- Carte bancaire si besoin ou espèces,
- Coordonnées téléphoniques de l'encadrant.

Marche et portage

- Chaussures de moyenne montagne avec une bonne accroche,
- Bâtons recommandés,
- Sac à dos de 30 à 40 litres,
- Gourde ou poche à eau à tuyau de 2 litres.

Alimentation

- pique-nique et eau pour la première journée, encas.
- Couteau pliant, gobelet, **boîte pour pique-nique**

Hygiène

- Effets de toilette, petite serviette.

Modalités sanitaires

Chacun devra être en mesure de s'aligner sur les règles sanitaires en vigueur au moment de la sortie.

Vêtements

- Chemisette ou tee-shirt,
- Pantalon ou short,
- Tenue de rechange,
- Chapeau ou casquette.

Pluie ou froid

- Polaire, coupe-vent imperméable et respirant,
- Vêtement de pluie,
- Surpantalon de pluie si besoin en fonction de la météo prévisible,
- Housse de pluie du sac à dos ,
- Bonnet, gants, chapeau de soleil.

Sécurité

- Petite pharmacie personnelle, pastilles pour purifier l'eau ou filtre à eau,
- Sifflet, couverture de survie,
- Téléphone mobile et chargeur,
- Crème et lunettes de soleil,
- Lampe frontale.

Nuitées

- Drap-sac,
- Bouchons d'oreille (selon le confort recherché),

En cas d'accident grave

Si un accident grave advient lors de la sortie, il est indispensable d'avertir au plus vite les dirigeants du Club. Leurs contacts sont disponibles avec le lien suivant : <https://www.clubalpin-idf.com/contacts-urgence>.

Inscription

Sauf mention contraire sur la page de la sortie, la demande d'inscription est possible dès maintenant en ligne ou auprès du secrétariat. Elle ne sera effective qu'après réception de vos règlements ou paiements en ligne. Vous devez impérativement effectuer tous les paiements demandés à l'inscription y compris les paiements différés.

Les places seront attribuées à partir du **jeudi 21 décembre 2023** selon les [règles de priorité](#) du club.

Vous pouvez vous faire remplacer ou annuler votre inscription à tout moment avant le début de la sortie, moyennant les frais spécifiés dans les [conditions d'annulation et de remboursement](#). À plus de 30 jours du départ, vous pouvez en outre souscrire une assurance annulation pour couvrir ces frais, à l'exclusion d'une franchise et du montant de cette assurance.