

Sommaire

Préface	3
Carte synoptique	6
Indications touristiques	8
Symboles	8
Traces GPS et coordonnées des points de départ	10
Le top des randonnées dans les Pyrénées centrales françaises ..	13
La randonnée dans les Pyrénées françaises	16
Sports nature dans les Pyrénées centrales	18
Informations et adresses	21
Val d'Azun	
1 3 h 00 Pic de Bazès, 1804 m	26
2 6 h 30 Lac de Pouey-Laün, 2346 m	28
3 4 h 30 Lac de Suyen, 1536 m, et Refuge de Larribet, 2060 m	30
4 4 h 30 Lac du Plaa de Prat, 1656 m	34
Cauterets	
5 3 h 15 « Chemin des cascades » dans le Val de Jéret	36
TOP 6 5 h 00 À travers la Vallée du Marcadau vers le Refuge Wallon	38
7 3 h 45 Lac d'Arratille, 2247 m	40
TOP 8 6 h 30 Pic de la Grande Fache, 3005 m	42
9 5 h 15 Le « Circuit des lacs » dans la Vallée du Marcadau	44
TOP 10 5 h 45 Lac de Gaube et Refuge des Oulettes de Gaube	48
11 3 h 45 Refuge et Lac d'Estom, 1804 m	52
Gavarnie – Luz	
TOP 12 3 h 30 Circuit à travers le Cirque de Gavarnie	54
13 2 h 15 Pic de la Pahule, 2292 m	58
TOP 14 4 h 30 Refuge de la Brèche de Roland, 2587 m	60
15 3 h 30 Brèche de Roland, 2807 m, et Taillon, 3144 m	62
16 3 h 40 Les lacs près du Col des Espézières, 2334 m	64
17 4 h 15 Cabane des Soldats, 1954 m	66
18 4 h 45 Col et Lac de la Bernatoire, 2336 m	68
TOP 19 7 h 30 Refuge de Bayssellance et Petit Vignemale	70
20 3 h 15 Plateau de Saugué, 1644 m	74
21 4 h 15 Lac de Cestrède, 1962 m, et Lac d'Antarrouyes, 2009 m	76
22 8 h 30 Refuge des Espuguettes, 2027 m, et Pimené, 2801 m	78
23 4 h 30 Cirque de Lis, 1596 m	82
24 2 h 15 Pic de Bergons, 2068 m	84
25 5 h 30 Col de Pierrefitte, 2466 m	86
26 6 h 30 Par le Cirque d'Estaubé vers la Hourquette d'Alans	88
27 4 h 45 Cirque de Troumouse, 2138 m	90

Vallée d'Aure et Néouvielle

28	6 h 30	Hourquette de Héas et Hourquette de Chermentas	92
TOP 29	7 h 15	Lacs de Barroude, 2355 m	96
TOP 30	6 h 45	Pic de Campbiell, 3173 m	98
31	2 h 15	Hourquette d'Aubert, 2498 m	100
32	7 h 30	Grand circuit dans la région du Néouvielle	102
33	3 h 00	Promenade autour du Lac de l'Oule, 1819 m	106
TOP 34	6 h 00	Lacs de Bastan, 2260 m	108
35	6 h 15	Col de Bastanet, 2507 m, et Pic de Bastan, 2715 m	110
36	5 h 15	Lac de Bareilles, 1765 m, et Mont Né, 2147 m	114

Bagnères-de-Luchon

37	5 h 30	Lac d'Oô, 1504 m, et Refuge d'Espingo, 1950 m	116
38	6 h 00	Pic de Céciré, 2403 m	118
39	2 h 30	Petit circuit dans la Vallée du Lis	120
40	6 h 00	Lac Vert, 2001 m	122
41	8 h 30	Grand circuit des lacs via le Refuge du Maupas, 2430 m ...	124
42	4 h 45	Cirque de la Glère, 1559 m	128
TOP 43	6 h 00	Refuge de Vénasque et Port de Vénasque	130
44	7 h 00	Grand circuit dans la montagne autour de l'Hospice de France.	132
45	6 h 45	Pic de Bacanère, 2193 m	136

Couserans

46	9 h 45	Grand circuit dans la « Réserve Naturelle du Mont Valier » ..	138
47	5 h 45	Randonnée de crête dans la Vallée du Biros	142
48	6 h 30	Port de Salau, 2087 m	144
TOP 49	7 h 00	Grand circuit à travers le Cirque de Cagateille	146
50	4 h 45	Cascade d'Ars, 1485 m	150
51	4 h 00	Circuit avant le Pic Rouge de Bassiès	152
52	6 h 15	Refuge de Bassiès, 1658 m	154
TOP 53	5 h 30	Pic des Trois Seigneurs, 2199 m	156
TOP 54	6 h 00	Port de Bouet, 2509 m	158
55	3 h 30	Chemin des Orris	161
56	5 h 00	Étangs du Picot, 2416 m	163
57	5 h 30	Pique d'Endron, 2472 m	166
58	6 h 15	Étang de Peyregrand, 1898 m	168

Index	170
Expressions régionales	174
Abréviations	174