

Casque de Lhéris Alt.: 1595 m



Intérêt de l'itinéraire :

L'ascension de ce sommet est une randonnée appréciée en vallée du Haut Adour. Le Casque de Lhéris domine en effet toutes les Baronnies et offre une très belle vue sur le versant nord du massif de la Bouche. Ce massif calcaire est encore sauvage, vous y trouverez des fleurs endémiques des Pyrénées comme le chardon bleu, et peut-être aurez-vous aussi la chance de voir passer dans le ciel un couple de gypaètes. L'itinéraire décrit ici est le plus facile, mais on peut également gagner le sommet par le vallon de Craste, le courtaou du Teilhet ou les cabanes d'Ordincède.

Si vous possédez des jumelles, prenez-les, le Casque du Lhéris est un endroit privilégié pour observer les rapaces.

Remarque : à la sortie de la forêt (cf. point 5) on peut rester sur le plateau, sans aller jusqu'au sommet, et passer au pied des grandes falaises pour gagner le col du Lhéris qui offre une vue splendide. La difficulté de la randonnée est alors moindre, et celle-ci peut être effectuée en 4 heures aller-retour.

Itinéraire :

Du centre ville de Bagnères, prendre la direction de Toulouse. Au feu, après la piscine, prendre à droite la D84 vers le col des Palomères. Continuer tout droit jusqu'au col. Se garer soit au col pour prendre la piste à pied qui monte sur la droite (ce qui rajoute 150 mètres de dénivelé et 3/4 d'heure de marche environ), soit emprunter cette piste en voiture jusqu'à la cabane de chasseurs des Bernadaus.

1 Des Bernadaus, laisser la piste qui part à flanc à gauche, ainsi que celle de droite qui descend en

direction d'Asté. Monter tout droit sur un chemin semi-carrossable. La pente est d'abord faible, puis s'accroît. On quitte l'estive* pour entrer dans la forêt.

2 La piste zigzague dans la forêt, puis devient rectiligne sur un terrain plat. On arrive alors dans une clairière que l'on traverse.

3 En sortant de la clairière, le chemin descend sur quelques mètres, puis remonte en pente douce à travers les bois. Peut-être aurez-vous la chance d'y rencontrer du lys Martagon, superbe fleur de sous-bois assez rare. Rester sur ce chemin jusqu'à la sortie de la forêt.

4 À la lisière, on rejoint le sentier qui descend vers la fontaine de Craste. Le laisser pour continuer tout droit : le sentier reste en lisière, on domine ainsi le ruisseau du Lhéris.

5 À environ 300 mètres après avoir laissé le sentier de Craste, remonter à gauche la pente herbeuse en direction de la crête boisée qui surplombe. On aperçoit alors le sommet et ses belles falaises calcaires. Suivre les cairns* et le balisage jaune. Longer la forêt vers la droite, puis remonter une nouvelle pente herbeuse.

6 On atteint rapidement le sommet où la vue sur les Baronnies est superbe (lieu du tournage du film « Le Pacte des Loups »). On appréciera également le panorama sur la plaine au loin, sur le massif du Bassia, et sur les falaises des faces sud et sud-ouest dans lesquelles nichent de nombreux rapaces : à la belle saison vous pourrez apercevoir des vautours fauves.

Retour par le même itinéraire.

EN RÉSUMÉ : • Durée moyenne de la randonnée : 5 h aller-retour jusqu'au sommet
4 h aller-retour jusqu'au plateau

- Difficulté : randonnée jusqu'au sommet
balade jusqu'au plateau
- Dénivelé : 650 m
- Altitude : 1595 m



Pour vous accompagner dans vos balades et randonnées,
Les Guides Goursau vous proposent de télécharger l'application :

Pyrénées sommets



Télécharger dans
l'App Store



ANDROID APP ON
Google play

PICS, COLS, LACS, REFUGES, VILLAGES, CHAPELLES, ATTRACTIONS, ETC.



De la Méditerranée à l'Atlantique, plus de 4000 sommets pyrénéens en France et en Espagne affichés en réalité augmentée. Fonctionne même sans couverture réseau grâce au GPS.

Conseils pratiques

Avant de partir en randonnée, même pour une simple balade, il faut impérativement tenir compte de certaines réglementations et recommandations :

- Avant de vous engager sur la randonnée, prévoyez un petit sac à dos et une gourde remplie d'eau. Il est fortement conseillé de porter des chaussures de randonnée légères ou de montagne montantes (la plupart des accidents sont des entorses), un vêtement de pluie (même si le ciel paraît clair, le temps peut changer très vite), des lunettes de soleil, de la crème solaire et un couvre-chef (chapeau ou casquette) pour éviter les risques d'insolation.
- Adaptez votre circuit en fonction de vos possibilités et de votre forme physique et en groupe tenez compte des capacités des plus faibles.
- Les chiens ne sont tolérés sur certains circuits que s'ils sont tenus en laisse. Dans ces zones pastorales veillez à les tenir éloignés des troupeaux.
- Si vous partez seul en montagne pensez à prévenir quelqu'un du lieu et de la durée de votre randonnée.
- Préservez la nature, prenez un petit sac pour rapporter vos débris.
- Pensez à faire des courtes pauses et profitez-en pour boire régulièrement et éventuellement pour vous alimenter.
- Respectez les cabanes de bergers, même si elles sont pour certaines en partie détruites. Ne laissez pas

de débris à l'intérieur et refermez bien les portes.

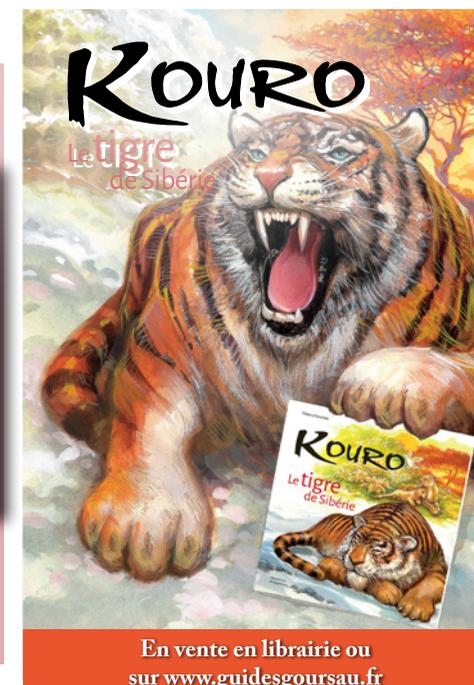
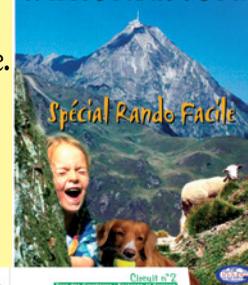
- Si vous ouvrez une barrière, pensez à la refermer derrière vous.
- Consultez avant de partir la météo. Le brouillard peut vous faire perdre et l'orage vous faire paniquer. Si vous êtes pris par un orage, protégez-vous en vous plaçant en contrebas d'un point plus haut que vous, restez accroupis ou en boule en mettant le sac sous vos pieds pour vous isoler du sol (météo : **08.92.68.02.09**).
- N'allumez pas de feux, c'est interdit, et ne jetez pas vos mégots de cigarettes.
- Pour votre sécurité nous vous conseillons de vous procurer une carte IGN Top 25 correspondant à votre randonnée, ainsi qu'une boussole et tenez compte du balisage et de la signalisation s'ils existent.
- Ayez vos jumelles. Si vous êtes chanceux vous pourrez apercevoir des isards, grands seigneurs de nos montagnes, mais surtout surprendre des marmottes avant que leurs sifflements ne déclenchent l'alerte de repli dans leurs terriers.

La pratique du sentier pédestre proposé dans cette fiche rando reste sous votre entière responsabilité et en aucun cas l'auteur et l'éditeur ne pourront être tenus pour responsables des accidents qui résulteraient de l'utilisation de cette fiche.

EN VENTE
sur www.guidesgoursau.fr

10 balades
et randonnées
autour de Ba-
gnères-de-Bigorre.
Un choix des
plus beaux sites
à découvrir
en famille
ou entre amis.

Summe des guides de la Haute-Bigorre
BAGNÈRES-DE-BIGORRE
VALLÉE DU HAUT-ADOUR



En vente en librairie ou
sur www.guidesgoursau.fr



LES GUIDES GOURSAU
www.guidesgoursau.fr