

Vallée d'Ossau

NIV
4

GR®108

De Gabas au col du Somport par le col des Moines



Étape emblématique du chemin d'Ossau, la liaison entre France et Espagne est ponctuée par le franchissement du col des Moines. Pas de réelle difficulté si la météo est clémente, juste une longue ascension que l'on entamera de bonne heure. Surtout le plaisir de randonner dans des paysages marqués du sceau du pastoralisme vivant, le tout sous l'autorité du majestueux pic du Midi d'Ossau.

D **Etape 1 : Plateau de Bious.** Depuis la chapelle de Gabas, traverser le hameau par la D934. Après le pont sur le gave de Bious (panneau de sortie de Gabas), des deux sentiers qui se présentent, prendre le sentier le plus à droite (fléché GR®108 et «Bious-Artigues»). Il grimpe quelques minutes dans les cailloux puis rejoint plus haut la route du barrage de Bious-Artigues, à suivre vers la droite sur 3km, dans la forêt. En sortie de bois, la route découvre le plateau de Bious-Oumettes (1302m). Faire encore quelques pas sur le bitume puis, dans un virage à droite, choisir en face le sentier qui coupe un lacet par une diagonale ascendante vers la droite. En retrouvant le bitume plus haut, longer ce dernier vers la gauche pour rallier la rive est du lac de Bious-Artigues (4,3km / 1h30 / (708435 – 4749400). Avancer au-delà de la barrière sur le bon chemin en bordure du lac. Quittant le lac par le sud, garder le chemin en face, pour monter dans la forêt sur la piste bétonnée. Elle change de rive au pont d'Ayous puis grimpe sèchement jusqu'à une intersection de sentiers à l'entrée du Plateau de Bious.

D **Etape 2 : Lac Castérau.** Laisser à droite le sentier des lacs d'Ayous pour suivre à gauche le large chemin horizontal (panneau GR®108) qui passe un pont puis traverse le plateau pastoral de Bious. En entrant dans

le Parc National, le balisage devient plus léger. Côté opposé du plateau la piste monte sur une croupe herbeuse ; laisser le premier sentier à gauche (vers le col de Peyreget). 200m plus loin, à la traversée d'un ruisseau, laisser la piste pour le sentier dans l'herbe à main gauche (fléché «vente de fromage»). Il décrit un lacet parmi les pins à crochets puis monte à la base de falaises calcaires. Au parc à bétail de la cabane de Cap de Pount (vente de fromage), descendre légèrement à droite vers un plateau, puis longer le côté gauche du torrent par un sentier. Emprunter une passerelle sur le gave de Bious (8,7km / 2h45) et monter sur la rive opposée par deux grands lacets dans l'herbe. Retrouver la piste pastorale, à suivre à gauche sur 30m puis, dès la première cabane de la Hosse (1710m - point d'eau à la cabane inférieure), poursuivre sur le sentier fléché à droite. Il gagne de l'altitude au-dessus de la cabane (belle vue sur le pic du Midi d'Ossau), bientôt de manière assez abrupte dans des affleurements rocheux, sous l'autorité des falaises du pic Castérau. Dans la partie haute, un ultime écart sur la gauche vous rapproche d'un promontoire herbeux dominant le lac Castérau (1943m). Le sentier longe le lac par la gauche ; côté ouest du plan d'eau, après une ruine et un enclos, la trace frôle un rocher cubique, puis parvient à une double intersection de sentiers en Y (11km / 4h00) dotée d'un gros bloc central (1990m).

D Etape 3 : Col des Moines. Emprunter les deux fois le sentier de gauche (accès au refuge d'Ayous à droite). Le sentier garde la même direction générale (sud-ouest) pour gravir un ressaut, puis traverser en balcon au-dessus de la mare du Plaà de las Baques. Au passage d'un faux col, il ne reste qu'une traversée horizontale pour atteindre le col des Moines (12,4km /4h30), col frontière à 2168 m (borne en pierre).

D Etape 4 : Col du Somport. Basculer sur le versant espagnol par le bon sentier qui longe la rive droite d'un ruisseau encaissé. Le traverser en partie basse de la ravine (vers 2120m), pour effectuer le tour complet du lac del Escalar par la gauche. Côté opposé, descendre, rive gauche du déversoir du lac, un ressaut rocheux assez raide. La pente s'atténue ; dévaler les pentes d'herbe toujours sur le sentier situé côté gauche du torrent. Parvenus à un captage d'eau (1880m), emprunter sa piste d'accès vers la gauche, puis une trace qui coupe les lacets, jusqu'à atteindre les bâtiments de la station de ski d'Astún. Passer sur les terrasses sud et descendre les escaliers pour traverser un grand parking. Au bout (télésiège), descendre une piste empierrée le long d'un tapis roulant. En bas, prolonger vers un bâtiment en pierres rouges, où l'on cherche un passage à gué pour traverser le río Aragón. Une fois sur sa rive droite,

remonter légèrement hors sentier, d'une terrasse herbeuse à l'autre, vers la route d'accès à la station (viser un panneau bleu). Longer la route vers la gauche (large bas-côté) jusqu'au Col du Somport.

Textes et descriptif : ADT64



D Gabas

GPS WGS 84 UTM 30T
709987 E - 4751881 N



6h



17,2km



1280m



**Balises
blanc et rouge**

★ À ne pas manquer

- **Lac Castérau.** Les lacs de montagne sont appréciés pour l'effet de surprise à leur découverte et le sentiment de quiétude qu'ils dégagent. Sur le promontoire voisin du plan d'eau, on peut apprécier (par temps clair) un point de vue remarquable sur l'imposant pic du Midi d'Ossau, sommet d'origine volcanique devenu l'emblème de la vallée ; l'une des cimes les plus marquantes de toute la chaîne pyrénéenne.
- **Cabanes pastorales de la Hosse.** Comme à Cap de Pount (cabane précédente), les cabanes de la Hosse accueillent bergers et troupeaux de brebis à la belle saison. La vocation pastorale de la vallée est toute dédiée à la confection d'un excellent fromage. Cela impose une présence journalière de l'éleveur, une traite matin et soir, et un savoir-faire ancestral de fabrication du fromage. À goûter absolument.
- **Plateau de Bious.** Laissant définitivement la forêt derrière lui, l'itinéraire découvre ici le plateau pastoral de Bious, très apprécié par les troupeaux. Ce grand replat marque aussi l'entrée dans la Zone cœur du Parc National des Pyrénées, où les missions de protection et de suivi du milieu naturel imposent des règles plus strictes (voir panneaux d'informations). Le balisage sera par conséquent plus discret à partir d'ici.



Programme réalisé par :

Communauté de Communes de la Vallée d'Ossau - 1 avenue des Pyrénées - 64 260 Arudy - 05 59 05 66 77
www.cc-ossau.fr

Renseignements complémentaires auprès de :

l'Office de Tourisme de la Vallée d'Ossau Pyrénées - Bureau principal de Laruns - 05 59 05 31 41
www.valleedossau.com

Toute l'offre des sports de nature sur l'application mobile **Vallée d'Ossau Pyrénées...**
et sur le site **terredaventures.valleedossau.com**

NIV
4

GR®108

De Gabas au col du Somport par le col des Moines

Extrait de Carte 1 : 25 000 Institut géographique National



Programme réalisé par :

Communauté de Communes de la Vallée d'Ossau - 1 avenue des Pyrénées - 64 260 Arudy - 05 59 05 66 77
www.cc-ossau.fr

Renseignements complémentaires auprès de :

l'Office de Tourisme de la Vallée d'Ossau Pyrénées - Bureau principal de Laruns - 05 59 05 31 41
www.valleedossau.com

Toute l'offre des sports de nature sur l'application mobile Vallée d'Ossau Pyrénées...
 et sur le site terredaventures.valleedossau.com

Bien choisir votre randonnée

Pour chaque itinéraire, vous trouverez des informations techniques et pratiques pour vous permettre de choisir votre randonnée :

Les niveaux de difficulté.

Les randonnées sont classées par ordre de difficulté défini par un code couleur suivant les recommandations de la Fédération Française de Randonnée Pédestre :

- NIV 1** Très facile, moins de 2h de marche. Idéale à faire en famille, sur des chemins bien tracés.
- NIV 2** Facile, moins de 3h de marche. Peut être faite en famille, sur des chemins avec quelquefois des passages moins faciles.
- NIV 3** Difficile, moins de 4h de marche. Pour randonneur habitué à la marche, avec quelquefois des endroits assez sportifs ou des dénivelés.
- NIV 4** Très difficile, plus de 4h de marche. Pour randonneur expérimenté et sportif. L'itinéraire peut-être long et technique (dénivelé, passages délicats).

Le balisage

Direction	Sentier de pays et PR®	GRP®	GR®
Bonne direction			
Tourner à gauche			
Tourner à droite			
Mauvaise direction			



GR®, GRP® et PR® sont des marques déposées par la Fédération Française de Randonnée Pédestre. Certains itinéraires ont été sélectionnés par la Fédération française de randonnée pédestre en fonction de critères de qualité. Ils sont labellisés PR®.

Les coordonnées GPS.

D GPS 30T 710703O - 4776694N

Pour chaque point de référence du circuit, vous trouverez des coordonnées GPS. Le système géodésique retenu compatible avec les GPS est le WGS84, la projection est en UTM et la zone 30T pour le Sud-Ouest de la France. Les valeurs du point en longitude et latitude sont données en mètre suivi de O pour Ouest ou E pour Est et N pour Nord. Téléchargez les tracés GPS des circuits sur : www.rando64.fr



Durée, donnée en heure. Cette valeur estimée tient compte de la longueur de la randonnée, du dénivelé et des éventuelles difficultés et est exprimée sans les arrêts.



Dénivelé, exprimé en mètre. Pour chaque circuit, la valeur correspond au cumul des montées.



Distance, la valeur exprimée en kilomètre correspond à longueur totale de l'itinéraire.

Recommandations

Météo 08 99 71 02 64 - **Appel d'urgence européen** 112

Parcourir les chemins du Béarn et du Pays Basque nécessite d'être vigilant et d'adopter un comportement respectueux, envers la nature, les hommes et les femmes qui font vivre ce territoire. Voici quelques conseils pour bien randonner.

Préservez-vous

- Ne partez pas sans le matériel nécessaire. (chaussures et vêtements adaptés, gourde, casquette, crème solaire...).
- Sur les zones pastorales gardez vos distances avec les troupeaux et les chiens.
- Evitez de partir seul, avant de partir informez un tiers de votre itinéraire.
- Ne buvez pas l'eau des ruisseaux.

- Renseignez-vous sur la météo.
- Ne surestimez pas vos capacités.

Préservez la nature

- Munissez-vous d'un sac pour emporter vos déchets.
- Respectez la faune et la flore.
- Suivez les sentiers balisés.

Respectez les activités et les hommes

- Pensez à refermer les barrières.
- Évitez de partir en randonnée avec votre chien ou tenez-le en laisse.
- N'allumez pas de feux.
- Respectez les propriétés privées traversées par les itinéraires.

Votre avis sur nos sentiers

Les itinéraires que nous vous proposons ont fait l'objet de la plus grande attention. Vos impressions et observations sur l'état de nos chemins, nous intéressent et nous permettent de les maintenir en état. Nous vous invitons à faire part de vos remarques par le biais du dispositif Suricate (<http://sentinelles.fr>).