

VALLON DU SOUSSOUÉOU

Un bel itinéraire via une hêtraie-sapinière typiquement pyrénéenne, puis un chemin suspendu offrant une vue imprenable sur cette vallée en forme d'auge (stigmate de l'érosion provoquée par le glacier descendant du Palas et du pic d'Ariel). Certains passages de cet itinéraire sont aériens, aussi soyez vigilants et attentifs lors de leur franchissement.

Cette boucle, empruntant le GR 10 - sentier de grande randonnée traversant les Pyrénées de l'Atlantique à la Méditerranée, est à parcourir de préférence à la journée, de par sa distance et son dénivelé important.



CARACTÉRISTIQUES de l'ITINÉRAIRE

DURÉE : 5 h 30 **DÉNIVELÉ :** 700 m **NIVEAU :** difficile **CARTE IGN :** Vignemale Top 25 1647 OT

■ Accès

De Laruns, prenez la direction de l'Espagne. Quatre kilomètres après le village des Eaux-Chaudes, empruntez sur la gauche la piste forestière du Piet (panneau jaune au départ de la piste). Attention, cette piste goudronnée n'est pas visible de la route. Poursuivez sur 2 km puis parcourez 500 mètres sur une piste carrossable. Continuez sur la piste de gauche pour accéder au parking. Ne vous étonnez pas si vous croisez des hommes-grenouilles et des femmes-grenouilles : le départ de la randonnée est aussi celui d'un canyon.

■ Itinéraire

Au fond du parking, empruntez le chemin en sous-bois qui rejoint le pont du Goua permettant de traverser le Soussouéou. Ce canyon étant très fréquenté, n'y jetez aucun caillou.

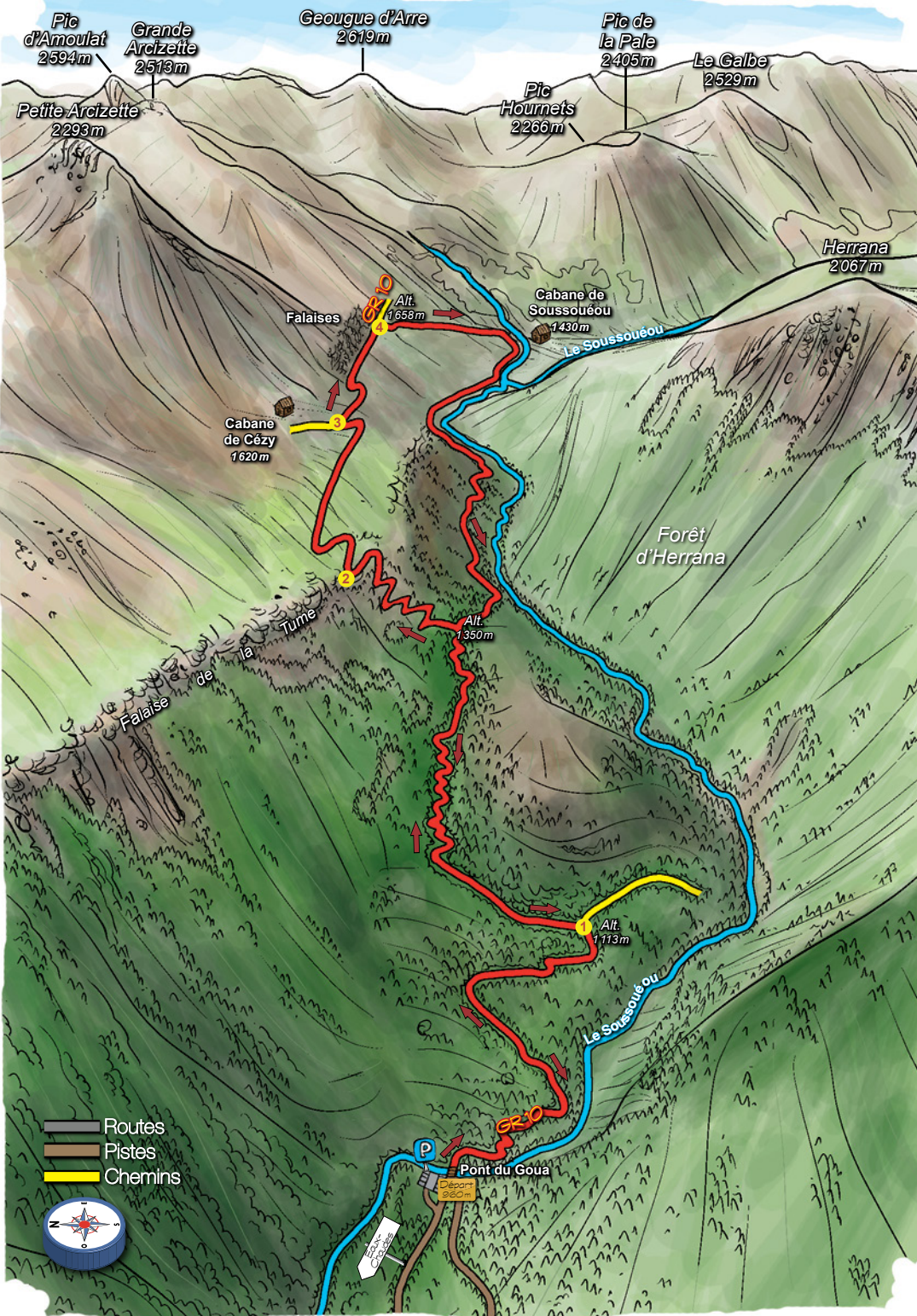
Vous êtes alors sur un large chemin qui monte raide. Un quart d'heure plus tard, le sentier se rétrécit et se radoucit ; vous arrivez ensuite à une première bifurcation ①. Prenez la direction « Gourette » sur la gauche. Vous traverserez alors un magnifique passage sous des hêtres. Puis le chemin devient caillouteux et monte en lacets. Attention aux glissades sur cette partie de l'itinéraire particulièrement humide.

Lors de la montée, observez la roche sous vos pieds : c'est du granite. Lorsque le chemin sort de la forêt et arrive au pied d'une petite falaise ②, notez la différence de roche : le terrain devient calcaire. En effet, les sommets au-dessus de la tête (Cézy, Grande et Petite Arcizette) sont formés de roches sédimentaires qui reposent sur un socle granitique.

Continuez encore à monter un petit peu : vous serez alors sur la partie

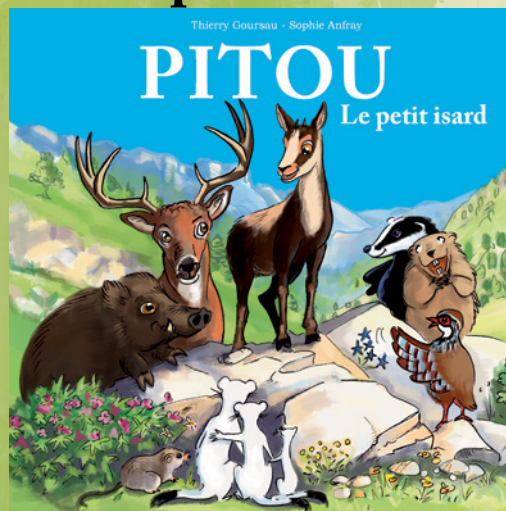
du chemin surplombant le vallon du Soussouéou (assurez bien vos pas sur cette partie de l'itinéraire). Ce chemin, aménagé par des humains, servait autrefois à l'acheminement de minerai de fer. Après un quart d'heure de marche à flanc de montagne, laissez sur la gauche le chemin menant aux cabanes de Cézy ③ et continuez dans la même direction. Encore un quart d'heure et vous passez sous une falaise. 100m après avoir quitté la falaise ne manquez pas le chemin descendant vers les cabanes de Soussouéou et marqué par des cairns ④. Vous quittez alors le GR 10.

Depuis le plateau, pour accéder au chemin de descente, restez bien en rive droite du gave. Vous allez rejoindre la hêtraie-sapinière qui vous ramènera tranquillement sur le chemin de montée.



AVENTURES DE PITOU

Le petit isard



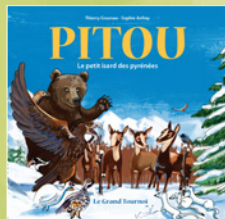
Emblème de la montagne pyrénéenne, l'isard longtemps pourchassé est un animal gracieux et agile à l'excellent odorat qui abonde dans le Parc National des Pyrénées. Le personnage principal de cette histoire pour enfants s'appelle Pitou (petit chevreau de moins d'un an en patois pyrénéen). Ses meilleurs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