

LES SUGGESTIONS DE RANDONNÉES DU LUSTOU





Les suggestions de randonnées du Lustou

Toutes les randonnées proposées n'engagent pas la responsabilité de l'auteur. Les temps de marche indiqués dépendent naturellement des conditions météo, de la charge portée, de la condition physique du marcheur.... Ils sont de ce fait une moyenne. En montagne, les temps de marche ne se calculent pas uniquement en kilomètres, mais en dénivelé. A titre indicatif, un randonneur peu chargé, monte en moyenne 300 m de dénivelé positif par heure et en descend 400m.

Les balades doivent être étudiées sur les cartes IGN 1748 ET, 1848 ET, et sur le Topo guide Alpina 25- Bachimala, Valle de Chistau y Bielsa pour l'Espagne.

La montagne n'est pas un terrain de jeu. Avant de partir, étudiez minutieusement votre itinéraire, tenez compte des consignes de sécurité et des réglementations dans les Parcs.

Les temps de marche sont donnés à titre indicatif et volontairement majorés.

Exemples de randonnées :



1 L'Ardoisière – 180 m de positif (2h45) Boucle

Prendre le GR, 50 mètres après le camping, sur la droite, en direction de Vielle-Aure.



2 Lac de l'Oule – 232 m de positif (3h00) A-R

Prendre la Route des Lacs depuis Fabian. Stationner au parking d'Artigusse (payant).

Poursuite possible jusqu'au refuge de Bastan : 424 m de positif supplémentaires.



3 La Géla – 350 m de positif (4h00) A-R

Prendre la route de l'Espagne. À Aragnouet, dans un virage, parking sur la gauche. Monter la piste, torrent sur la droite.



4 Hospice du Rioumajou – 192 m de positif (2h30) A-R

Prendre la D929 vers Tramezaïgues, puis bifurquer à gauche sur la D19 jusqu'au parking de Frédancon.



5 Lac de Badet – 202 m de positif (3h30) A-R

Départ depuis la station de Piau (parking des Mouscades). Passer sous les télésièges, longer la rivière, monter la piste de ski, puis prendre le sentier à droite au premier virage. Suivre jusqu'au lac.



6 Tuc de Labatiadère – 150 m de positif (2h30) A-R

Départ au col d'Azet. Suivre la piste à gauche jusqu'au sommet.



7 Le lac de Barèges ou de Bareilles – 200 m de positif (2h30) A-R

À la sortie de Bareilles, suivre la piste durant 5 km. Au parking, suivre le balisage jaune : lac de Bareilles.

 **8 Lac d'Oô** – 380 m de positif (3h00) A-R
Votre départ se situe aux Granges d'Astau. Vous laissez les granges sur votre gauche pour débiter le sentier. Vous êtes sur le GR10 que vous suivez jusqu'au lac (1507).

 **9 Refuge de Bastan depuis le col du Portet** – 371 m de positif (4h30) A-R
Route réglementée. Vérifiez les horaires d'ouverture.

 **10 Granges de Grascouéou** – 330 m de positif (3h30) A-R
Prendre la D123 vers le Pla d'Adet, stationner sur le parking à gauche avant Soulan. Redescendre quelques mètres, prendre la piste interdite aux véhicules à gauche et la suivre jusqu'aux granges.

  **11 Parc du Néouvielle** – 300 m de positif (5h00) Boucle
Depuis le parking d'Orédon. Monter à gauche de la route vers le col d'Estoudou, puis suivre la sente de droite vers les lacs d'Aumar et d'Aubert, et les laquettes. La route se trouve sur la gauche.

  **12 Granges du Moudang** – 573 m de positif (4h30) A-R
Départ au pont du Moudang, sur la route de l'Espagne.

  **13 Porte de Bielsa** – 608 m de positif (4h30) A-R
Départ : tunnel de Bielsa. Parking sur la gauche. Torrent à gauche. Arrivée dans un cirque, monter à droite vers une brèche bien visible.

  **14 Lac de Héchempy** – 787 m de positif (6h30) A-R
Même départ que la Porte de Bielsa. Dans le cirque, prendre à gauche vers le Port de Bataillence, dominant le lac.

  **15 Cabane d'Auloueilh** – 448 m de positif (4h00) A-R
Se rendre à Aulon, puis jusqu'au terminus de la route à Lurgues.
Possibilité de poursuivre jusqu'au Col de Bastan (2 481 m) via le lac de Portarras (2 187 m) : 778 m de positif.

  **16 Lac de Sarrouyes** – 730 m de positif (5h30) A-R
Depuis le col d'Azet, prendre la route à droite jusqu'au parking.
Option : départ depuis Val-Louron, avec le télésiège des Myrtilles pour gagner une heure et 300m de positif.



17 Le col du Lion et le Pic du Lion – 265 m de positif (1h30) ou 336 m de positif (2h30)

A-R

Carte IGN 1848 OT

Du lac de Bareilles, suivez le Tour de pays (Balisage jaune et rouge) pour accéder au Col du Lion (2031).

Au col, monter à gauche (panneau indicateur) pour arriver au pic (2102). Sentier exposé (prudence).



18 Le signal de Bassia – 500 m de positif (4h30) A-R

Carte 1747ET. Le départ se fait du col de Beyrède (1417).

Débuter Nord-Ouest dans un pré pour atteindre rapidement un sous-bois.

On suit le balisage jaune jusqu'au signal qui offre une belle vue à 360°.



19 Refuge de la Soula – 580 m de positif (3h30) A-R

Carte IGN 1848 OT. Vous stationnerez au terminus de la route, à Pont de Prat.

Traverser un petit pont, franchissez une barrière métallique et suivez le sentier balisé.

A l'embranchement de la vallée de la Pez, prenez à gauche (direction La Soula).



20 Le Sentier de l'Impératrice depuis l'Hospice de France – 367 m de positif (4h00)

A-R

Carte IGN 1848 OT. Départ face à l'Auberge de l'Hospice. Traversez le pont de Penjat puis prenez à droite dans la forêt.

Au bout du chemin vous atteindrez le Cirque de la Glère.

Sur le parcours, une main courante vous sécurisera au cas où...



21 La balade d'Azet – 240 m de positif (3h30) Boucle

Carte 1748 ET. Stationnez au parking situé en face de la fontaine de l'église d'Azet, puis suivez le Cami de Sarradet, puis le Chemin de Routias. A la croix de Routias, négligez le chemin de droite et poursuivez sur le chemin de la Biais.

Franchissez le ruisseau d'Ourtigue et repartez Nord. A une fourche, prendre à gauche jusqu'à un gué que vous franchissez. Remontez alors Nord pour atteindre les Granges d'Arsoué. Poursuivez Nord en descendant dans les bois. Traversez le ruisseau et vous parvenez à Azet.



22 Lac de Caillouas – 1050 m de positif (6h30) A-R

Carte IGN 1848 OT. Du refuge de la Soula (1695), prendre le sentier qui monte sur votre gauche, qui fait de grands lacets avant d'atteindre le lac (2160).



23 Pic du Néouvielle – 970 m de positif (7h30) A-R

Départ du lac d'Aubert (accès réglementé).



24 Granges de Grascouéou – 950 m de positif (5h30) A-R

Même départ que l'Ardoisière.



25 Pic des Aiguillous – 975 m de positif (7h00) A-R

Départ : station de Piau (dernier parking, Mouscades). Traverser la rivière, continuer ouest jusqu'à une croisée. Suivre le chemin de droite vers le Port de Campbieil. Monter sur la gauche pour atteindre le sommet.



26 Le lac d'Espingo – 804 m de positif (7h00) A-R

Du lac d'Oô poursuivez sur le GR 10 qui vous conduira au lac et au refuge d'Espingo.



27 Lac de Pouchergues – 820 m de positif (7h00) A-R

Carte IGN 1848 OT. Du refuge de la Soula emprunter le sentier qui franchit une passerelle et qui grimpe dans le vallon.

A la cabane Prat Caseneuve (420m) prendre le sentier à gauche qui conduit au lac (2102).



28 Lacs de Barroude – 1 030 m de positif (7h30) A-R

Depuis les cabanes de la Géla (à gauche), poursuivre vers les lacs. Suivre le sentier dans les pelouses, puis franchir le pierrier jusqu'au plateau de Barroude. Prendre à gauche vers les lacs.

En espagne



C Tringonero – 632 m de positif (5h00) A-R

Parking à l'ancienne douane espagnole. Monter le sentier, torrent à droite. après environ 2 heures de marche, cabane en face.



Option : poursuite possible jusqu'au Port de Moudang : 1 108 m de positif.



B Cirque de Barrosa – 360 m de positif (4h00) A-R

1,5 km après le tunnel, au 2e lacet en descente : parking à droite. Suivre la piste qui devient un sentier.



Option : continuer jusqu'au Port de Barrosa (1 184 m de positif).



A Salcorz – 650 m de positif (4h45) A-R

Parking sous le paravalanche de Salcorz, 1 km après le tunnel. Suivre le PR-HU-181 (jaune).



Option : poursuivre jusqu'au Puerto de Salcorz (2249 m) : +200 m de positif.

Niveaux de difficulté des randonnées

Facile

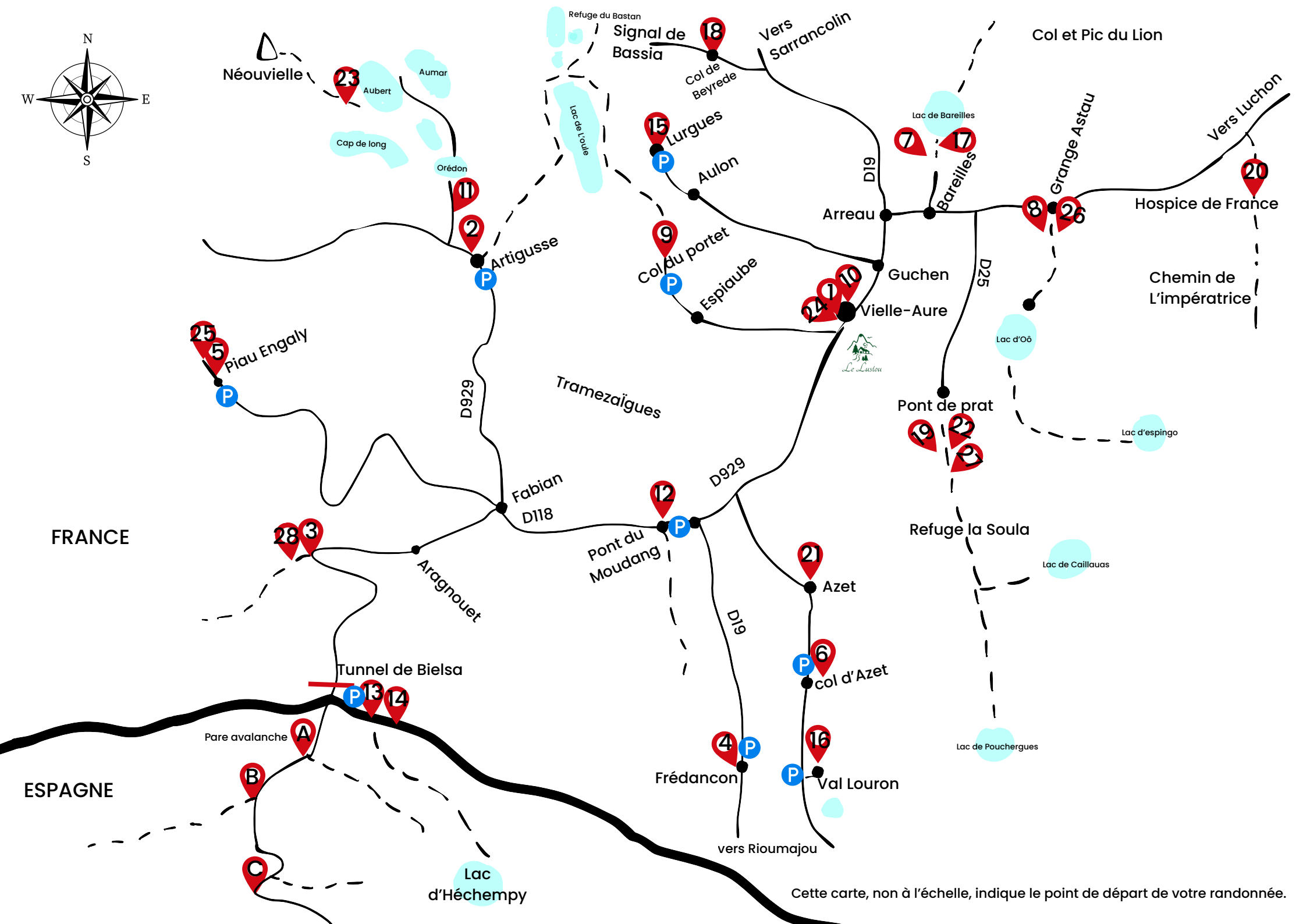
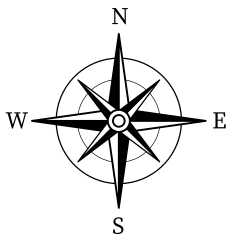


Moyen



Difficile







LUSTOU HIKING SUGGESTIONS





Lustou Hiking Suggestions

The hiking routes suggested in this document are provided for information purposes only and do not engage the responsibility of the author. The walking times indicated naturally depend on weather conditions, the weight carried, and the hiker's physical condition. They should therefore be considered average times. In the mountains, walking times are not calculated solely in kilometres, but also according to elevation gain. As a guide, a lightly loaded hiker ascends approximately 300 metres of elevation gain per hour and descends approximately 400 metres per hour.

The walks should be studied using IGN maps 1748 ET and 1848 ET, as well as the Alpina 25 guidebook – Bachimala, Valle de Chistau y Bielsa for Spain.

The mountains are not a playground. Before setting off, carefully study your route, follow all safety instructions and respect the regulations in force within the Parks.

Walking times are provided for guidance only and have been deliberately overestimated.

Examples of hikes:



1 L'Ardoisière – 180 m ascent (2h45) Loop

Take the GR trail, 50 metres after the campsite on the right, in the direction of Vielle-Aure.



2 Lake Oule – 232 m ascent (3h00) Out and Back

Take the Route des Lacs from Fabian. Park at the Artigusse car park (fee required).



3 La Géla – 350 m elevation gain (4h00) out-and-back

Take the road to Spain. In Aragnouet, at a bend, park on the left. Walk up the track, with the stream on the right.



4 Hospice du Rioumajou – 192 m elevation gain (2h30) out-and-back

Take the D929 toward Tramezaïgues, then turn left onto the D19 to the Frédancon parking area.



5 Lake Badet – 202 m elevation gain (3h30) out-and-back

Start from the Piau resort (Mouscades parking area). Go under the chairlifts, follow the river, climb the ski track, then take the trail on the right at the first bend. Follow it to the lake.



6 Tuc de Labatiadère – 150 m elevation gain (2h30) out-and-back

Start at Col d'Azet. Follow the track on the left to the summit.



7 Lake Barèges or Bareilles – 200 m elevation gain (2h30) out-and-back

At the exit of Bareilles, follow the track for 5 km. At the parking area, follow the yellow waymarkers to Lake Bareilles.

 **8 Lac d'Oô** – 380 m elevation gain (3h00) out-and-back
Your starting point is at Les Granges d'Astau. Leave the barns on your left to begin the trail. You are on the GR10, which you follow to the lake (1507).

 **9 Bastan Refuge from Col du Portet** – 371 m elevation gain (4h30) out-and-back
Regulated road. Check opening hours.

 **10 Granges de Grascouéou** – 330 m elevation gain (3h30) out-and-back
Take the D123 toward Pla d'Adet, and park in the lot on the left before Soulan. Walk back down a few meters, take the vehicle-restricted track on the left, and follow it to the barns.

  **11 Néouvielle Park** – 300 m elevation gain (5h00) loop
From the Orédon parking area. Go up to the left of the road toward Col d'Estoudou, then follow the path on the right toward the lakes of Aumar and Aubert, and the small lakes. The road is on the left.

  **12 Granges du Moudang** – 573 m elevation gain (4h30) out-and-back
Start at the Moudang bridge, on the road to Spain.

  **13 Bielsa Pass** – 608 m elevation gain (4h30) out-and-back
Start: Bielsa tunnel. Parking on the left. Stream on the left. Arriving in a cirque, go up to the right toward a clearly visible breach.

  **14 Héchempy Lake** – 787 m elevation gain (6h30) out-and-back
Same start as Bielsa Pass. In the cirque, turn left toward Port de Bataillence, overlooking the lake.

  **15 Cabane d'Auloueilh** – 448 m elevation gain (4h00) out-and-back
Go to Aulon, then to the end of the road at Lurgues.
Option to continue to Col de Bastan (2,481 m) via Portarras Lake (2,187 m): 778 m elevation gain.

  **16 Sarrouyes Lake** – 730 m elevation gain (5h30) out-and-back
From Col d'Azet, take the road on the right to the parking area.
Option: start from Val-Louron, using the Myrtilles chairlift to save one hour and 300 m of elevation gain.



17 The Col du Lion and Pic du Lion – 265 m elevation gain (1h30) or 336 m elevation gain (2h30) out-and-back

IGN map 1848 OT

From Lac de Bareilles, follow the Tour de Pays (yellow and red waymarkers) to reach Col du Lion (2031).

At the pass, climb left (signpost) to reach the summit (2102). Exposed trail (take care).



18 Bassia Signal – 500 m elevation gain (4h30) out-and-back

Map 1747ET. The start is at Col de Beyrède (1417).

Begin northwest across a meadow to quickly reach a wooded area.

Follow the yellow waymarkers to the summit, which offers a beautiful 360° view.



19 Soula Refuge – 580 m elevation gain (3h30) out-and-back

IGN map 1848 OT. Park at the end of the road at Pont de Prat.

Cross a small bridge, pass through a metal gate, and follow the marked trail. At the junction of the Pez valley, turn left (toward La Soula).



20 The Empress Trail from the Hospice de France – 367 m elevation gain (4h00) out-and-back

IGN map 1848 OT. Start opposite the Hospice inn. Cross the Penjat bridge, then turn right into the forest.

At the end of the path you will reach the Cirque de la Glère.

Along the route, a handrail will keep you safe if needed...



21 Azet Walk – 240 m elevation gain (3h30) loop

Map 1748 ET. Park in the car park opposite the church fountain in Azet, then follow the Cami de Sarradet, then the Chemin de Routias. At the Routias cross, ignore the path on the right and continue on the Biais path.

Cross the Ourtigue stream and head north again. At a fork, turn left until you reach a ford, which you cross. Then go back north to reach the Granges d'Arsoué. Continue north, descending into the woods. Cross the stream and you will arrive in Azet.



22 Lac de Caillouas – 1,050 m elevation gain (6h30) out-and-back

IGN map 1848 OT. From the Soula refuge (1695), take the trail that climbs on your left, which makes large switchbacks before reaching the lake (2160).



23 Pic du Néouvielle – 970 m elevation gain (7h30) out-and-back

Start from Lac d'Aubert (regulated access).



24 Granges de Grascouéou – 950 m elevation gain (5h30) out-and-back

Same start as l'Ardoisière.



25 Pic des Aiguillous – 975 m elevation gain (7h00) out-and-back

Start: Piau resort (last parking lot, Mouscades). Cross the river, continue west to a junction. Follow the path on the right toward Port de Campbieil. Climb on the left to reach the summit.



26 Espingo Lake – 804 m elevation gain (7h00) out-and-back

From Lac d'Oô, continue on the GR 10, which will lead you to Espingo Lake and the Espingo refuge.



27 Pouchergues Lake – 820 m elevation gain (7h00) out-and-back

IGN map 1848 OT. From the Soula refuge, take the trail that crosses a footbridge and climbs into the valley.

At the Prat Caseneuve hut (420 m), take the trail on the left that leads to the lake (2102).



28 Barroude Lakes – 1,030 m elevation gain (7h30) out-and-back

From the Géla huts (on the left), continue toward the lakes. Follow the trail through the grassland, then cross the scree slope to reach the Barroude plateau. Turn left toward the lakes.

In Spain



C Tringonero – 632 m elevation gain (5h00) out-and-back

Parking at the old Spanish customs office. Follow the trail uphill, with the stream on your right. After about 2 hours of walking, the hut is ahead.



Option: it is possible to continue to Port de Moudang: 1,108 m elevation gain.



B Cirque de Barrosa – 360 m elevation gain (4h00) out-and-back

1.5 km after the tunnel, at the second hairpin on the descent: parking on the right.

Follow the track, which becomes a trail.



Option: continue to Port de Barrosa (1,184 m elevation gain).



A Salcorz – 650 m elevation gain (4h45) out-and-back

Parking under the Salcorz avalanche barrier, 1 km after the tunnel. Follow the PR-HU-181 (yellow).



Option: continue to Puerto de Salcorz (2249 m): +200 m elevation gain.

Hiking difficulty levels

Easy

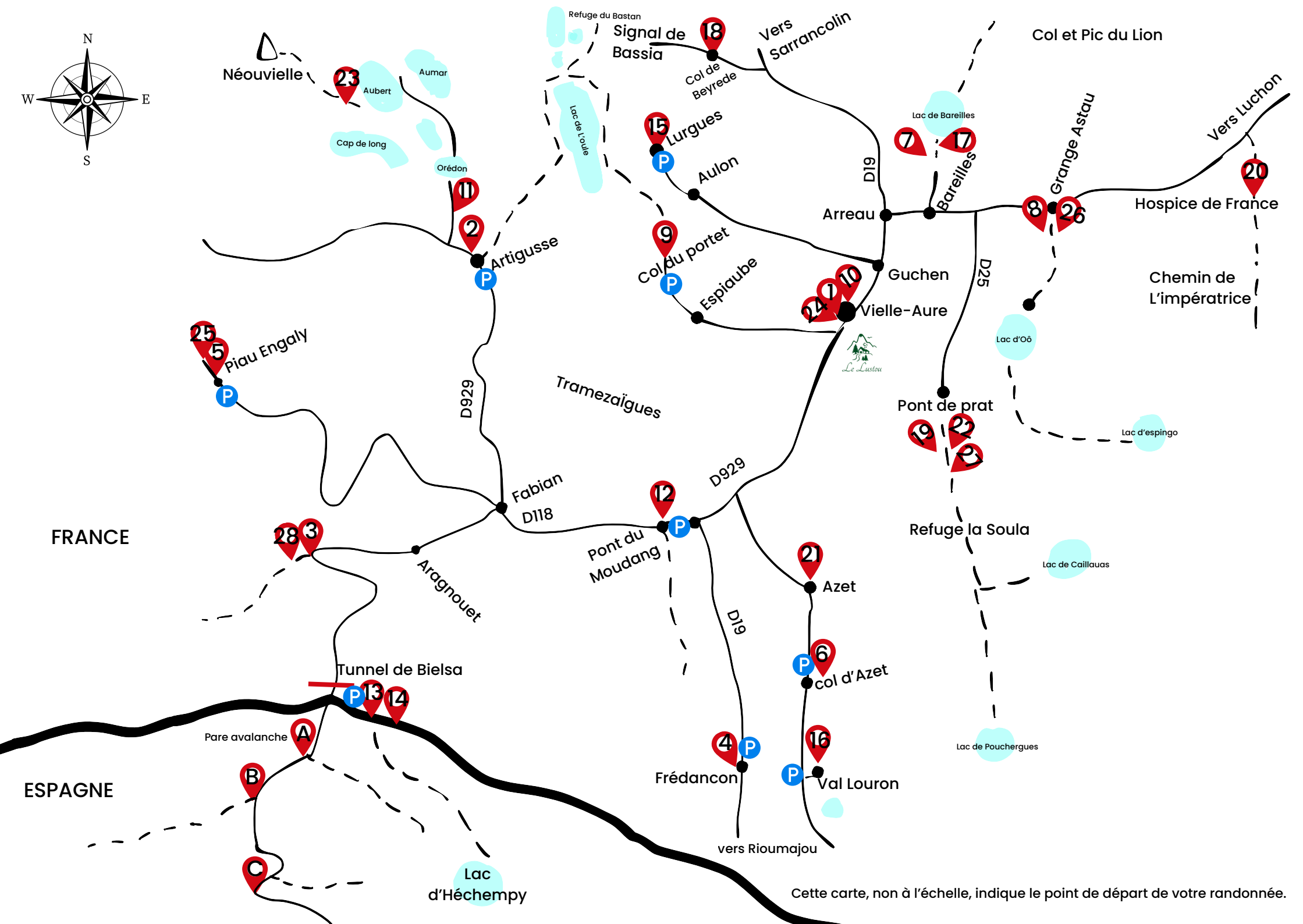
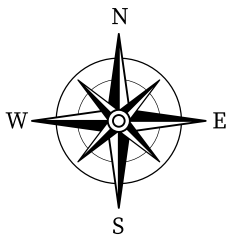


Moderate



Difficult







LAS SUGERENCIAS DE SENDERISMO DEL LUSTOU





Las sugerencias de senderismo del Lustou

Todas las excursiones propuestas no comprometen la responsabilidad del autor. Los tiempos de marcha indicados dependen naturalmente de las condiciones meteorológicas, de la carga transportada, de la condición física del caminante... Son, por tanto, una media.

En montaña, los tiempos de marcha no se calculan únicamente en kilómetros, sino en desnivel. A título indicativo, un senderista con poca carga sube de media 300 m de desnivel positivo por hora y baja 400 m.

Las excursiones deben estudiarse en los mapas IGN 1748 ET, 1848 ET, y en la Topo guía Alpina 25- Bachimala, Valle de Chistau y Bielsa para España.

La montaña no es un terreno de juego. Antes de salir, estudie minuciosamente su itinerario, tenga en cuenta las consignas de seguridad y las normativas en los Parques.

Los tiempos de marcha se dan a título indicativo y voluntariamente sobreestimados.

Ejemplos de excursiones :



1 L'Ardoisière – 180 m de positivo (2h45) **Bucle**

Tomar el GR, 50 metros después del camping, a la derecha, en dirección a Vielle-Aure.



2 Lac de l'Oule – 232 m de positivo (3h00) **Ida y vuelta**

Tomar la Route des Lacs desde Fabian. Aparcar en el parking de Artigusse (de pago).

Posibilidad de continuar hasta el refugio de Bastan: 424 m de positivo adicionales.



3 La Géla – 350 m de positivo (4h00) **Ida y vuelta**

Tomar la carretera de España. En Aragnouet, en una curva, parking a la izquierda. Subir la pista, torrente a la derecha.



4 Hospice du Rioumajou – 192 m de positivo (2h30) **Ida y vuelta**

Tomar la D929 hacia Tramezaïgues, luego girar a la izquierda por la D19 hasta el parking de Frédancon.



5 Lac de Badet – 202 m de positivo (3h30) **Ida y vuelta**

Salida desde la estación de Piau (parking des Mouscades). Pasar bajo los telesillas, bordear el río, subir la pista de esquí, luego tomar el sendero a la derecha en la primera curva. Seguir hasta el lago.



6 Tuc de Labatiadère – 150 m de positivo (2h30) **Ida y vuelta**

Salida en el col d'Azet. Seguir la pista a la izquierda hasta la cima.



7 Le lac de Barèges o de Bareilles – 200 m de positivo (2h30) **Ida y vuelta**

A la salida de Bareilles, seguir la pista durante 5 km. En el parking, seguir la señalización amarilla: lac de Bareilles.

 **8 Lac d'Oô** – 380 m de positivo (3h00) **Ida y vuelta**
Su salida se sitúa en las Granges d'Astau. Deje las granjas a su izquierda para iniciar el sendero. Está en el GR10, que sigue hasta el lago (1507).

 **9 Refuge de Bastan desde el col du Portet** – 371 m de positivo (4h30) **Ida y vuelta**
Carretera regulada. Verifique los horarios de apertura.

 **10 Granges de Grascouéou** – 330 m de positivo (3h30) **Ida y vuelta**
Tomar la D123 hacia el Pla d'Adet, aparcar en el parking a la izquierda antes de Soulan. Bajar unos metros, tomar la pista prohibida a vehículos a la izquierda y seguirla hasta las granjas.

 **11 Parc du Néouvielle** – 300 m de positivo (5h00) **Bucle**
Desde el parking de Orédon. Subir a la izquierda de la carretera hacia el col d'Estoudou, luego seguir el sendero de la derecha hacia los lagos de Aumar y Aubert, y las lagunas. La carretera se encuentra a la izquierda.

 **12 Granges du Moudang** – 573 m de positivo (4h30) **Ida y vuelta**
Salida en el puente del Moudang, en la carretera de España.

 **13 Porte de Bielsa** – 608 m de positivo (4h30) **Ida y vuelta**
Salida: túnel de Bielsa. Parking a la izquierda. Torrente a la izquierda. Llegada a un circo, subir a la derecha hacia una brecha bien visible.

 **14 Lac de Héchempy** – 787 m de positivo (6h30) **Ida y vuelta**
Misma salida que la Porte de Bielsa. En el circo, tomar a la izquierda hacia el Port de Bataillence, dominando el lago.

 **15 Cabane d'Auloueilh** – 448 m de positivo (4h00) **Ida y vuelta**
Dirigirse a Aulon, luego hasta el final de la carretera en Lurgues.
Posibilidad de continuar hasta el Col de Bastan (2 481 m) por el lac de Portarras (2 187 m): 778 m de positivo.

 **16 Lac de Sarrouyes** – 730 m de positivo (5h30) **Ida y vuelta**
Desde el col d'Azet, tomar la carretera a la derecha hasta el parking.
Opción: salida desde Val-Louron, con el telesilla des Myrtilles para ganar una hora y 300 m de positivo.



17 Le col du Lion y el Pic du Lion – 265 m de positivo (1h30) o 336 m de positivo (2h30) **Ida y vuelta**

Mapa IGN 1848 OT

Desde el lac de Bareilles, seguir el Tour de pays (señalización amarilla y roja) para acceder al Col du Lion (2031).

En el collado, subir a la izquierda (panel indicador) para llegar al pico (2102).

Sendero expuesto (prudencia).



18 Le signal de Bassia – 500 m de positivo (4h30) **Ida y vuelta**

Mapa 1747ET. La salida se hace desde el col de Beyrède (1417).

Comenzar al noroeste por un prado para alcanzar rápidamente un sotobosque.

Seguir la señalización amarilla hasta la cima que ofrece una bonita vista a 360°.



19 Refuge de la Soula – 580 m de positivo (3h30) **Ida y vuelta**

Mapa IGN 1848 OT. Aparcar al final de la carretera, en Pont de Prat.

Cruzar un pequeño puente, franquear una barrera metálica y seguir el sendero

señalizado. En la bifurcación del valle de la Pez, tomar a la izquierda (dirección La Soula).



20 Le Sentier de l'Impératrice desde l'Hospice de France – 367 m de positivo (4h00) **Ida y vuelta**

Mapa IGN 1848 OT. Salida frente al Auberge de l'Hospice. Cruzar el puente de Penjat y luego tomar a la derecha por el bosque.

Al final del camino se llega al Cirque de la Glère.

En el recorrido, un pasamanos le asegurará en caso necesario...



21 La balade d'Azet – 240 m de positivo (3h30) **Bucle**

Mapa 1748 ET. Aparcar en el parking situado frente a la fuente de la iglesia de Azet, luego seguir el Cami de Sarradet y después el Chemin de Routias. En la cruz de Routias, ignorar el camino de la derecha y continuar por el chemin de la Biais. Cruzar el arroyo de Ourtigue y retomar al norte. En una bifurcación, tomar a la izquierda hasta un vado que se cruza. Subir entonces al norte para alcanzar las Granges d'Arsoué. Continuar al norte bajando por el bosque. Cruzar el arroyo y se llega a Azet.



22 Lac de Caillouas – 1050 m de positivo (6h30) **Ida y vuelta**

Mapa IGN 1848 OT. Desde el refuge de la Soula (1695), tomar el sendero que sube a su izquierda, que hace grandes zigzags antes de alcanzar el lago (2160).



23 Pic du Néouvielle – 970 m de positivo (7h30) **Ida y vuelta**

Salida del lac d'Aubert (acceso regulado).



24 Granges de Grascouéou – 950 m de positivo (5h30) **Ida y vuelta**

Misma salida que l'Ardoisière.



25 Pic des Aiguillous – 975 m de positivo (7h00) **Ida y vuelta**

Salida: estación de Piau (último parking, Mouscades). Cruzar el río, continuar al oeste hasta un cruce. Seguir el camino de la derecha hacia el Port de Campbieil. Subir por la izquierda para alcanzar la cima.



26 Le lac d'Espingo – 804 m de positivo (7h00) **Ida y vuelta**

Desde el lac d'Oô, continuar por el GR 10 que le llevará al lago y al refuge d'Espingo.



27 Lac de Pouchergues – 820 m de positivo (7h00) **Ida y vuelta**

Mapa IGN 1848 OT. Desde el refuge de la Soula, tomar el sendero que cruza una pasarela y que sube por el valle.

En la cabane Prat Caseneuve (420m), tomar el sendero a la izquierda que conduce al lago (2102).



28 Lacs de Barroude – 1 030 m de positivo (7h30) **Ida y vuelta**

Desde las cabanes de la Géla (a la izquierda), continuar hacia los lagos. Seguir el sendero por los pastos, luego franquear el pedregal hasta la meseta de Barroude. Tomar a la izquierda hacia los lagos.

En España



C Tringonero – 632 m de positivo (5h00) **Ida y vuelta**

Parking en la antigua aduana española. Subir el sendero, torrente a la derecha.

Tras aproximadamente 2 horas de marcha, cabaña enfrente.

Opción: posibilidad de continuar hasta el Port de Moudang: 1 108 m de positivo.



B Cirque de Barrosa – 360 m de positivo (4h00) **Ida y vuelta**

1,5 km después del túnel, en la 2ª curva en descenso: parking a la derecha. Seguir la pista que se convierte en sendero.

Opción: continuar hasta el Port de Barrosa (1 184 m de positivo).



A Salcorz – 650 m de positivo (4h45) **Ida y vuelta**

Parking bajo el paravalanchas de Salcorz, 1 km después del túnel. Seguir el PR-HU-181 (amarillo).

Opción: continuar hasta el Puerto de Salcorz (2249 m): +200 m de positivo.



Niveles de dificultad de las excursiones

Fácil



Medio



Difícil



