

Néouvielle, de lacs en sommets



PRESENTATION

Randonnée itinérante en gîtes et refuges

7 jours, 6 nuits, 6 jours de marche

Une randonnée itinérante sportive et de haute-montagne, en plein cœur du massif du Néouvielle, avec chaque jour l'ascension d'un sommet -dont quelques 3000- comme pour mieux admirer les myriades de lacs qui les entourent.

Une extraordinaire itinérance sportive dans la majestueuse réserve du Néouvielle offrant chaque jour son lot de lacs, bien-sûr, mais aussi l'ascension d'un sommet pour mieux les contempler. Selon les conditions, nous pourrons gravir plusieurs "3000" dont le Pic d'Estaragne, le Turon de Néouvielle, et le mythique Pic du Néouvielle. D'autres sommets moins illustres, mais au panorama tout aussi saisissant, jaloneront le parcours. Une immersion totale se déroulant dans des vallons féériques et secrets, en haute-montagne, avec une logistique optimisée pour alléger votre sac. Grandiose !

Les points forts :

- Une découverte complète de la Réserve du Néouvielle,
- Les paysages grandioses,
- Une logistique optimisée pour marcher le sac léger,
- L'ascension de trois 3000, dont le Néouvielle.

PROGRAMME

Jour 1 : Lourdes - La Mongie - Campana

Rendez-vous en gare de Lourdes. Petit transfert à La Mongie. Montée dans le petit vallon du Pain de Sucre jusqu'à la Hourquette (col) Medette. La vue plongeante sur le lac de Gréziolles nous permet de deviner notre refuge en contemplant ce sauvage cirque granitique. Par quelques éboulis, descente vers le tout nouveau refuge de Campana de Cloutou (2225m), dominant fièrement le lac homonyme, isolé dans cette nature sauvage, avec pour compagnie quelques robustes pins à crochet. Nuit au refuge.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

Temps de marche : 4h. Dénivelé : + 650m / - 200m. Temps de transfert : 1h.

Jour 2 : Campana - Pic de Portarras - Oule

Montée au col du Bastanet (2507m). Du col, ascension par une large crête du Pic de Portarras (2697 m). Au premier plan la fière pyramide du Pic de Bastan laisse tout de même le massif et le Pic du Néouvielle dévoiler toute leur splendeur en arrière plan. De retour au col de Bastanet, traversée vers la Hourquette (col) de Caderolles (2495m) et descente vers le lac sauvage de Port-Bielh, dominé de longues crêtes granitiques. Traversée par quelques sentiers secrets vers les petits lacs de Bastanet, puis descente dans le vallon accueillant de Bastan, avec ses petits lacs perdus dans les pelouses, jalousement gardés par quelques pins à crochets. Les cimes alentours se reflètent dans leurs eaux émeraude. Puis nous longeons le lac de l'Oule pour gagner le confortable gîte-refuge qui le surplombe. Nuit à l'Oule, où nos bagages seront transportés.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

Temps de marche : 5 à 6h. Dénivelé : + 800m / - 1200m.

Jour 3 : Oule - Pic de Gourguet - Orédon

Mise en jambe par la sapinière de Bastanet. En sortant de la forêt, on découvre le premier étang, à demi comblé par les plantes aquatiques, puis le lac de Gourguet. Encore quelques efforts puis nous parvenons à un col anonyme (2465m). En fonction du temps disponible et des conditions, nous ferons peut-être l'ascension en aller-retour du Pic de Gourguet (2619m) pour découvrir le vallon d'Aygues-Cluses. Du col

anonyme, descente dans l'un des plus beaux bijoux du Néouvielle : le vallon d'Estibère et ses nombreux petits lacs, laquets, étangs et tourbières dissimulés dans les pelouses et les forêts de pins séculaires. Montée au col d'Estoudou, puis ascension du Soum de Montpelat (2474m), remarquable belvédère au centre du massif du Néouvielle. Tour d'horizon puis descente jusqu'au chalet-refuge d'Orédon, au bord du lac éponyme dans un paysage de carte postale. Installation pour 2 nuits à Orédon, où nos bagages seront transportés.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

Temps de marche : 5h30 à 6h30. Dénivelé : + 1000 ou 1150m / - 1000 ou 1150m.

Jour 4 : Orédon - Pic d'Estaragne - Orédon

Aujourd'hui, nous partons le sac léger. Petit transfert depuis l'hébergement pour débiter l'étape depuis le pont d'Estaragne. Nous remontons le vallon, d'abord par les pâturages, puis bientôt par les éboulis qui lui succèdent. La pente s'accroît progressivement, puis nous évoluons sur les éboulis croulants et ferrugineux. Ambiance haute-montagne garantie ! Nous gagnons alors le Pic d'Estaragne et ses 3006m d'altitude, offrant une vue immense : la crête frontière, le Pic de Campbiel tout proche, en arrière plan la face nord du Mont-Perdu (3355m), le Cylindre etc. Descente et retour à Orédon. Nuit à Orédon. En cas de neige dure et persistante, cette étape pourra être remplacée par une autre étape en boucle au départ d'Orédon.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

Temps de marche : 6h à 6h30. Dénivelé : + 1100m / - 1300m.

Jour 5 : Orédon - Pic du Néouvielle - La Glère

Un transfert matinal nous permet de regagner le lac d'Aubert, à partir duquel nous entamons l'ascension en remontant les pentes qui se font de plus en plus minérales. En début de saison, la neige peut être présente sur une partie du parcours ; sans poser de difficultés particulières, elle peut nécessiter de chausser les crampons. En appoint, un guide de haute-montagne nous accompagnera donc lors de cette journée, afin de nous aider également à franchir la petite difficulté située en fin de parcours : sans être impressionnante ni difficile, l'arrivée au sommet exige un tant soit peu d'attention et parfois de poser les mains. Au sommet du Néouvielle (3091m), découverte d'un panorama immense sur le massif constellé de lacs, mais aussi sur de nombreux sommets pyrénéens : Balaïtous, Vignemale, cirque de Gavarnie, Pic du Midi... Et 1000 mètres sous nos pieds, l'immense lac et barrage de Cap de Long aux eaux bleues

scintillantes. Descente par le même chemin jusqu'à 2800m d'altitude, puis nous bifurquons pour franchir la brèche de Chaussenque dominée par son gendarme de granit si caractéristique. Après ce passage raide nous rejoignons le lac Det Mail et enfin le refuge de La Glère.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

Temps de marche : 6h. Dénivelé : + 1000m / - 1000m.

Jour 6 : La Glère - Turon de Néouvielle - Lourdes

Nous partons le sac léger puisque nous repasserons au refuge après l'ascension qui nous attend. Montée face à la fière aiguille du Campanal de Larrens, vers les lacs Estelat. Le parcours s'engage dans une combe -la Coume Estrete- qui nous amène au col à 2767m. De là, nous gagnons une large croupe qui permet d'accéder sans difficultés au sommet du Turon de Néouvielle (3035 m) révélant un ultime et immense panorama. Le vallon du Pic Long (3192m, plus sommet des Pyrénées enièrement situé sur le versant français) se déroule sous nos pieds, avec au fond du vallon, les eaux émeraude du lac Tourrat. Au début du XX^e s., un glacier se jetait encore dans ses eaux... Retour vers le refuge de La Glère pour récupérer les éventuelles affaires laissées le matin et faire une bonne pause avant de poursuivre la descente vers la vallée. Nous quittons ces chapelets de lacs et ces cimes granitiques pour rejoindre la forêt et la civilisation, la tête pleine de paysages somptueux gagnés au prix d'un effort revigorant et bien- faisant. Transfert jusqu'à Lourdes, pour cette dernière soirée.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

Temps de marche : 6h. Dénivelé : + 900m / - 1500m. Temps de transfert : 45min.

Jour 7 :

Fin de séjour après le petit-déjeuner

COMPLEMENT DE PROGRAMME

Des éléments indépendants de notre volonté (météo, niveau du groupe, aléa logistique, divers...) peuvent amener notre équipe à modifier le programme. Nous demeurerons attentifs à votre satisfaction mais votre sécurité sera systématiquement privilégiée.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Rendez-vous à 9h00 devant la gare de Lourdes. Soyez habillés en tenue de randonnée, avec les chaussures de randonnée à portée de main et la gourde pleine.

Arrivée en avion

L'aéroport le plus proche est celui de Tarbes - Lourdes - Pyrénées. De l'aéroport, soit prendre au niveau «Arrivées» de l'aérogare, la ligne de bus n°2 «Maligne des Gaves» (dessert les villes et gares de Tarbes, Lourdes et les stations de montagne d'Argelès-Gazost, Luz Saint-Sauveur et Barèges).

<http://www.tlp.aeroport.fr/>

Soit prendre un taxi (entre 20 et 30€) jusqu'à la gare.

Possibilité également de venir via l'aéroport de Pau-Uzein. Une ligne de bus à 1 € relie l'aéroport à la gare de Pau : ligne "Proxilis 20", arrêt Idelis à droite en sortant de l'aérogare ; départs indicatifs de 7h40 à 19h45 toutes les heures (30 min. de trajet). <http://www.pau.aeroport.fr/>

Sinon taxi de l'aéroport à la gare de Pau, compter environ 20 €.

De là, train TER (35 min. de trajet) jusqu'à la gare de Lourdes.

Arrivée en train

TGV, train ou train de nuit pour Lourdes, depuis Paris via Bordeaux ou depuis Lyon via Toulouse. Tél SNCF: 36 35. <http://www.voyages-sncf.com/>

Arrivée en voiture

Lourdes est accessible de Bordeaux, Toulouse ou Hendaye par l'autoroute A64-Sortie n°12. Après la sortie d'autoroute, suivre la nationale N21 sur 15 kms environ, jusqu'à Lourdes. Accès également possible par routes nationales.

Parking

Parking, non gardé, situé en contrebas du rond-point situé devant la gare.

Parking, non gardé, à droite sur l'avenue St Joseph, environ 200m après avoir laissé la gare à main gauche.

Éventuellement parking possible aux hôtels indiqués pour une arrivée la veille (à convenir avec l'hôtelier et uniquement si vous y dormez).

COMPARATEUR/ACCES

Pour limiter vos frais de déplacements et d'émission de carbone, pensez au covoiturage en tant que chauffeur ou passager. Faites appel à : [Blablacar](#). C'est simple et pratique.

Nous vous conseillons enfin de comparer le coût et les horaires de différents modes d'accès au point de départ du circuit grâce au site [Comparabus](#). Contrairement à ce que son nom laisse penser, ce site, pour un même trajet, vous proposera diverses possibilités telles que avion, train, bus, ou covoiturage.

SI VOUS DESIREZ ARRIVER LA VEILLE OU RESTER APRES LE SEJOUR :

Adresse d'hébergement à proximité du point de rendez-vous :

- Hôtel** Lutetia (<http://www.lutetialourdes.fr/index.html>), 19 av. de la gare à Lourdes. Parking selon disponibilité. Tél : 05 62 94 22 85. Mail : info@lutetialourdes.fr
- Hôtel*** Beau Séjour (<http://www.hotel-beausejour.com/fr/index.php#index.php>), 16 av. de la gare à Lourdes. Parking gratuit sécurisé dans le parc de l'hôtel; sur demande (en supplément) possibilité de prise en charge à l'aéroport avec navette privée de l'hôtel. Tél : 05 62 94 38 18. Mail : reservation@hotel-beausejour.com

DISPERSION

Fin du séjour après le petit-déjeuner.

NIVEAU

4 chaussures

Entre 4 et 6h30 heures de marche par jour, sur des terrains qui peuvent être éprouvants. Dénivelés positifs de 650 à 1150m. Plusieurs passages assez techniques en hors-sentiers, sur éboulis et de gros blocs rocheux, parfois avec présence de neige. Bonne condition physique et habitude de la randonnée en haute-montagne indispensables pour ce séjour.

Pour l'ascension du Néouvielle, vous pourrez être amenés à devoir marcher en crampons et à être encordés sur un court passage sans qu'il n'y ait vraiment de grosse difficulté technique.

HEBERGEMENT

3 nuits en refuges de montagne confortable (dont 1 nuit au refuge de Campana, entièrement reconstruit tout récemment) en dortoirs, 2 nuits dans un gîte d'étape en dortoirs également, et 1 nuit en hôtel, en chambre double ou twin.

REPAS

Dîners montagnards adaptés à la randonnée, agrémentés de quelques spécialités locales et produits du terroir. Nous pique-niquerons le midi.

DÉPLACEMENTS

En fonction des effectifs, les transferts sont effectués en bus, minibus ou taxis.

PORTAGE DES BAGAGES

Vous ne porterez que vos affaires de la journée ; vos bagages seront transportés en véhicule par nos soins sauf aux hébergements du J1 et du J5, pour lesquels vous devrez prendre des affaires avec vous.

GROUPE

Départ garanti à partir de 5 personnes

Groupe limité environ à 12 personnes

ENCADREMENT

Par un accompagnateur en montagne diplômé d'état et spécialiste de la région. Un guide de haute-montagne viendra en appont le J4 pour l'ascension du Néouvielle.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

CONSEILS POUR LE CHOIX DE VOTRE ÉQUIPEMENT

Pour le haut du corps : quelle que soit la région ou la saison, le principe des 3 couches respirantes (Tee-shirts - pull ou veste chaude - surveste imperméable/coupe-vent) permet de répondre à la plupart des situations.

Opter pour des vêtements qui sèchent rapidement -fibres synthétiques- et proscrire le coton (séchage trop lent => inconfortable). La laine est une fibre naturelle qui possède aussi d'excellentes qualités et qui, grâce aux nouveaux procédés de fabrication, connaît un retour en force dans la confection des vêtements Outdoor.

Pensez à vous couvrir avant d'avoir froid, mais surtout à vous découvrir avant d'avoir trop chaud : la sueur est l'ennemi du randonneur -surtout en hiver- car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés. Proscrire les anoraks, qui peuvent transformer une agréable randonnée en véritable calvaire !

Pour le bas du corps : shorts et pantalons en toile solide, en matière synthétique, permettent aussi un séchage rapide et procurent donc plus de confort.

Apportez un soin particulier au choix des chaussettes : prenez des chaussettes de randonnée, renforcées (solidité) et à coutures plates (pour éviter les ampoules). En hiver, choisissez des chaussettes chaudes. Dans ce domaine aussi, proscrire le coton.

LES BAGAGES

Pour votre séjour, prévoyez :

- 1 sac de voyage par personne (ou valise à roulette). Ne prenez pas un bagage trop volumineux afin d'éviter des soucis d'encombrement du bus ou d'organisation logistique.

Sur les séjours itinérants ou semi-itinérants, limitez également le poids à 10-12 kgs, car l'accès malaisé à certains hébergements pourrait compromettre la livraison des bagages.

Évitez absolument d'y laisser des objets fragiles et/ou de valeur.

- 1 sac à dos de 35-40 litres environ, avec ceinture ventrale et un dos bien aéré pour votre confort

LES VETEMENTS

- 1 chapeau, ou casquette, ou foulard,
- 1 bonnet, ou bandeau en polaire et/ou un tour de cou,
- 1 paire de gants chauds,
- Des tee-shirts en matière respirante à manches courtes (1 tous les 2-3 jours) et 1 ou 2 à manches longues,
- 1 veste chaude type polaire (voire déperlante type "softshell") ou type "primaloft" (chaud et compressible),
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type "gore-tex" avec capuche,
- 1 pantalon de trekking solide et déperlant,
- 1 short ou short 3/4, confortable et solide,
- Des sous-vêtements,
- 1 maillot de bain et 1 serviette qui sèche rapidement (facultatif en vue d'éventuelles baignades),
- Ses chaussettes de randonnée (au moins 1 paire tous les 2 jours) à bouclettes, en synthétique et/ou en laine,
- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, à semelle type "Vibram". À éprouver impérativement avant votre séjour. Proscrire les chaussures à tige basse,
- 1 paire de guêtres (facultatif),
- Des vêtements et chaussures confortables pour le soir.

LE MATERIEL A EMPORTER

- 1 grand sac plastique à glisser dans votre sac à dos afin de protéger vos affaires des intempéries et/ou 1 sur-sac,
- 1 pochette étanche avec : votre contrat d'assistance, vos papiers d'identité, carte vitale et tout autre document mentionné dans la rubrique formalités,
- 1 parapluie solide et léger (facultatif mais très utile en cas de pluie),
- 1 paire de bâtons (facultatif),
- 1 paire de lunettes de soleil de bonne qualité (protection niveau 3) couvrant bien les côtés + crème solaire avec un bon indice de protection et écran labial (le tout systématiquement dans le sac à dos),
- 1 gourde isotherme ou aluminium de 1,5 litre mini ou gourde souple type Platypus (déconseillée en hiver) ou une simple bouteille en plastique,
- 1 petit thermos 50 cl (facultatif et surtout utile en hiver si vous souhaitez amener thé, café...),
- 1 gobelet plastique ou aluminium avec anse isolée,
- 1 couteau de poche pliant (type Opinel),
- Pour le pique-nique : couverts et 1 boîte plastique de 0,5 litre minimum type Tuperwear (impératif même s'il peut arriver qu'elle ne serve pas),

- Nécessaire de toilette et 1 serviette qui sèche rapidement (privilégiez l'indispensable, les petites contenances, du savon écologique...),
- Boules Quiès ou tampons Ear (contre les ronflements de voisinage ou autres nuisances sonores),
- 1 drap-sac dit aussi "sac à viande", pour nuit(s) en dortoir (gîte et/ou refuge),
- Des mouchoirs,
- 1 paire de chaussures légères type CROCS
- Du papier toilette,
- 1 briquet (attention à ne pas provoquer d'incendie ; à n'utiliser qu'en cas de nécessité et avec un maximum de précautions),
- 1 frontale ou lampe de poche + couverture de survie : à mettre systématiquement dans le sac à dos, un retard imprévu suite à un incident peut subvenir même au cours d'une randonnée facile,
- Des lunettes de rechange (si vous portez des lunettes de vue),
- Appareil photo, jumelles, matériel de peinture... (facultatif).

LA PHARMACIE

Prévenez le guide de toute maladie, traitement ou autre allergie qui pourraient compliquer une prise en charge médicale en cas d'incident, ou tout malaise éventuel qui pourrait vous arriver en cours de randonnée

- Vos médicaments habituels,
- Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence,
- Médicaments contre les troubles digestifs,
- Pastilles contre le mal de gorge,
- Bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 5 ou 8 cm de large x 2,5 m.,
- Pansements type Steri-Strip,
- Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes,
- Double peau (type Compeed ou SOS ampoules),
- Pince à épiler,
- Petits ciseaux,
- Vitamine C,
- Pince à échardes,
- Gel désinfectant utile pour se laver/désinfecter les mains (type "Stérilium gel").

MATERIEL FOURNI

En cas de nécessité pour l'ascension du Néouvielle, crampons, piolet et matériel d'encordement seront fournis

FORMALITÉS

Carte d'identité ou passeport en cours de validité. N'oubliez pas dans votre sac à dos le contrat d'assistance-rapatriement.

AUTRES PRÉCISIONS

N'oubliez ni votre bonne humeur, ni votre curiosité !

PENSEZ-Y

Idées sympas :

N'hésitez pas à amener une spécialité de votre région pour la partager avec le groupe.

Au début du séjour, vous pouvez confectionner une caisse commune qui servira aux pots et achats de groupe.

DATES ET PRIX

LE PRIX COMPREND

- L'accompagnateur en montagne,
- L'hébergement en pension complète du J1 au J7,
- Les transferts durant le séjour.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- les boissons en dehors des repas,
- Les assurances.

POUR EN SAVOIR PLUS

DESCRIPTION

INFOS REGION :

La Réserve Naturelle du Néouvielle, créée en 1968 sur une enclave de la commune de Vielle Aure dans les Hautes Pyrénées, s'étend sur 2300 ha. Sur sa partie occidentale, elle jouxte le Parc National des Pyrénées, formant une extension de ce dernier.

Le massif du Néouvielle est un secteur lumineux, qui jouit d'un micro-climat relativement ensoleillé. Néanmoins, étant donné son altitude, il ne faut pas négliger l'équipement à emporter dans son sac, car un orage violent ou une brusque chute des températures, même en plein été, peuvent toujours survenir. Montagne granitique, le Néouvielle culmine à 3091 m. Son glacier a maintenant disparu, et il ne subsiste plus durant l'été, que quelques neiges éternelles qui se mirent dans les eaux émeraudes ou turquoises de ses innombrables lacs.

C'est un lieu particulièrement agréable pour la randonnée, qui permet de découvrir des vallons uniques, comme celui d'Estibère qui est d'une richesse naturelle exceptionnelle; la réserve naturelle compte pas moins de 1000 espèces de plantes, dont une quinzaine protégées au plan national, autant d'invertébrés, et une centaine de vertébrés...

Les paysages caractéristiques se composent de lacs, parfois entourés de pins à crochets, avec des sommets enneigés en arrière plan, mais aussi de pelouses, landes et éboulis. À chaque instant, c'est un nouvel émerveillement qui saisit le randonneur.

Une semaine de randonnée dans ce site bucolique et magique laisse des souvenirs inoubliables.

LES PARCS NATURELS EN FRANCE ET ESPAGNE

Parc National, Parc Naturel Régional, Espace Naturel Sensible, Reserva Natural ...

Vous êtes sur le point de fouler l'un des espaces naturels protégés des Pyrénées. Mais savez-vous ce que cela signifie ?

De la prise de conscience de la perte alarmante du patrimoine naturel et de la biodiversité sont nées des résolutions au niveau des gouvernements visant à permettre à certains espaces naturels d'être préservés. C'est ainsi que sont apparus, partout dans le monde des Espaces Naturels Protégés.

L'UICN (Union Internationale pour la Conservation de la Nature) définit un espace naturel protégé comme « un espace géographique clairement défini, reconnu, consacré et géré, par tout moyen efficace, juridique ou autre, afin d'assurer à long terme la conservation de la nature ainsi que les services écosystémiques et les valeurs culturelles qui lui sont associées. »

En France comme en Espagne, on dénombre plusieurs déclinaisons d'espaces naturels protégés, mais leur raison d'être fondamentale correspond toujours à la préservation des caractéristiques écologiques du site.

Au sein de la chaîne pyrénéenne, on dénombre pas moins de 18 parcs d'importances régionales et

nationales, qui s'ajoutent aux autres types d'espaces protégés, de taille plus réduite (Réserve de Biosphère, Arrêté de Biotope, ...). Leur statut, lié aux enjeux écologiques dont ils sont le théâtre, fait de ces espaces des lieux de prédilection pour des séjours de découverte du milieu naturel.

Parcs d'importance Nationale : 6-Ordesa y Monte Perdido. 8-Aigüestortes y Estany de Sant Maurici. 12-L'Albera. 16-Parc des Pyrénées.

Parcs d'importance Régionale : 1-Aiako Harria. 2-Aralar. 3-Urban Andias. 4-Valles Occidentales. 5-Sierra y Cañones de Guara. 7-Posets-Maladeta. 9-Alt Pireneu. 10-Cadí-Moixeró. 11-Zona Volcanica de Garrotxa. 13-Cap de Creus. 14-Vall de Sorteny. 15-Vall del Madriu-Perafita-Claror. 17-Pyrénées Ariégeoises. 18-Pyrénées Catalanes.

Il apparaît donc qu'un comportement adapté au milieu sensible se doit d'être observé afin de préserver le site. Ainsi, aux recommandations de respect valables en tout type de milieu s'ajoute une attention accrue concernant celui des formes de vie rencontrées et des cours d'eau :

- Un comportement calme est à observer afin de limiter le dérangement envers la faune présente. Une attitude menaçante envers tout animal est bien entendu à proscrire, et il en est de même concernant la cueillette de toute espèce végétale. Nombre d'entre elles sont par ailleurs protégées internationalement du fait de leur rareté ou de leur statut d'espèce menacée. Respectons-les !
- Les cours d'eau sont également d'une grande fragilité : de leur qualité dépend la vie qui les entoure. Pensez à utiliser des produits (anti-moustique, cosmétiques, savons, ...) respectueux de l'environnement : après usage, leur vie se termine toujours dans les cours d'eau.

En résumé, dans un espace protégé, comme partout ailleurs : « seule l'empreinte de nos pas doit rester derrière nous ».

Pour en savoir plus sur les Espaces Naturels Protégés de France, leurs déclinaisons, et le règlement propre à chacun d'eux, consultez le site de l'INPN, l'Inventaire National du Patrimoine Naturel :

<https://inpn.mnhn.fr>

Plus d'informations sur les Espaces Naturels Protégés d'Espagne : <http://www.spain.info/>

CARTOGRAPHIE

- Carte au 1/25000ème. IGN Top 25, 1748 ET
- Carte au 1/50000ème. Bigorre, Parc National des Pyrénées (N4). Rando éditions.

BIBLIOGRAPHIE

- « Pyrénées Magazine » n°11. Ed. Milan Presse.

SUR LE WEB

- <http://www.reserves-naturelles.org>