



RÉSERVE NATURELLE DU NÉOUIELLE

Cette randonnée se déroule dans le cadre prestigieux du massif du Néouvielle* et de la réserve naturelle du même nom. Ici, la montagne y est fort belle et particulièrement pittoresque. Ce sont encore les glaciers qui ont façonné dans le granit les lacs naturels et déposé ici et là des blocs erratiques. La réserve naturelle du Néouvielle contient une richesse écologique extraordinaire : des lacs, des tourbières, une forêt de pins à crochets la plus élevée d'Europe et, bien sûr, une faune très riche inféodée à ces milieux. Que du bonheur !

CARACTÉRISTIQUES de l'ITINÉRAIRE
DURÉE : 3h15 ou 5h **DÉNIVELÉ :** 350 ou 450 m **ALTITUDE :** 2 200 m **NIVEAU :** facile ou moyennement facile

Itinéraire

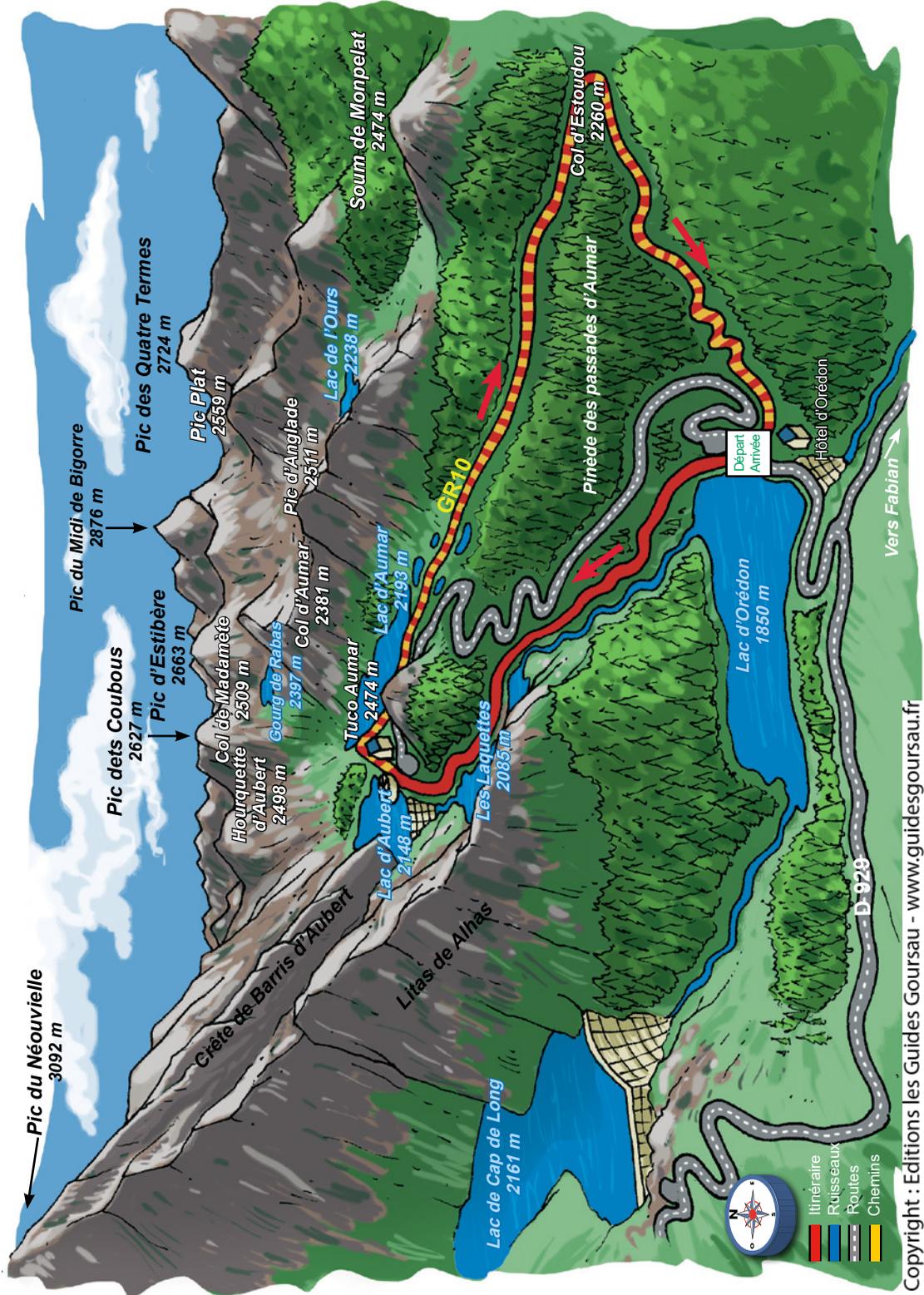
De la place de la Mairie, en voiture, vous prenez la direction de l'Espagne par la D929. Au village de Fabian, vous tournez à droite en direction des lacs. La route monte dans les gorges de la nêste* de Couplan. À 9 km environ, vous tournez encore à droite en direction du lac d'Orédon. Dans la descente, vous voyez le lac : magnifique ! En voiture toujours, vous passez sur le barrage, vous prenez un ticket à l'entrée de la réserve et vous gardez votre véhicule (le parking est payant). Votre randonnée commence ici. Regardez le lac, son eau verte. Calme et volupté. Le sentier démarre au bout du

parking. Il est plat et s'enfonce dans la forêt au-dessus du lac. Le sentier monte. On voit le torrent que l'on entendait jusqu'alors.

On monte toujours. Vous arrivez sur un replat, les laquettes* ne sont pas loin. Les voilà, admirez ces nappes d'eau limpide aux reflets changeants entourées de verdure et de rochers où se reflète le pic de Ramougn, ça peut être un paradis ! Vous passez les laquettes* pour atteindre le barrage du lac d'Aubert. Vous rejoignez la table d'orientation et un parking. Vous prenez le sentier de sable granitique. Vous montez jusqu'au carrefour hourquette* d'Aubert - col de Madamète. De là, vous accédez au lac d'Aumar.

Vous le longez par le GR10 jusque devant son petit barrage. Ensuite, vous descendez à droite le petit sentier pour rejoindre la table d'orientation. Vous revenez par le même sentier. Il est possible de descendre en bus. Renseignez-vous avant de partir.

Variante : Au lac d'Aumar, vous empruntez le GR 10 qui file au col d'Estoudou. Le relief est accidenté. Peu avant le col, aux abreuvoirs, votre itinéraire tourne à droite, on quitte le GR10 pour redescendre à Orédon. 400 m de dénivelé à descendre en fin de journée ce n'est pas facile, d'autant qu'il y a des marches un peu hautes, mais c'est un des plus beaux itinéraires !



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

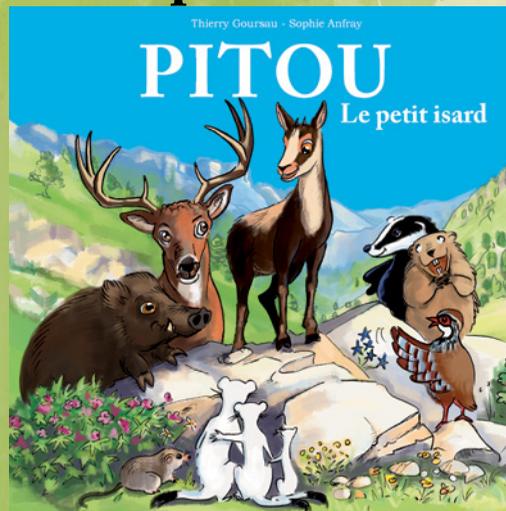
Pyrénées sommets

Télécharger dans l'App Store | Disponible sur Google play

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

AVENTURES DE PITOU

Le petit isard



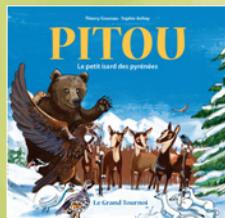
Emblème de la montagne pyrénéenne, l'isard longtemps pourchassé est un animal gracieux et agile à l'excellent odorat qui abonde dans le Parc National des Pyrénées. Le personnage principal de cette histoire pour enfants s'appelle Pitou (petit chevreau de moins d'un an en patois pyrénéen). Ses meilleurs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

La randonnée est une activité physique très saine. On est en contact avec le sol, la terre, la roche, l'herbe et l'eau. Marcher sur la terre ! N'est-ce pas déjà une idée sublime ?

Quand on part en randonnée, on a d'abord des chaussures adaptées, type chaussures de randonnée légères, montant jusqu'à la cheville, avec des semelles crantées (ce type de chaussures est encore très utile quand on visite le marais poitevin ou la côte bretonne et même les jours de pluie). Ensuite, on prend un sac à dos pour deux voire trois personnes maximum, dans lequel on doit y mettre par personne et pour une journée : Un litre d'eau (attention, les bouteilles plastiques se fissurent facilement), un casse-croûte et un en-cas (fruits secs et frais), un vêtement de pluie, un vêtement chaud, une casquette (attention aux insolation), et peut-être l'appareil photo, les jumelles (attention au poids), la crème solaire, le crayon et les feuilles à dessin (ce n'est pas lourd !).

On est prêt. Partez lentement, c'est l'échauffement, la mise en route. Cela dure de 20 à 30 minutes. Après quoi, vous allez trouver votre rythme, votre « horloge intérieure ». Vous ne manquerez pas de vous arrêter, surtout avec des enfants. Profitez-en pour souffler une minute, pour contempler, sentir, entendre : on y arrive mieux après un effort. Les petites choses ont aussi une grande importance.

Buvez régulièrement par petites gorgées afin d'éviter la déshydratation. Dans les villages, il y a des fontaines. L'eau est potable sauf s'il est mentionné par écrit un avis contraire. Par contre en montagne, on ne doit pas boire l'eau des torrents, des ruisseaux et autres points d'eau à cause des troupeaux qui pacagent librement. Seule l'eau de source pourrait être bue, mais il faut connaître les sources.

Sur la plupart des itinéraires, vous rencontrerez certainement des animaux domestiques : vaches, moutons, chevaux... ne les dérangez pas. Si vous avez un chien, il est simplement demandé de le surveiller afin de ne pas effrayer les troupeaux. Par contre les chiens sont interdits dans le parc national, les réserves naturelles, les réserves de chasse.

Si vous devez ouvrir une barrière, une clôture, il est impératif de la refermer derrière vous. De même pour les portes des cabanes et des refuges. Soyez vigilant dans ces hauts lieux en

Le Guide des balades familiales de Saint-Lary

réalisé par Michel Chazottes, accompagnateur en montagne à Saint-Lary



Les 15 plus belles promenades autour de Saint-Lary

**En Vente
en librairie ou sur
www.guidesgoursau.fr**

les respectant et en les préservant de toute dégradation. N'allumez pas de feu et ramenez systématiquement vos déchets et peut-être aussi ceux des autres.

Il y a souvent des orages les après-midi d'été. Avant de partir, consultez le bulletin météo du jour affiché à l'office de tourisme. Si le risque d'orage menace dans la montée, n'hésitez surtout pas à faire demi-tour. Si vous êtes en haut, descendez rapidement. Le brouillard est aussi à craindre. Soyez vigilant quant à l'itinéraire et surtout restez toujours ensemble, bien regroupés.

Ne partez jamais seul en montagne et prévenez un proche de votre itinéraire (ne pas en changer) et de votre départ.

La pratique des sentiers pédestres proposés dans ce topo-guide reste sous votre entière responsabilité.