



Grands Sites
de Midi-Pyrénées

▲ CARTE ▲ DESCRIPTIFS ▲ RECOMMANDATIONS

www.pod3.com illustration - graphisme

Les itinéraires présents sur ce document ne sont qu'une
infime partie des sentiers luchonnais. Ils ne peuvent en
aucun cas engager la responsabilité de l'auteur en cas
d'accident. Nous vous recommandons de vous informer
à l'Office de Tourisme pour connaître les éventuelles
restrictions d'accès.

www.luchon.com - luchon@luchon.com
Tél. : 05 61 79 21 21 - Fax : 05 61 79 11 23

18, allées d'Étigny - 31110 LUCHON

OFFICE DE TOURISME

Ce document est un résumé des sentiers balisés du Pays de Luchon. Les temps indiqués sont pour les trajets ALLER et sur la base d'un marcheur de niveau moyen.

Retrouvez ces sentiers dans les topos guides et cartes IGN (en vente dans les commerces de la ville) ainsi que dans le Guide Randonnées autour de Luchon en vente à l'Office de Tourisme (10,95 €).



Numéros utiles

Peloton de Gendarmerie de Haute Montagne	05 61 79 28 36
CRS	05 61 79 83 79
Info Montagne	05 61 89 31 31
Numéro d'Urgence	112
Météo Montagne	08 99 71 02 31

Légendes

Sentier recommandé pour une balade en famille Sentier également accessible en conditions hivernales

Durée du trajet aller Dénivelé

Facile Moyen Sportif Très sportif

Au départ de Luchon

balisage :

n°1 : La Crémaillère

Départ du rond point de la Télécabine, ce sentier rejoint le sentier n°5 pour arriver à Superbagnères.

3h00 1200m

n°2 : Source Palo del Mailh

Départ derrière la place du Marché, rue Lally, puis chemin de Superbagnères. Arrivée derrière le lac du Parc Thermal.

1h00 100m

n°3 : Du Parc des Thermes à la Tour de Castel Vieil

Départ derrière le lac du Parc Thermal. Arrivée sur la route de Superbagnères, 500 m au-dessous de la Tour de Castel Vieil.

1h30 470m

n°4 : Jour de Castel Vieil

A 2 km de l'embranchement de Saint-Mamet sur la route de Superbagnères, le chemin part sur la gauche et monte vers la tour.

0h10 80m

n°5 : De Luchon à Superbagnères par les Granges de Gourron

Départ derrière la place du Marché, rue Lally, puis chemin de Superbagnères. Suivre le sentier jusqu'à Gourron puis arrivée au lac d'Arbesquens (réservoir EDF). Fin de la montée par les pelouses (pistes de ski en hiver).

3h00 1200m

n°7 : Granges de Soupère

Départ à gauche avant le pont de Mousquères, tout au bout de l'avenue Jean Jaurès, en direction du col de Peyresourde. Arrivée aux Granges de Soupère.

1h00 150m

n°8 : De Mousquères à Houga

Départ à gauche avant le pont de Mousquères, tout au bout de l'avenue Jean Jaurès. Arrivée au pré de Houga. Possibilité de redescendre sur Luchon par le sentier n°5.

0h30 100m

n°52 & 52 bis : De Luchon à Cazaril

Départ à droite du cimetière n°1. Arrivée au village de Cazaril. Possibilité de continuer par le sentier n°55 qui rejoint Saccouvielle : 1h de plus, faible dénivelé (50 m).

1h30 340m

n°53 : De Luchon à Cazaril

Départ de l'avenue Lachapelle. Arrivée au village de Cazaril.

1h00 270m

Vallée de Luchon

balisage :

n°54 : De Moustajon à Cazaril par le col des Pradets

Départ à l'entrée du village de Moustajon (en venant de Luchon).

3h00 560m

n°59 bis : Chemin des Cavaliers

Départ d'Antignac, prendre à gauche 20 m avant le passage à niveau.

1h00 100m

n°11 : Granges d'Hayroles

Départ de Just de Luchon : 200 m avant la cascade, au pont à droite. Possibilité de continuer jusqu'au village de Sode en empruntant le sentier n°15 (1h de plus - dénivelé de 70 m de plus). Depuis Sode, prendre le GR10 à gauche de la croix pour rejoindre Juzet.

0h40 240m

n°12 : D'Artigue à Gouaux-de-Luchon

(Retour : 1 h de Gouaux de Luchon à Artigue)
Départ du village d'Artigue par le GR10, le sentier rejoint ensuite le village de Gouaux de Luchon.

3h00 320m

n°13 : Chemin du bois de Salles

Départ du centre du village de Salles. Arrivée au village de Sode. Possibilité de redescendre vers Juzet par le GR10 puis de rejoindre Salles par la route.

1h00 300m

n°14 : De Montauban-de-Luchon à Bazus

Départ tout en haut du village de Montauban de Luchon. Arrivée à Bazus, quartier du village de Juzet. Possibilité d'aller au centre du village pour voir la cascade de Juzet (+ 5 mn).

0h30 70m

n°15 : De Labach-de-Sode à Cillaçères

Départ de Sode (parking 1er virage sortie village direction Artigue). Suivre le n°15 jusqu'à une passerelle (45 mn), continuer tout droit. Arrivée Grange de Cillaçères. De retour à la passerelle, possibilité de descendre sur le n°15 jusqu'au bas de Sode (+ 30 mn).

1h00 340m

n°16 : Chemin du Saleng

Départ de la route d'Herran (à 4 Km de Montauban de Luchon). Arrivée sur la route du col du Portillon (à 5 Km de Luchon).

1h30 400m

n°17 : De Saint-Mamet au Prat de la Hont

Départ du village de St Mamet, en face du cimetière. Le sentier rejoint les n°16 et 18.

1h30 500m

n°18 : Du Bois Neuf au Prat de la Hont

Départ après le poste de douane de St Mamet. Pour redescendre après avoir traversé la route du col du Portillon, le n°17 rejoint St Mamet ou le n°18 rejoint la route forestière d'Herran pour arriver à Montauban de Luchon.

3h30 500m

Cascade Sidonie (non numéroté)

Départ de St Mamet, direction col du Portillon. Se garer à la sortie du village en bas du col du Portillon en évitant de bloquer l'accès à la piste qui mène à différents itinéraires. De là, suivre l'itinéraire fléché jusqu'à la cascade.

0h30 200m

Granges de Saint-Jean (non numéroté)

Départ 200 m avant Artigue, à droite sur une piste carrossable. Après 50 mn : embranchement en Y, prendre le chemin de droite qui descend jusqu'à une grange restaurée (10 mn), la contourner par la droite et arriver aux ruines de Saint-Jean (10 mn).

1h10 200m

n°30 : Chemin de l'Impératrice - Cirque de la Glère

Suivre le sentier du Port de Vénasque jusqu'au Pont de Penjat, prendre à droite le chemin de l'Impératrice jusqu'au Cirque de la Glère.

1h30 200m

Vallée d'Oueil

balisage :

n°55 : De Saccouvielle à Cazaril

Départ : à l'entrée de Saccouvielle, prendre à droite la route goudronnée puis herbeuse qui monte légèrement. À la Tour de Castel Blancat, revenir sur vos pas pour continuer vers Cazaril par la source d'Estup. Arrivée à l'église de Cazaril.

1h15 50m

n°60 : St Aventin - Benqué - Bourg d'Oueil

Départ de l'église de St Aventin. Arrivée à Bourg d'Oueil.

3h00 450m

n°61 : Col de Pierrefitte - Lac de Bareilles

Départ à la sortie de Bourg d'Oueil. Depuis le col de Pierrefitte, un sentier rejoint le lac de Bareilles. Variante depuis le Port de Bales (Temps : 1h50)

2h10 515m

n°62 : De Cirès à Bourg d'Oueil

Départ de l'église de Cirès, prendre à gauche la piste qui mène au départ de la route du Port de Bales. Arrivée à Bourg d'Oueil.

0h30 100m

Hospice de France

balisage :

n°21 : Chemin des Chèvres

Départ : Prendre le sentier qui part derrière les bâtiments de l'Hospice de France. Arrivée à la cabane de Campsaure.

1h00 270m

n°22 : Chemin de Fontaine Rouge

Départ : De l'Hospice de France, prendre le sentier jusqu'au plateau de Roumingau. Possibilité de continuer jusqu'à la cabane de Campsaure et de redescendre par le sentier n°21.

3h00 340m

n°23 : Le Port de Vénasque

Départ : Suivre le sentier «Les Boms de Vénasque» (lacs et refuge). Arrivée au Port de Vénasque.

3h30 1100m

n°24 : Chemin de la Frèche

Départ : Suivre le sentier jusqu'à la cabane du Pesson. Arrivée aux Étangs de la Frèche.

2h30 820m

Jour de la Cabane de Pesson (non numéroté)

Suivre le sentier n°24 « Chemin de la Frèche ». Après le pont au niveau de la cabane, prendre à droite et passer dans le sous-bois jusqu'à l'intersection avec le n°23 « Port de Vénasque », puis prendre à droite pour le retour vers l'Hospice de France. Cet itinéraire constitue une boucle.

1h15 120m

n°30 : Chemin de l'Impératrice - Cirque de la Glère

Suivre le sentier du Port de Vénasque jusqu'au Pont de Penjat, prendre à droite le chemin de l'Impératrice jusqu'au Cirque de la Glère.

1h30 200m

Vallée du Lys

balisage :

n°40 : Lac Vert

Départ : Du parking, prendre la passerelle à gauche et suivre les itinéraires communs n°40 & 41.

3h00 900m

n°41 : Lac Bleu

Départ : Même itinéraire que le n°40 jusqu'à la Coume puis tourner à droite vers le chemin qui monte au Pratlong.

4h00 1000m

n°42 : Chemin de l'Houradade

Départ commun avec le n°43, avant le gouffre prendre le 42 jusqu'à la prairie d'Artigue. Possibilité de redescendre par le n°40.

1h30 245m

n°43 : Ru d'Enfer

Départ de la cascade d'Enfer. Arrivée au gouffre d'Enfer (1h) Traverser un pont de pierres. Arrivée au Ru d'Enfer.

2h00 445m

Vallée du Larboust

balisage :

n°70 : Chemin de O6 à La Moraine

Départ : De la fontaine du centre du village d'O6, gagner le haut du village. Arrivée à la chapelle de La Moraine. Possibilité de continuer vers Cathervielle après avoir traversé la route (+ 30 mn)

1h00 200m

n°71 : Chemin O6 à Astau

Départ : Prendre la piste qui part à droite du pont à la sortie du village. Arrivée aux Granges d'Astau.

1h00 170m

n°72 : De Cazeaux-de-Larboust à O6 par les Granges de Labach

Départ : A la sortie du village de Cazeaux vers O6, prendre la petite route qui part à gauche vers les Granges de Labach, passage du col de la Coume. Arrivée au village d'O6. Possibilité de revenir par un sentier plat qui longe la rivière (cf. ci-dessous).

3h30 450m

n°72 : De O6 à Cazeaux-de-Larboust

Départ : A l'entrée du village de O6, prendre à gauche avant les terrains de tennis, le sentier arrive en bas du village de Cazeaux.

1h30 50m

n°74 : Chemin Portet - Jurville - Poubeau - (Cathervielle)

Départ à gauche de l'église de Portet de Luchon. Arrivée au village de Poubeau. Possibilité de continuer jusqu'à Cathervielle (+1 h)

1h00 400m

n°75 : De La Moraine de Garin à Portet

Départ : A la sortie du village de Garin, au lieu-dit La Moraine de Garin, le sentier longe la route sur la droite. Arrivée au village de Portet de Luchon.

0h45 90m

n°76 : De Gouaux-de-Larboust aux Agudes

Départ à la sortie du village de Gouaux de Larboust sur la route des Agudes. Arrivée au parking de la station des Agudes.

0h45 200m

n°77 : Les Cromlechs

Départ derrière l'église de Saint-Aventin par le sentier n°60 puis suivre le n°77 sur la gauche. Après 1h de montée, on atteint les alignements mégalithiques protohistoriques de la montagne d'Espiau.

1h30 400m

n°79 : De O6 à Gouaux-de-Larboust

Départ derrière l'église d'O6. Aussitôt après, prendre à gauche une belle montée en lacets qui débouche sur la route à 400 m en contrebass du village de Gouaux-de-Larboust.

1h30 350m

GR 10

balisage :

Lac d'O6 - Lac d'Espingo - Lac du Portillon

Granges d'Astau - Lac d'O6 : 1h15 - Dénivelé : 392 m -
Lac d'O6 - Lac d'Espingo : 1h30 - Dénivelé : 450 m -
Lac d'Espingo - Lac du Portillon : 2h - Dénivelé : 610 m -

De Superbagnères au Lac d'Espingo

Du plateau de Superbagnères, prendre la piste montant vers la piste de ski de fond des crêtes et suivre le balisage du GR 10 qui longe la crête du Cécéir.

3h00 550m

D'Astau au Val d'Esquierry

Départ 100 m à droite avant les Granges d'Astau.

2h30 1000m

De Luchon à Superbagnères

Départ derrière la place du Marché, rue Lally, puis chemin de Superbagnères.

3h00 1200m

De Juzet de Luchon à Artigue

Départ après la dernière maison du village de Juzet de Luchon, au bas de la route de Sode.

2h00 700m

D'Artigue à la Crête de Cigalères

Départ : Traverser le village d'Artigue puis prendre la piste fermée par une barrière sur la droite. A l'arrivée, le GR10 continue en direction de Fos (+2 h).

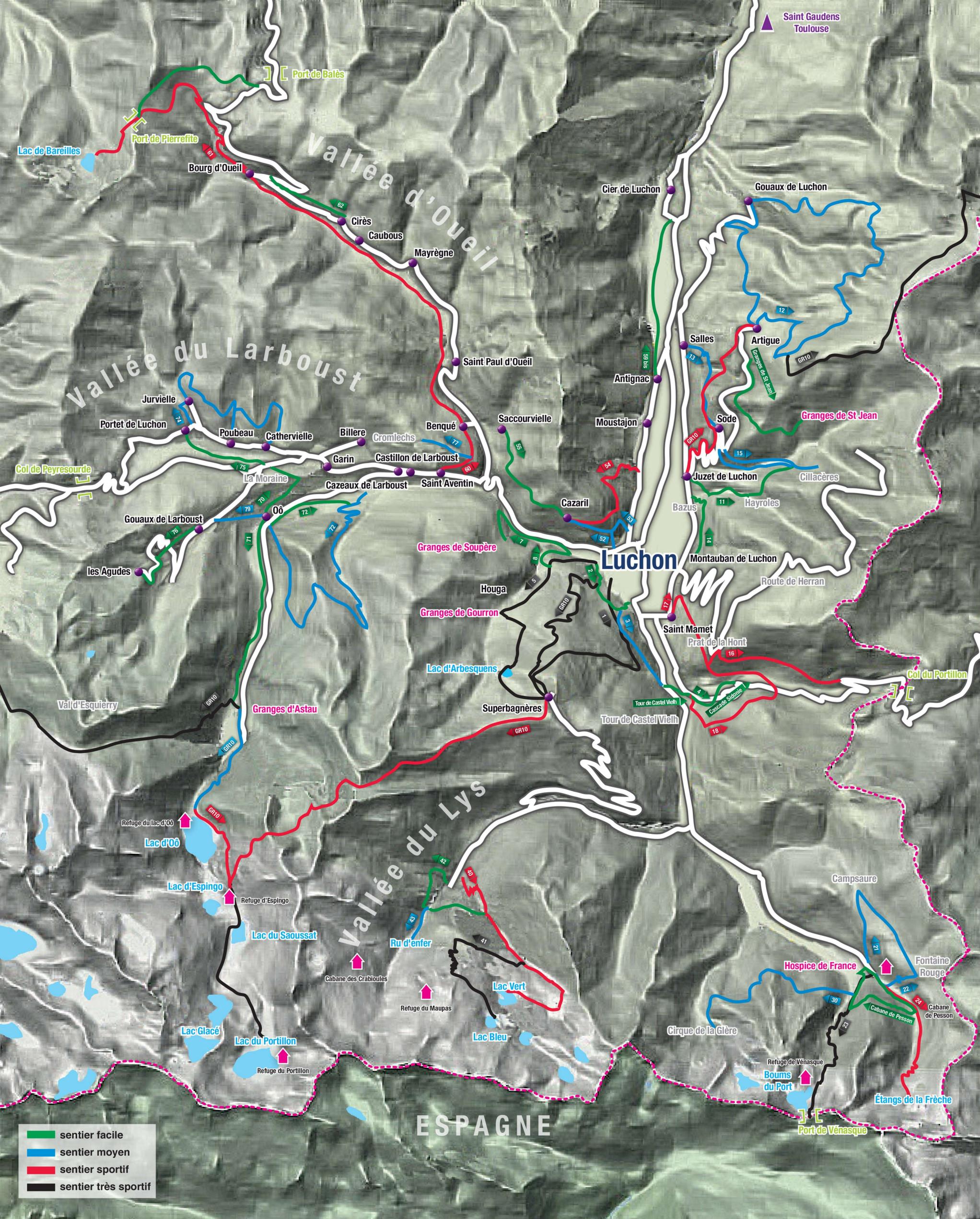
5h00 900m

NOUVEAU GRATUIT

JOUE AU GDS !

Entre amis ou en famille :
Jeu de piste des temps modernes avec GPS

Retrouvez les caches et répondez aux questions
1 Circuit « initiation » à partir de Luchon
1 Circuit « montagne » à partir de l'Hospice de France
Informations à l'Office de tourisme et à l'hospice de France



- sentier facile
- sentier moyen
- sentier sportif
- sentier très sportif



Appli
Téléchargez notre application
Iphone : Balades et Randonnées



14 balades, entre 2h et 7h de marche vous permettront de découvrir de superbes villages adossés à la montagne, quelques uns des plus beaux lacs et cirques du Luchonais, ainsi que les vallées magnifiques du Larboust, d'Oô, d'Oueil, du Lys et de l'Hospice de France.

Grâce à cette application, Luchon vous ouvre ses plus beaux sentiers de bergers et ses quartiers d'été des villages montagnards.

Sur les sentiers, vous pourrez utiliser les cartes détaillées des randonnées même sans être connecté au réseau. Grâce à la géolocalisation, vous saurez où vous êtes à n'importe quel moment.

Les recommandations

Pour votre confort, votre tranquillité et votre sécurité lors de votre randonnée, il convient de respecter quelques règles.

Bien préparer sa randonnée

Choisissez un parcours adapté à vos capacités physiques et techniques.

Choisissez un équipement adapté aux difficultés, à la durée, et aux conditions climatiques. Munissez-vous de bonnes chaussures. Emportez un vêtement chaud en toute saison. En été : lunettes de soleil, crème solaire, chapeau.

Emportez une trousse de premiers secours.

Prévoyez votre pique-nique, et une quantité d'eau suffisante : 1L au moins par personne, voire 2 en été.

Avant de partir :

Informez votre entourage de votre itinéraire et de l'heure approximative de retour. Ne partez jamais seul. Consultez la météo. Evitez de partir par mauvais temps. Sachez faire demi-tour en cas de changement de conditions climatiques.

Respectez la nature et sachez rester un invité discret et attentif

- Remportez vos déchets
- Contemplez les fleurs, ne les cueillez pas
- Gardez les chiens en laisse
- N'allumez pas de feu
- N'effrayez pas les troupeaux
- Respectez les propriétés privées et les alpages, refermez les barrières
- Ne troublez pas la tranquillité des animaux sauvages.

Recommandations particulières

Vous pouvez rencontrer des chiens de protection des troupeaux contre les grands prédateurs. Ceux-ci ont besoin d'identifier que vous n'êtes pas un danger pour le troupeau. S'ils vous approchent, adoptez un comportement calme, arrêtez-vous. Dès qu'ils s'éloignent, poursuivez tranquillement votre chemin et contournez le troupeau. Si votre chien de compagnie est autorisé dans la zone que vous fréquentez, il doit être fermement tenu en laisse.

Les sentiers sont fréquentés par tous types d'usagers : piétons, personnes à mobilité réduite, VTT, cavaliers... Soyez donc vigilants lors des dépassements ou croisements.