

LA BOUCLE DU SOUM DE GRUM

Une très belle balade au départ du col d'Aubisque, qui vous permettra d'avoir une vue panoramique sur le massif de Gourette et les vallées de l'Ouzoum et d'Ossau. Vous passerez d'un versant à l'autre en décrivant une boucle via le soum (sommets) de Grum. Cet itinéraire à ciel ouvert nécessite de bien se protéger les jours de fortes chaleurs.



CARACTÉRISTIQUES de l'ITINÉRAIRE

DURÉE : 2h30 **DÉNIVELÉ :** 200m **NIVEAU :** facile **CARTE IGN :** Laruns-Gourette Top 25 1546 ET

■ Accès

Depuis Laruns, empruntez la direction de Gourette, puis celle du col d'Aubisque. Garez-vous au niveau du col, devant l'ancien hôtel.

■ Itinéraire

Pratiquez la piste qui part sur la droite de l'ancien hôtel, direction plein nord. À flanc de montagne, elle surplombe la vallée de l'Ouzoum et vous permet d'observer par beau temps le pic du Midi de Bigorre à l'est, facilement remarquable par son antenne située au sommet.

Après 45 minutes de marche, vous vous retrouverez face à la crête et au

pic du Moule de Jaut (2050 m). La piste change alors de versant ① : vous êtes sur la crête de Laudège. En dix minutes, vous rejoindrez une intersection ② : prenez le sentier montant sur votre gauche pour atteindre le col de Noulatte (1 804 m) en quinze minutes.

D'ici, il serait dommage de ne pas gravir les 70 mètres de dénivelé vous permettant de gravir le soum de Grum. Le panorama sur 360 degrés est remarquable. Pour cela, empruntez le sentier montant vers la crête sur votre gauche (compter une vingtaine de minutes). Puis, afin de rejoindre le parking du départ, prenez le chemin

qui suit la crête de Grum. Celui-ci, un peu raide au départ, demande d'être vigilant afin d'éviter les glissades.

En revanche, ceux qui souhaitent redescendre sans passer par le sommet peuvent emprunter directement le chemin en direction de Gourette. Passant sous le soum de Grum, celui-ci rejoint rapidement la crête de Grum pour vous ramener derrière l'hôtel.



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.

LA VALLÉE D'OSSAU

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, gardez-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.

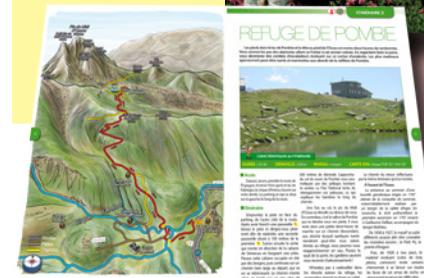
Quelle que soit la météo annoncée, pensez à glisser dans votre sac à dos : habits chauds, casquette, crème solaire, vêtement de pluie, nourriture, boisson, ainsi qu'une petite pharmacie.

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 naturel ?