

LISTO ET LE PLAA D'AUZU

Une randonnée en « soulane », donc exposée au soleil pendant la majeure partie de la journée. Soyez prévoyants les jours de fortes chaleurs.

Malgré un dénivelé relativement important, cet itinéraire ne présente pas de difficulté. Vous évoluerez sur une piste, de Louvie-Soubiron jusqu'au pied du pic de Listo en surplombant le ruisseau du Canceigt. De plus, vous bénéficierez d'un magnifique panorama sur le massif de Gourette ainsi que sur les sommets de la vallée d'Ossau.



CARACTÉRISTIQUES de l'ITINÉRAIRE

DURÉE : 6h **DÉNIVELÉ :** 890m **NIVEAU :** difficile **CARTE IGN :** Laruns-Gourette Top 25 1546 ET

■ Accès

Juste avant le village de Laruns, empruntez sur votre gauche la D 240. Après avoir traversé un pont, continuez tout de suite à gauche puis sur la droite en direction de Louvie-Soubiron. Garez-vous à l'entrée du village, près de l'église.

■ Itinéraire

Montez en direction du village puis continuez à gauche, au panneau indiquant « Listo ». À l'abreuveur,

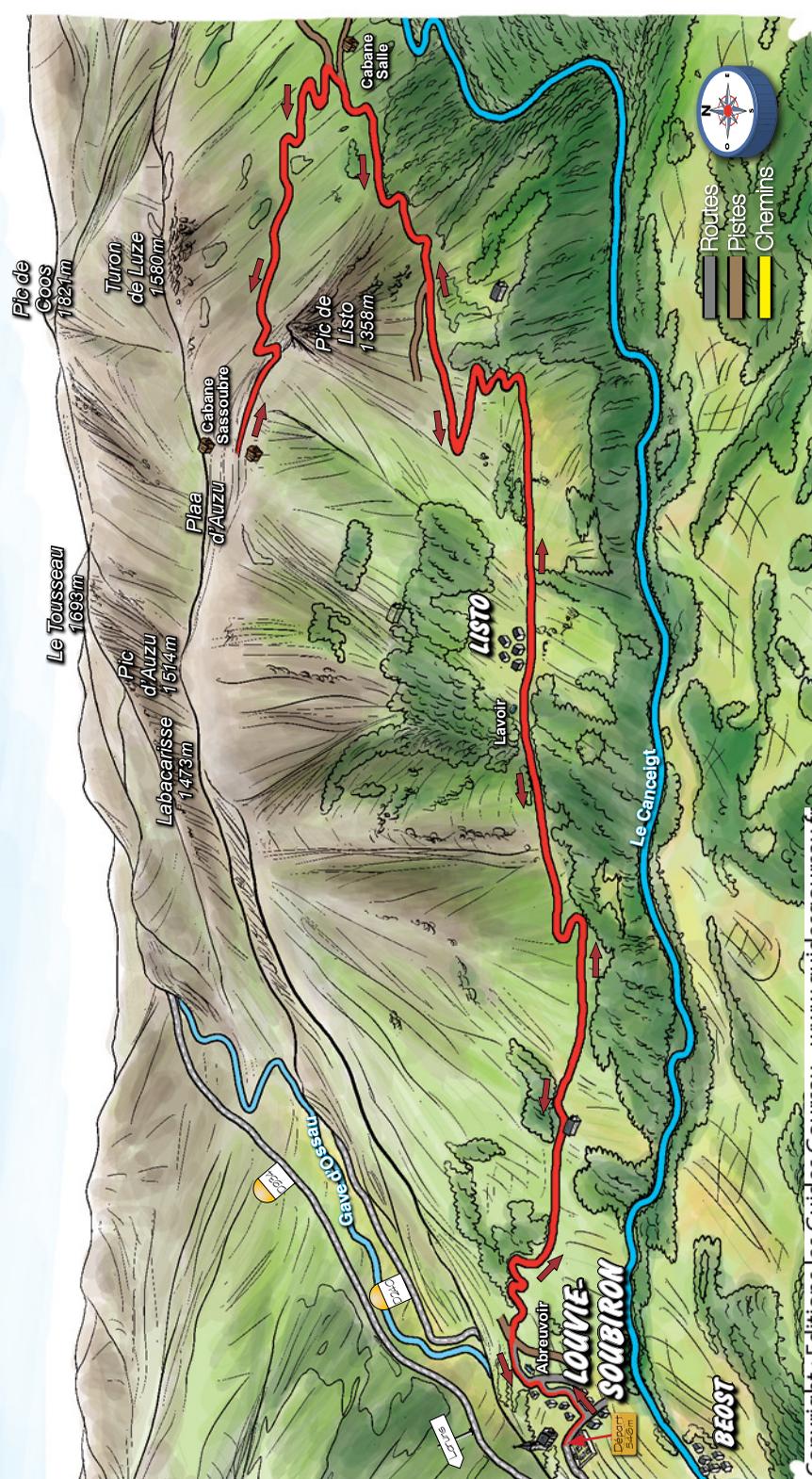
montez sur la gauche jusqu'à un carrefour. Empruntez alors la piste bétonnée en face de vous (panneau indicateur). Cette dernière, raide au-dessus du village de Louvie-Soubiron, s'adoucit par la suite. Notez juste avant le village un ancien lavoir sur la gauche. Vous croiserez sûrement en traversant Listo des chèvres appartenant au chevrier du hameau.

À la sortie du village, continuez sur la piste qui s'élève doucement au fil de quelques lacets. Laissez une piste sur la gauche menant à des granges.

Suivez encore la piste pour arriver en surplomb de la cabane Salle.

Près de la cabane Salle, prenez à gauche la piste montant en lacets. Cette dernière continue par la suite en traversée pour conduire au pied du pic de Listo. De là, poursuivez sur la piste qui amène au Plaa d'Auzu en une quinzaine de minutes.

La descente s'effectue par le même itinéraire qu'à l'aller.



Copyright : Editions les Guides Goursau - www.guidesgoursau.fr

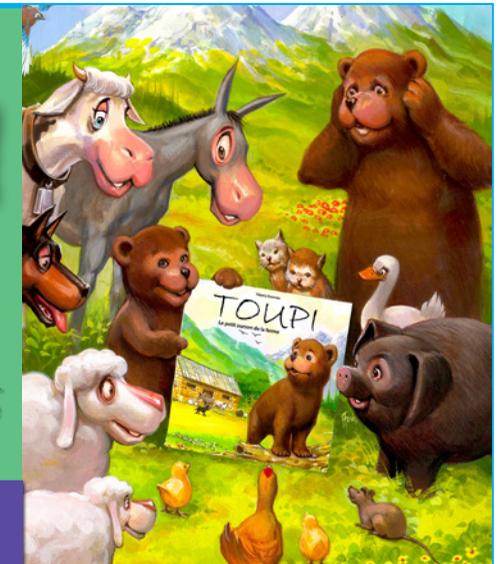
Nouvel album de Thierry Goursau,
l'auteur de Pitou le petit isard

TOUPI

Le petit ourson de la ferme

Dans les Pyrénées, un petit ourson perdu dans la forêt se réveille dans une étable, entouré de Clarisse la vache, Patoche le cochon, Grisou l'âne et Laina la brebis. Tombés sous le charme, les animaux de la ferme de Paloumère décident alors de l'appeler Toupi. Mais un ourson, aussi adorable qu'il soit, peut-il vivre dans une ferme ?

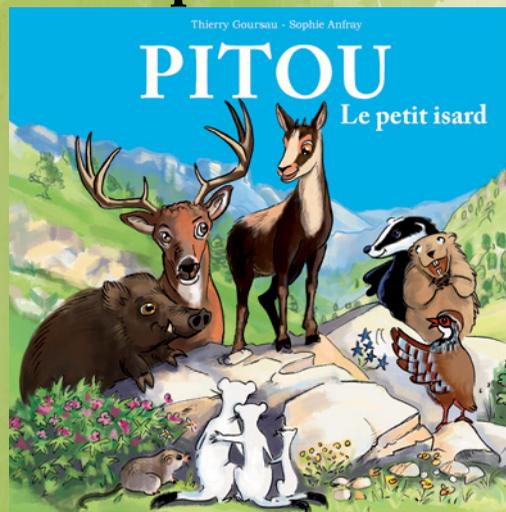
En vente en librairie ou
sur www.guidesgoursau.fr



Copyright : Editions les Guides Goursau - www.guidesgoursau.fr

AVENTURES DE PITOU

Le petit isard



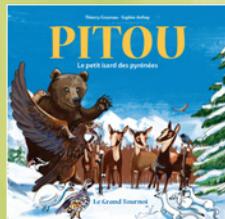
Emblème de la montagne pyrénéenne, l'isard longtemps pourchassé est un animal gracieux et agile à l'excellent odorat qui abonde dans le Parc National des Pyrénées. Le personnage principal de cette histoire pour enfants s'appelle Pitou (petit chevreau de moins d'un an en patois pyrénéen). Ses meilleurs amis se prénomment ici : Zoé la Marmotte, Vinie la perdrix et Jossan le blaireau.

Au cœur des Pyrénées, dans un décor montagnard d'une splendeur majestueuse peint par notre illustratrice Sophie Anfray, co-auteur, les futurs tout-petits lecteurs 2-9 ans seront fortement captivés par cet attendrissant petit isard qui ne pense qu'à jouer et à faire de bonnes blagues à ses amis.

Ce premier livre a pour thème, la rencontre fortuite de Pitou avec un ours slovène nouvellement lâché ! Un sujet dans l'air du temps ! De cette première rencontre va naître une surprenante et belle amitié entre ces deux gentils personnages. Mais attention, les petits isards ont des prédateurs beaucoup plus méchants. Et bien sûr, avoir comme fidèle ami le grand ours brun Slovan, peut parfois sauver la vie...

Pour chaque enfant, gentiment assis les yeux grands ouverts, ce livre merveilleux constitue un véritable cadeau qui suscitera enthousiasme et enchantement en écoutant attentivement ses parents lui lire et relire l'histoire de «

Pitou, le petit isard ».



DISPONIBLE AUSSI :

Pour commander : rendez-vous sur notre site www.guidesgoursau.fr
ou contactez votre libraire

CONSEILS PRATIQUES

AVANT DE PARTIR

Choisissez un itinéraire adapté à votre condition physique. Les temps de marche sont donnés à titre indicatif ; ils n'incluent pas les pauses.

Restez modeste quant à vos capacités, augmentez graduellement les difficultés.

Les dessins en trois dimensions permettent d'avoir une bonne idée du relief ; cependant, il est conseillé de se munir de cartes IGN et d'une boussole afin de se repérer en cas de doute. La pratique du circuit décrit ci-joint est sous votre entière responsabilité.

Prenez la météo avant de partir, elle est affichée à l'office de tourisme de Laruns. Vous pouvez aussi l'obtenir par téléphone au 08 92 68 02 64.

Informez-vous de la réglementation des zones traversées (Parc National, zone pastorale). Les chiens sont formellement interdits dans le Parc National. En dehors de cette zone, tenez-les impérativement en laisse : le pastoralisme étant très présent en vallée d'Ossau, vous croiserez inévitablement des troupeaux en liberté.

L'usage de véhicules automobiles sur les pistes est strictement réservé aux bergers. Aussi, garez-vous aux endroits indiqués dans les descriptifs d'itinéraires.

MATÉRIEL À PRÉVOIR

Des chaussures adaptées à la marche vous éviteront glissades et protégeront vos chevilles.

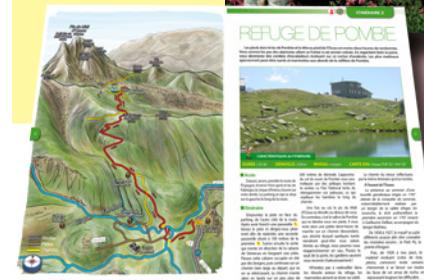
Quelle que soit la météo annoncée, pensez à glisser dans votre sac à dos : habits chauds, casquette, crème solaire, vêtement de pluie, nourriture, boisson, ainsi qu'une petite pharmacie.

Le téléphone portable peut être très utile en cas d'incident (numéros de **secours** : 15 ou 112).



EN VENTE
En librairie ou
sur www.guidesgoursau.fr

15 balades
et randonnées
dans la
Vallée d'Ossau.
Un choix des
plus beaux sites
à découvrir
en famille
ou entre amis.



PENDANT LA RANDONNÉE

Un départ matinal vous permettra d'éviter les risques d'orages de la fin de journée.

Faites des pauses fréquentes, sans hésiter à boire et à manger.

Pensez à vous ravitailler en eau avant de ne plus en avoir. Ne consommez pas celle des ruisseaux, qui peut être contaminée par un animal mort.

Méfiez-vous des effets du soleil de montagne, n'oubliez pas de vous protéger.

N'hésitez pas à écourter votre randonnée ou à faire demi-tour en cas de difficulté (problème d'itinéraire, mauvais temps, fatigue, blessure). Une sortie facile par temps sec peut s'avérer difficile par temps humide.

Sachez être discret en vous baladant. Cela vous permettra de multiples observations d'animaux et préservera leur tranquillité.

Les troupeaux de brebis sont très souvent accompagnés par un patou (grand chien blanc) destiné à protéger les brebis ; aussi, gardez vos distances.

En montagne, même en dehors du Parc National, soyez responsables et laissez la montagne aussi propre que vous l'avez trouvée : emportez vos poubelles, refermez les barrières derrière vous... Et les fleurs, ne sont-elles pas plus belles dans leur milieu