

N°	Randonnées	Temps (A/R)	Dénivelé	Départ
1	Les Lacets de Pauze-Vieux	1h	110m	Thermes de César
2	La Cabane du Bousquet	0h45	110m	Derrière le fronton
3	La Raillère et le Camp de la Russe	1h40	120m	Chalet Bleu (av. du Mamelon Vert)
4	La Raillère et la Cascade du Lutour	2h15	120m	Chalet Bleu (av. du Mamelon Vert)
5	La Ferme Igau et la Ferme Basque	2h30	300m	Les Marronniers (av. du Mamelon Vert)
6	L'Hostellerie de la Reine Hortense	2h30	300m	Derrière le fronton
7	Le Turon des Oules	3h15	450m	Derrière le fronton
8	La Fruitière	3h20	440m	Thermes de César
9	Les Granges de Pan et d'Hourmigous	4h	550m	Le Fronton (continuer après la Reine Hortense)
10	Le Chemin des Voyageurs	6h	460m	Caserne des pompiers
11	Le Chemin des Cascades	4h30	570m	 Chalet Bleu (av. du Mamelon Vert)
12	Les Granges d'Espoune	4h	600m	Quartier Hount Hérède
12+	Le Pic du Cabaliros	7h30	1250m	Ferme Igau
13	Le Tour du Plateau du Lisey	5h	700m	Derrière le fronton
14	La Cabane du Cinquet	5h	950m	Pavillon des Abeilles (av. du Mamelon Vert)
14-	Le Pont de Sahucs	3h45	560m	Pavillon des Abeilles (av. du Mamelon Vert)
15	Le Col de Riou	6h30	1000m	Derrière le fronton
16	Le Lac de Gaube	2h30	280m	  Pont d'Espagne
16+	 Le Lac de Gaube	1h40	/	 Pont d'Espagne
17	Le Lac d'Estom	4h	440m	 La Fruitière
17+	Le Refuge Russel	4h	580m	 La Fruitière
18	Le Lac d'Illhéou	3h30	650m	 Le Cambasque
18+	 Le Col d'Illhéou	1h30	100m	Départ Crêtes du Lys
18+	 Le Lac d'Illhéou	3h00	310m	Départ Crêtes du Lys
19	Le Refuge du Marcadau	5h	400m	  Pont d'Espagne

EN VENTE
À L'OFFICE DE
TOURISME

GUIDE DES BALADES

19 ITINÉRAIRES
ORIGINAUX
POUR TOUS

CAUTERETS
HAUTES-PYRÉNÉES



Restaurant

Refuge

Remontée mécanique

Parking

Parcours faciles

Parcours moyens

Parcours sportifs

GR10

Limite Parc National

Le bivouac est autorisé à proximité des refuges de 19h à 9h. Il est interdit de faire du feu.

