

Ficha técnica | Viaje por libre | Nivel 4/5     | 6 días de caminata por el GR10

GR10 Cauterets - Bagnères de Luchon : Vía el circo de Gavarnie

El circuito en resumen

- Senderismo en libertad sin guía
- Posibilidad de versión confort con 4 noches en habitación
- Ideal para caminar en familia, con amigos o en pareja
- Transporte de vuestros equipajes entre cada etapa (según la opción elegida), excepto durante 3 noches en refugios (versión normal) o 2 noches en refugio (versión confort)
- Acceso y regreso facilitado desde Cauterets y Luchon
- Duración: 7 días / 6 noches

Puntos destacados

- Una parte del itinerario dentro del Parque Nacional de los Pirineos
- El descubrimiento de la Reserva Natural de Néouvielle y sus innumerables lagos de montaña
- Una fauna y una flora ricas y variadas
- El descubrimiento de la impresionante cara norte del Vignemale
- La región de Luchonnais y sus lagos: lago d'Oô, Espingo, Saussat...
- Bonitos pueblos de montaña: Cauterets, Saint-Lary-Soulan, Germ, Bagnères-de-Luchon...



www.gr10-liberte.com / www.respyrenees.com
www.maison-iputxainia.com

Tél : (33) 5.34.14.51.50 ou (33) 6.10.97.16.54
info@respyrenees.com

En el corazón de los Pirineos centrales, la variante de este cuarto tramo de la travesía de los Pirineos os invita a descubrir lugares excepcionales, comenzando por el magnífico valle de Gaube y su espectacular lago. El paso por las Oulettes de Gaube, al pie de la impresionante y espectacular cara norte del Vignemale, y luego el descubrimiento del Circo de Gavarnie, son los otros momentos destacados de la primera parte de la caminata. Después, de Barèges a Bagnères de Luchon, la naturaleza os abre de par en par sus puertas. Atravesaréis la Reserva Natural del Néouvielle y sus notables lagos de origen glaciar, antes de llegar, pasando por los pueblos con carácter de Azet o Germ, al famoso refugio guardado del lago de Espingo, y finalmente a Bagnères de Luchon, la Reina de los Pirineos.



• PROGRAMA

Día 1: Inicio del viaje en Cauterets



Instalación en vuestro alojamiento en Cauterets, lugar emblemático del termalismo. Posibilidad de descubrir la ciudad y su patrimonio arquitectónico, la Maison du Parc Nacional o realizar una caminata.

El Turon des Oules y la meseta de Lisey

Caminata por entorno forestal hasta el Turon des Oules, desde donde dominaréis la estación de Cauterets, y/o hasta la meseta de Lisey, un auténtico valle glaciar suspendido con posibilidad de continuar hasta el puerto que os promete un panorama grandioso.

- **Distancia: 12km, duración: aproximadamente 5h, desnivel positivo: +850m, desnivel negativo: -850m**

Día 2: De Cauterets al refugio de Baysellance



La primera parte de la caminata está animada por el bullicio de las cascadas del Gave du Jéret, por un sendero que os llevará de Cauterets al Pont d'Espagne. La subida continúa hasta el famoso lago de Gaube y luego al refugio de las Oulettes de Gaube, al pie del imponente Vignemale (3298 m) y su impresionante cara norte, cumbre mítica en la historia del pirineísmo. A continuación, continuaréis hacia la Hourquette d'Ossoue antes de llegar al refugio de Baysellance (2651 m). Del 4 de julio al 30 de agosto, es posible tomar a las 8:00 la lanzadera pública de Cauterets al Pont d'Espagne para acortar la etapa (5,5 €/persona; no incluido en el precio).

- **Distancia: 19,5km, duración: aproximadamente 8h, desnivel positivo: +1950m, desnivel negativo: -250m**
- **Distancia: 12,5km, duración: aproximadamente 5h, desnivel positivo: +1250m, desnivel negativo: -100m (con lanzadera en julio/agosto)**

Día 3: Del refugio de Baysellance a Gavarnie



La etapa de hoy os lleva a Gavarnie y su famoso Circo mineral. A continuación, os espera un descenso largo y hermoso. Tras pasar las cuevas Bellevues, excavadas por el conde Henry Russell entre 1881 y 1893, descenderéis al valle de Ossoue. Una vez superada la presa de Ossoue, un bonito sendero en balconada os llevará al pueblo de Gavarnie, desde el cual podréis disfrutar de magníficas vistas del circo, conocido mundialmente.

- **Distancia: 17km, duración: aproximadamente 6h, desnivel positivo: +250m, desnivel negativo: -1500m**

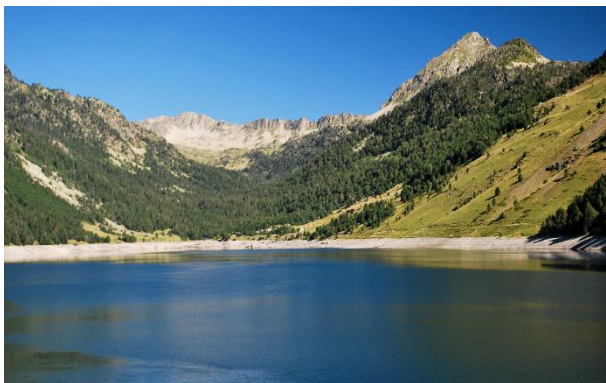
Día 4: De Tournaboup al Lago de l'Oule (o Orédon)



Por la mañana, traslado desde Gavarnie al aparcamiento de Tournaboup (también podéis hacer este tramo a pie, añadiendo dos noches en Luz y Barèges: consultadnos). Desde Tournaboup, iniciaréis un ascenso hasta el Col de Madamète a través del precioso valle de Aygues Cluses y sus lagos. Tras pasar el collado, entraréis en la espléndida Reserva Natural de Néouvielle, donde podréis admirar los paisajes encantadores que se os ofrecerán. La etapa termina en los lagos d'Aumar y d'Aubert, el Col d'Estoudou y, finalmente, el lago de l'Oule. Para la versión confort, la etapa finaliza en el lago de Orédon.

- Distancia: 18km, duración: aproximadamente 7h30, desnivel positivo: +1200m, desnivel negativo: -850m (versión normal con llegada al lago de l'Oule)
- Distancia: 15,5km, duración: aproximadamente 6h, desnivel positivo: +1000m, desnivel negativo: -650m (versión confort con llegada al lago de Orédon)

Día 5: Del lago de l'Oule (o Orédon) a Vieille-Aure



Desde el refugio de l'Oule, bordeáis el lago y ganáis altitud hasta alcanzar el puerto de Portet, culminando a 2215 m. Desde el puerto, pasando por la estación de esquí alpino de Saint-Lary y los pastos de altura, el GR10 desciende hacia el pueblo de montaña de Vieille-Aure y el sitio de su mina de manganeso cerca de Saint-Lary-Soulan. Para la versión confort, la salida se realiza desde el lago de Orédon.

- Distancia: 17,5km, duración: aproximadamente 6h45, desnivel positivo: +500m, desnivel negativo: -1500m (versión normal, salida desde el lago de l'Oule)
- Distancia: 20km, duración: aproximadamente 8h, desnivel positivo: +800m, desnivel negativo: -1850m (versión confort, salida desde el lago de Orédon)

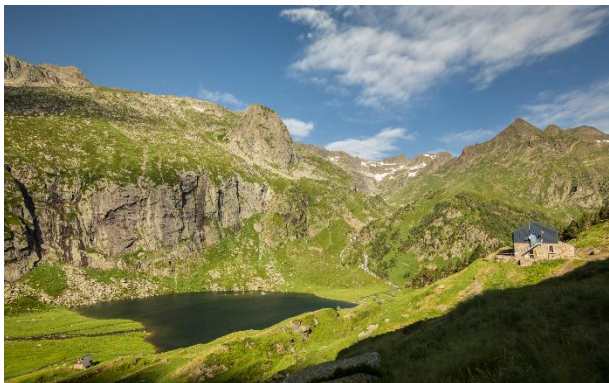
Día 6: De Germ al refugio de Espingo



Por la mañana, traslado a Germ. (También es posible realizar este tramo a pie, añadiendo una noche en Germ, consultadnos). Podréis disfrutar de un espléndido mirador hacia los picos franco-españoles. Aquí, la vida cotidiana de las poblaciones locales está marcada por las actividades agropecuarias. Desde el pueblo, el GR10 atraviesa el Pas de Couret, a 2131 m de altitud, para descender hacia el Luchonnais. Finalmente, la subida hacia el lago de Espingo por las Granges d'Astau, y luego el lago de Oo, ¡es una auténtica maravilla! Posibilidad de dividir esta larga etapa en 2 añadiendo una noche extra, consultadnos.

- Distancia: 17km, duración: aproximadamente 8h, desnivel positivo: +1650m, desnivel negativo: -1050m

Día 7: Del refugio de Espingo a Luchon



La caminata hacia Luchon os devuelve al ambiente de alta montaña. El GR10 atraviesa la Hourquette des Hounts Secs, luego el puerto de la Coume de Bourg, a 2272 m de altitud, con una posible variante ida y vuelta fuera del GR10 hasta el Pic de Céciré, alcanzando los 2403 m. Desde la cima, la vista se extiende hacia el macizo de la Maladeta y sus glaciares en deshielo, así como hacia el diedro de Spijeoles. El descenso hacia Luchon se realiza a través de la estación de Superbagnères. En julio y agosto, existe la posibilidad de tomar la telecabina de la estación de esquí para evitar un largo descenso (10,50 €/persona; no incluido en el precio).

- **Distancia: 18,5km, duración: aproximadamente 7h30, desnivel positivo: +650m, desnivel negativo: -1950m**
- **Distancia: 11,5km, duración: aproximadamente 4h45, desnivel positivo: +650m, desnivel negativo: -800m (con telecabina en julio/agosto)**

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.

• FECHAS Y PRECIOS

Salidas

Todos los días desde principios de julio hasta finales de septiembre.
Inscripción a partir de 2 personas (viajero individual: consultarnos).

Del 01/07/2026 al 30/09/2026

Precio con transporte de equipaje por vehículo :

Precio/pers (grupo de 2 personas)	800€
Precio/pers (grupo de 3 personas)	715€
Precio/pers (grupo de 4 personas)	670€
Precio/pers (grupo de 5 personas)	650€
Precio/pers (grupo de 6 personas)	635€

Precio sin transporte de equipaje (a la espalda) :

Precio/pers (grupo de 2 personas)	655€
Precio/pers (grupo de 3 personas)	615€
Precio/pers (grupo de 4 personas)	590€
Precio/pers (grupo de 5 personas)	580€
Precio/pers (grupo de 6 personas)	575€

Suplementos :

- Versión confort (4 noches en habitación): 130 €/persona
- Suplemento habitación individual (si elegís la versión confort): 130 €/persona
- Suplemento 6 picnic: 85 €/persona
- Suplemento traslado de regreso de Luchon a Caunterets: 305 € por traslado
- Suplemento traslado de regreso de Luchon a Caunterets domingos y festivos: 330 € por traslado

- Noche adicional en Cauterets en media pensión, habitación doble: 75 €/persona
- Noche adicional en Cauterets en media pensión, habitación individual: 90 €/persona
- Noche adicional en Cauterets en media pensión, dormitorio compartido: 60 €/persona
- Noche adicional en Luchon en media pensión, habitación doble: 75 €/persona
- Noche adicional en Luchon en media pensión, habitación individual: 115 €/persona

El precio incluye:

- El alojamiento en media pensión
- El transporte de equipaje según la opción elegida, excepto para 3 noches en refugios los días 2, 4 y 6 (versión normal)
- El transporte de equipaje según la opción elegida, excepto para 2 noches en refugios los días 2 y 6 (versión confort)
- Los traslados de los días 4 y 6
- Dossier de viaje con mapas y topografía: 1 dossier para 4 personas
- Acceso al itinerario detallado en nuestra aplicación móvil
- Trazas GPS disponibles bajo petición

El precio no incluye:

- Los seguros
- 15 € de gastos de gestión
- Las duchas de pago en los refugios
- Las bebidas y los pícnic

• PERSONALIZAD VUESTRO VIAJE

Los itinerarios se ofrecen a título indicativo. Pueden modificarse según vuestros objetivos. Nuestros viajes están siempre diseñados para ofrecer la mejor calidad, al precio más justo.

Si queréis:

- mejorar vuestro tipo de alojamiento,
- alargar o reducir la duración de vuestro viaje,
- organizar vuestras propias visitas y actividades,
- disponer de un traslado desde el aeropuerto,
- agregar una noche antes o después del viaje, etc...

Contactar con Gaëtan

Tel : 05 34 14 51 50

gaetan@respyrenees.com

• ORGANIZACIÓN

Nos encargamos de reservar vuestros distintos alojamientos a lo largo del circuito, del transporte de equipaje según la opción elegida, excepto para 3 noches en refugios los días 2, 4 y 6 (versión normal) o 2 noches en refugio los días 2 y 6 (versión confort). También nos ocupamos de vuestros traslados de los días 4 y 6; además, os proporcionamos un dossier completo con mapas y topografías detalladas, así como acceso al itinerario completo en nuestra aplicación móvil. Además, durante vuestra caminata, nuestro equipo de asistencia podrá responder a todas vuestras preguntas y, si es necesario, ofreceremos los consejos útiles para el buen desarrollo de vuestro viaje.

Vuestros traslados durante el viaje : Incluso si habéis reservado la versión sin transporte de equipajes.

- Día 4: A las 7h30 de la mañana, traslado (45 min) con un corresponsal local desde Gavarnie hasta el parking de Tournaboup. Este traslado se ha previsto para evitar un tramo poco interesante del GR10. También es posible realizar este tramo a pie, añadiendo dos noches en Luz y Barèges: contactadnos.

- Día 6: A las 7h45 de la mañana, traslado (30 min) con un corresponsal local desde Vielle-Aure hasta el pueblo de Germ. También es posible hacer este tramo a pie, añadiendo una noche en Germ: contactadnos.

• INFORMACIÓN TÉCNICA

Nivel 4

Senderistas entrenados, en buena condición física y con experiencia en senderismo de montaña. Caminata de 7 a 8 horas por día en promedio, con desniveles de 1.000 a 1.300 m de media, por senderos accesibles, pero también en terreno accidentado (desprendimientos, pedregales...), con algunas pequeñas dificultades técnicas puntuales. Los tiempos de marcha indicados son orientativos; son horarios medios que solo consideran la duración efectiva de la caminata, sin incluir los tiempos de descanso. Según las condiciones climáticas, el ritmo de marcha también puede variar, pudiendo oscilar entre +300 m y +500 m de ascenso por hora.

Supervisión

Ruta por libre, sin guía.

Transporte del equipaje

Durante la caminata, solo llevaréis vuestras pertenencias personales para el día de marcha (picnic, agua, etc.). Excepto durante las noches en refugios los días 2, 4 y 6 o solo los días 2 y 6 para la versión confort, donde deberéis llevar vuestras pertenencias personales necesarias para la noche (sábana de saco, ropa de repuesto, artículos de aseo). Preved un equipaje ligero y fácil de transportar (ver nuestros consejos sobre equipo). Salvo que hayáis elegido la versión sin transporte de equipajes, en cuyo caso llevaréis todas vuestras pertenencias de una etapa a otra.

Vuestro equipaje transportado (si habéis elegido la fórmula con transporte de equipaje entre los alojamientos)

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 cobraros al final de la ruta un suplemento si los equipajes son demasiado pesados o demasiado numerosos.

• ALOJAMIENTO/COMIDAS

Alojamiento

Media pensión

3 noches en dormitorio compartido en casa rural los días 1, 3 y 5.

3 noches en dormitorio compartido en refugio de montaña los días 2, 4 y 6

VERSIÓN CONFORT (con suplemento) :

1 noche en habitación en casa rural el día 1

1 noche en habitación en hotel** el día 3

1 noche en habitación en casa de huéspedes el día 5

1 noche en habitación en chalet/hotel de montaña el día 4

2 noches en dormitorio compartido en refugio de montaña los días 2 y 6

Para las noches en dormitorio compartido, llevad un saco sábana (mantas proporcionadas).

Las comidas

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

- Cenas a base, a menudo, de especialidades locales, incluyendo un entrante, un plato principal y un postre.

- Picnics no incluidos. Posibilidad de reservarlos con antelación (con suplemento) o comprarlos directamente en el lugar, en los alojamientos o en las tiendas o panaderías mencionadas en el roadbook

- Bebidas no incluidas.

• INFORMACIÓN PRÁCTICA

Inicio: El día 1 en vuestro alojamiento en Cauterets, según vuestra hora de llegada.

Fin: El día 7 en Luchon, tras vuestra caminata.

Cómo llegar a Cauterets en transporte público :

Numerosos trenes desde las principales ciudades hacia Lourdes (a veces con correspondencias) : <https://www.sncf-connect.com>

Autobús de Lourdes a Cauterets (Hautes Pyrénées – Línea 965, eje Lourdes > Cauterets) : <https://www.lio-occitanie.fr/horaires-et-plans/>

Cómo salir de Luchon en transporte público :

Desde Luchon, tren hacia las principales ciudades (con correspondencias) : <https://www.sncf-connect.com>

Cómo llegar a Cauterets desde Luchon en transporte público :

Tren de Luchon a Lourdes (con correspondencia en Montrejeau) : <https://www.sncf-connect.com>

Autobús de Lourdes a Cauterets (Hautes Pyrénées – Línea 965, eje Lourdes > Cauterets) : <https://www.lio-occitanie.fr/horaires-et-plans/>

Aeropuertos más cercanos :

Aeropuerto de Tarbes-Lourdes

Aeropuerto de Toulouse-Blagnac

Aeropuerto de Pau

Aparcamiento de vehículos en Cauterets :

Todos los aparcamientos de pago y gratuitos visibles en esta página : <https://www.cauterets.com/blog/stationnement-a-cauterets/>

Aparcamiento de vehículos en Luchon :

Todos los aparcamientos de pago y gratuitos visibles en esta página : <https://www.mairie-luchon.fr/stationnement/>

Si dejáis vuestro vehículo durante toda la duración de vuestro viaje, os recomendamos informaros en la oficina de turismo para saber si se celebrarán eventos (fiestas, mercados, etc.) en el lugar donde estacionéis.

Se aconseja encarecidamente viajar en tren para evitar los desplazamientos de regreso al punto de partida para recoger el vehículo, ya que los trayectos pueden resultar muy largos y con poca conexión, o bien costosos si optáis por volver en taxi. No obstante, si decidís venir en coche, os recomendamos dejar vuestro vehículo el primer día en el punto de llegada y desplazáros después hasta el punto de inicio del viaje, ya que dispondréis de tiempo para hacer el trayecto y no estaréis cansados tras vuestra semana de senderismo.

• QUÉ LLEVAR EN VUESTRO EQUIPAJE

Vuestro equipaje transportado (si habéis elegido la fórmula con transporte de equipaje entre los alojamientos)

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 cobraros 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 con transporte de equipaje por vehículo: mínimo 30L
- Para una ruta con transporte parcial o reducido de equipaje: mínimo 50L
- Para una ruta con transporte de equipaje a la espalda: mínimo 60L

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 senderismo

- Una chaqueta cortaviento e impermeable (tipo Gore-Tex)
- Una chaqueta polar o jersey
- Un pantalón para caminar, un pantalón corto y camisetas (preferiblemente de materiales transpirables)
- Ropa de recambio y ropa personal
- Un bañador y una toalla
- Para principios y finales de temporada, llevad guantes finos y un gorro para las rutas en altitud

Para dormir

- Un saco sábana es imprescindible para todos los viajes que incluyan noches en albergue o refugio (mantas proporcionadas).

Atención: según la normativa Covid-19 vigente en los refugios en 2022, es posible que no se proporcionen mantas. En ese caso, será necesario llevar un saco de dormir para esas noches. Esto os será indicado lo antes posible antes de vuestro viaje.

- Tapones para oídos.

El pícnic

- Una fiambra hermética de plástico (0,8 L) para transportar las ensaladas del pícnic.
- Cubiertos (tenedor, cuchillo plegable)
- Cantimplora de mínimo 1,5 L o Camelbak, 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 de aseo, con toalla
- Una linterna 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.