

Ficha técnica | Ruta de senderismo guiada | Nivel 4/5  | 6 días de caminata

Travesía de los Pirineos Parte

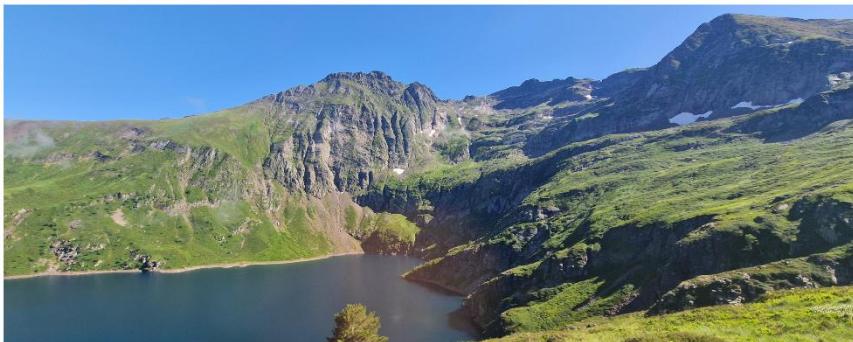
5 : Bagnères de Luchon – Aulus les Bains

El circuito en resumen

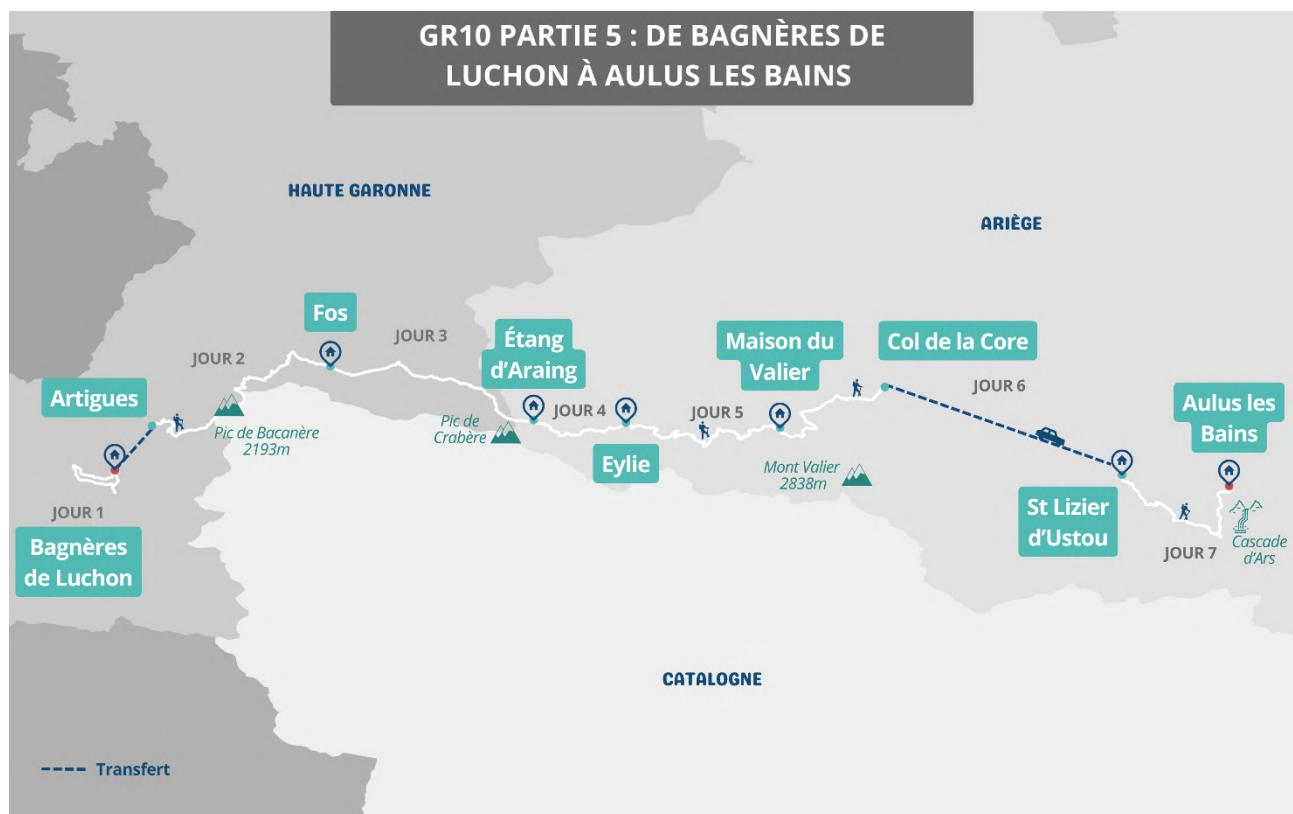
- Caminata guiada con un guía titulado (BE AMM) especialista de la región
- Viaje itinerante
- Alojamiento en albergues y refugios de montaña
- Transporte de vuestro equipaje entre cada etapa, excepto durante 1 noche en refugio
- Acceso y regreso fáciles desde Luchon y Saint Gérons
- Duración 7 días / 6 noches

Puntos destacados

- **El GR10 como hilo conductor**
- Una parte del itinerario dentro del Parque Natural de los Pirineos Ariégeoises
- Las magníficas vistas sobre las altas cumbres del Luchonnais, los Encantats y la Maladeta
- Los pequeños pueblecitos de montaña preservados
- Caminata a través del Couserans, el territorio del Oso
- La belleza salvaje de Ariège
- Travesía de la Reserva del Mont Valier
- Un itinerario entre bosque, pastos y miradores



El itinerario de esta quinta parte de la travesía de los Pirineos, cuyo famoso GR10 sirve de hilo conductor, abandona progresivamente los Pirineos Centrales para adentrarse en los Pirineos Ariégeoises y la región muy salvaje del Couserans. Desde Luchon, situado en el extremo sur de Haute-Garonne, os espera una magnífica primera etapa panorámica por las crestas fronterizas de Bacanère. A lo lejos, la Maladeta y sus glaciares resplandecientes, donde se eleva el Aneto (3404 m), techo de los Pirineos, captará sin duda vuestra mirada. Luego, tras pasar el pueblo de Fos, os adentraréis en el Parque Natural de los Pirineos Ariégeoises y descubriréis al mismo tiempo el bonito estanque de Araing, dominado por la cima del Crabère. El panorama desde allí os permitirá apreciar la magnitud de los grandes espacios salvajes y de los profundos valles que recorreréis en los días siguientes. A continuación, el itinerario se dirige hacia la Reserva del Mont Valier, cima emblemática del Couserans y territorio del oso. Finalmente, llegaréis al pueblo termal de Aulus les Bains, habiendo previamente tomado el tiempo para admirar la cascada de Ars, considerada por numerosos pirineístas como la más bella de los Pirineos.



•PROGRAMA

Día 1 : De Artigue a Fos



Encuentro con vuestro guía acompañante por la mañana a las 8h en Luchon para un traslado al pueblo de Artigue, punto de partida de la caminata (15 min). Desde el pueblo de Artigue, iniciaréis una ascensión hasta el collado de Peyrahitte. Poco después del collado, un magnífico itinerario por la cresta fronteriza, que culmina en el Pic de Bacanère (2193 m), os permitirá disfrutar de un fantástico panorama que se extiende desde las cumbres de Ariège hasta las de los Altos Pirineos, pasando por el Luchonnais, el Aneto (pico más alto de los Pirineos), los Encantats y muchos otros. Esta maravillosa vista panorámica os acompañará a lo largo de un agradable recorrido por la cresta de 3 km, salpicado de pequeños picos-mirador. Luego, el descenso se realizará de cabaña en cabaña, a través de un entorno forestal, hasta llegar al pueblo de Fos.

- Distancia: 20km, duración: aproximadamente 7h45, desnivel positivo: +1000m, desnivel negativo: -1650m.

Día 2 : De Fos al Estanque de Araing



Desde el pueblo de Fos y el Comminges, tras una larga ascensión y el paso por el collado d'Auérán a 2176 m de altitud, abandonaréis Haute-Garonne para adentraros en Ariège y el Couserans. Desde el collado, divisaréis el precioso refugio de Araing, destino de la etapa, situado cerca del estanque del mismo nombre, bajo los acantilados de la cima del Crabère. Los paisajes recorridos ya anuncian los grandes espacios salvajes de esta región de los Pirineo.

- Distancia: 16km, duración: aproximadamente 7h, desnivel positivo: +1700m, desnivel negativo: -300m.

Día 3 : Del Estanque de Araing a Eylie



El itinerario del día une el refugio de Araing con el pequeño pueblo de Eylie d'en Haut, en las puertas de la Alta Ariège y del salvaje Couserans. Esta corta etapa está idealmente situada para recuperar de los días anteriores, pero sobre todo para prepararse tranquilamente para la larga etapa siguiente. Sin embargo, si las ganas y la forma del grupo lo permiten, vuestro guía podrá también proponeros descubrir por la mañana hermosos rincones secretos alrededor del lago y el refugio de Araing.

- Distancia: 8km, duración: aproximadamente 4h15, desnivel positivo: +400m, desnivel negativo: -1350m.

Día 4 : De Eylie a la Maison du Valier



Desde Eylie, esta etapa deportiva en el corazón del Couserans atraviesa los espacios salvajes típicos de esta parte de los Pirineos: bosques de haya, pastos de altura, cabañas de pastores... Al pasar por los collados de l'Arech y Clot du Lac, disfrutaréis de hermosas vistas sobre las montañas de la región, elevándose sobre profundos valles. Llegaréis así al Pla de la Lau y a la Maison du Valier.

- Distancia: 18km, duración: aproximadamente 8h30, desnivel positivo: +1550m, desnivel negativo: -1600m.

Día 5 : De la Maison du Valier al collado de la Core



Etapa por senderos frecuentemente en balcón, entre alta montaña y el piedemonte del Couserans. Dejaréis atrás el macizo del Mont Valier, cima emblemática del Couserans, disfrutando de hermosas vistas sobre él y sobre las otras altas cumbres de la zona. El encantador pequeño estanque de Ayes también alegrará el recorrido, antes de llegar al collado de la Core. Al final de la caminata, traslado desde el collado de la Core a St Lizier d'Ustou para evitar un tramo del GR10 sin alojamiento.

- Distancia: 13,5km, duración: aproximadamente 6h30, desnivel positivo: +1250m, desnivel negativo: -800m.

Día 6 : De St Lizier d'Ustou a Aulus les Bains



Esta etapa marca la transición entre el Couserans y la Alta Ariège. Desde el bonito caserío de St Lizier d'Ustou, enclavado en el corazón de un valle muy verde, iniciaréis un ascenso hasta el collado de Escots. Desde allí se abre una bella vista sobre las últimas altas cumbres fronterizas del Couserans. Luego descenderéis en dirección al pueblo termal de Aulus les Bains, pasando por el circo Casérien y la bonita cascada del Fouillet. Si el grupo tiene buena forma, un largo desvío por el estanque de Guzet y la cascada de Ars permitirá admirar una de las más bellas cascadas de los Pirineos.

- Distancia: 15km, duración: aproximadamente 6h30, desnivel positivo: +1100m, desnivel negativo: -1100m.

Día 7 : Fin de estancia en Saint Gérons

Después del desayuno, traslado (35 min) a Saint Gérons y fin de la estancia. Podréis así disfrutar del mercado de Saint Gérons, clasificado entre los más bonitos de Francia. A lo largo del río Salat, este lugar de encuentro tan acogedor ofrece una gran variedad de productos locales: verduras, embutidos, aves, pan, millas, quesos, miel, mermeladas, pasteles y otros productos naturales de ganadería y huerta.

Los programas han sido elaborados según los últimos elementos conocidos en el momento de la redacción: siempre pueden surgir imprevistos y situaciones ajenas a nuestra voluntad que modifiquen su desarrollo. En el lugar, nuestros guías son los mejores jueces y pueden verse obligados a modificar el itinerario en función del clima o si la seguridad del grupo lo requiere.

•PUNTO DE ENCUENTRO Y FIN DEL VIAJE

Punto de encuentro :

El día 1 a las 8h en Bagnères de Luchon con vuestro guía: sesión informativa del viaje, entrega del picnic del día y traslado al pueblo de Artigue, punto de inicio de la caminata. El guía se pondrá en contacto con vosotros unos días antes del viaje para indicar el lugar exacto de encuentro.

Fin del viaje :

El día 7 en Saint Girons después del traslado desde Aulus les Bains.

•FECHAS Y PRECIOS

Número de participantes

Grupo de 4 a 11 personas.

Salida

Salida asegurada a partir de 4 personas

Del domingo 12/07/2026 al sábado 18/07/2026

Del domingo 02/08/2026 al sábado 08/08/2026

Del domingo 23/08/2026 al sábado 29/08/2026

Precio : 990€/persona

Suplementos :

- Suplemento por traslado de regreso de Saint Girons a Bagnères de Luchon: 70€/persona
- Noche adicional en Luchon y/o Aulus les Bains: Consultar con nosotros

El precio incluye :

- El alojamiento en pensión completa, desde el picnic del día 1 hasta el desayuno del día 7
- Transporte de equipaje entre los alojamientos, excepto 1 noche en refugio el día 2
- Los traslados mencionados en el programa
- La supervisión por un guía titulado (BE AMM) especialista de la región

El precio no incluye :

- Los seguros
- Los traslados no incluidos en el programa
- Las visitas
- 15 € de gastos de gestión
- Las bebidas

•INFORMACIÓN TÉCNICA

Naturaleza del terreno

Senderismo por buenos senderos; el terreno es variado pero con frecuencia rocoso.

Nivel 4

Para senderistas entrenados y en buena condición física, que ya tengan experiencia en rutas de montaña. Caminatas de 7 a 8 horas diarias de media, con desniveles de entre 1000 y 1300 m, por senderos accesibles, aunque a veces en terreno accidentado (canchales, pedreras...) y en ocasiones no señalizado.

NB : Los tiempos de marcha indicados son orientativos; se trata de horarios medios que solo tienen en cuenta el tiempo efectivo de caminata, sin incluir las pausas. Según las condiciones meteorológicas, el ritmo de marcha puede variar, desde +300 m hasta +500 m de ascenso por hora.

Supervisión

Excursión guiada por un BE Guía de Montaña especialista de la región.

Transporte del equipaje

Durante la caminata, solo debéis portar vuestras pertenencias personales del día, el picnic y agua suficiente. Excepto para la noche en refugio del día 2, donde deberéis llevar vuestro equipaje personal necesario para la noche (saco de dormir, ropa de recambio, artículos de aseo). Se recomienda un equipaje acompañante fácilmente transportable (ver nuestros consejos sobre equipamiento).

Vuestro equipaje transportado

Los equipajes deben entregarse a más tardar a las 9h en la recepción del alojamiento. Serán entregados en vuestro alojamiento siguiente antes de las 17h. Se admite un único equipaje acompañante por persona. Por razones logísticas, se solicita limitar el peso del equipaje a 15 kg como máximo y evitar maletas rígidas: nuestros logísticos y transportistas deben cargar y descargar decenas de bultos cada día, a veces con muchas escaleras. El transportista podrá cobrar un suplemento al final de la caminata si los equipajes son demasiado pesados o numerosos.

• ALOJAMIENTO/COMIDAS

Alojamiento

Pensión completa (noche + cena + desayuno + picnic)

5 noches en casa rural de etapa en dormitorio compartido los días 1, 3, 4, 5 y 6

1 noche en refugio de montaña en dormitorio compartido el día 2

Para la noche en habitación: habitación de 2 a 3 personas

Comidas

- Desayuno continental (té, café, leche, pan, mantequilla, mermelada).

- Cena, generalmente basada en especialidades locales, incluyendo entrante, plato principal y postre.

- Picnics incluidos.

- Bebidas no incluidas.

• INFORMACIÓN PRÁCTICA

Cómo llegar a Luchon :

- Por avión: Aeropuerto de Lourdes-Tarbes; Aeropuerto de Toulouse-Blagnac
- Por tren y bus: Trenes TER desde las principales ciudades hacia Montréjeau (<https://www.oui.sncf>) y luego bus de Montréjeau a Luchon.
- Por carretera: Desde París 825 km, vía Limoges, Toulouse, Saint-Gaudens / Desde Lyon 663 km, vía Narbonne, Toulouse, Saint-Gaudens / Desde Marsella 520 km / Desde Burdeos 314 km, vía Agen, Auch / Desde Toulouse 140 km, vía Montréjeau

Aparcamiento de vehículo :

Aparcamientos gratuitos en Luchon: detrás de la Oficina de Correos, cerca del teleférico, frente a la estación de tren SNCF, salida de Luchon. Si dejáis vuestro vehículo durante toda la estancia, consultad con la oficina de turismo si habrá eventos (fiestas, mercados...) en el lugar de estacionamiento.

Cómo salir de Saint Girons :

Bus de Saint Girons a Boussens. Luego conexiones en tren TER a varias ciudades: Toulouse, Pau, Burdeos...

Cómo llegar a Luchon desde Saint Girons :

Bus de Saint Girons a Boussens. Tren TER de Boussens a Montréjeau. Bus de Montréjeau a Luchon.

Posibilidad de reservar un traslado de regreso a Luchon: 70€/persona

• QUÉ LLEVAR EN VUESTRO EQUIPAJE

Vuestro equipaje transportado :

Deben depositarse antes de las 9h en la recepción de vuestro alojamiento. Serán entregados en el alojamiento siguiente antes de las 17h. Solo se transporta 1 equipaje por persona. Por razones logísticas, os pedimos limitar el peso del equipaje transportado a un máximo de 15kg, y evitar las maletas rígidas: nuestros equipos logísticos y socios transportistas deben cargar y descargar decenas de maletas cada día, a veces con muchas escaleras. El transportista podrá cobrarlos al final de la ruta un suplemento si los equipajes son demasiado pesados o demasiado numerosos.

La mochila

El tamaño de la mochila es muy importante y puede variar según el tipo de viaje.

- Para una ruta sin transporte de equipaje, mínimo 30 L
- Para una ruta con transporte de equipaje ligero o parcial, mínimo 50 L
- Para una ruta con transporte de equipaje, mínimo 60 L

Debe contener:

- Fondo de mochila (ropa de lluvia, ropa de abrigo, camiseta de repuesto, gafas de sol, crema solar, botiquín, material para el picnic, objetos personales, ...)
- Almuerzo tipo picnic del día (llevar una caja de plástico)
- Suficiente agua (cantimplora de al menos 1,5 litros)

El calzado

Es uno de los elementos más importantes. Debe ser ante todo cómodo, impermeable y transpirable. Un buen soporte del tobillo es indispensable. Si tenéis que comprar un par nuevo, os recomendamos probar las botas antes de comenzar vuestro viaje. No elijáis una talla demasiado pequeña, ya que los pies tienden a hincharse. Para caminatas cortas, os recomendamos calzado de senderismo flexible tipo trekking, con una buena suela y un buen refuerzo trasero. Para rutas de montaña de más de 4 horas, elegir botas de caña alta con una suela bastante rígida. Atención con el calzado que ha pasado demasiado tiempo en el armario: la vida útil de unas botas es de 2 a 5 años. Con el tiempo, las suelas pueden despegarse y las costuras romperse.

La ropa específica para el senderismo

- Una chaqueta cortaviento e impermeable (tipo goretex)
- Una chaqueta polar o un jersey
- Un pantalón de senderismo, un pantalón corto y camisetas (preferiblemente de materiales transpirables)
- Ropa de recambio y ropa interior personal
- Un bañador y una toalla
- Para el inicio y el final de la temporada, llevar guantes finos y un gorro para las rutas en altitud

Para dormir

- Un saco sábana es esencial para todas las estancias que incluyan noches en gîte o refugio (mantas proporcionadas)
- Tapones para oídos

El picnic

- Cubiertos (tenedor, cuchillo plegable)
- Cantimplora de al menos 1,5 L o Camelback, mucho más práctico...

Otro material

- Un par de zapatillas o sandalias para la tarde
- Un par de bastones telescópicos (opcionales)
- Gafas de sol y crema solar
- Sombrero, gorra o sombrero tipo "bob"
- Cámara de fotos...
- Un pequeño neceser con toalla
- Una linternas o frontal
- Papel higiénico
- Un botiquín básico: medicamentos personales, Compeed para las ampollas, esparadrapo, gasas, desinfectante, árnica en gránulos y aspirina para pequeñas molestias... una manta de supervivencia