



Un peu trop chaud à Toulouse ? Prenez vos chaussures de montagne et partez vous rafraîchir en altitude, à la découverte de lacs dont certains sont accessibles aux marcheurs débutants et d'autres aux randonneurs confirmés.

Lac d'Oô

Des lacs tout en hauteur, *itinéraires pédestres des lacs de montagne sur les hauts de Luchon*

A 1h30 de Toulouse, la Haute-Garonne pyrénéenne vous accueille au cœur des Pyrénées. Situés autour de la ville de Luchon, les lacs de montagne sont de véritables havres de fraîcheur aux heures les plus chaudes de l'été, mais également des destinations de randonnées à couper le souffle au printemps et à l'automne. Si certains ne sont destinés qu'à des randonneurs expérimentés, d'autres sont plus accessibles et vous permettront de passer une journée inoubliable au milieu des sommets majestueux de cette « Très Haute-Garonne ».

Pourquoi on aime ?

- ▶ Les reflets des sommets pyrénéens dans les eaux claires.
- ▶ Le silence des hauteurs.
- ▶ La boisson du refuge qui désaltère ou qui réchauffe en redescendant !
- ▶ En fonction de sa forme, chacun sa rando, chacun son rythme, chacun son lac !

Y aller

- ▶ Point de départ : Luchon
- ▶ 9 étapes possibles
- ▶ Durée recommandée : selon votre état de forme !
- ▶ Meilleures périodes : printemps, été, automne



CIRCUIT DÉCOUVERTE N° 13 - CARTE



Partagez, Likez
#TourismeHG



► Difficile de conseiller un spot photo, tant ces lacs des Pyrénées et paysages montagnards sont à couper le souffle ! Des spots photos à n'en plus finir...

- 1 Granges d'Astau
- 2 Vallée du Lys
- 3 Hospice de France
- a Lac d'Oô
- b Lac d'Espingo
- c Lac du Portillon
- d Lac Vert
- e Lac Bleu
- f Lac Céladina
- g Lac du Boum
- h Lac de la Montagnette

1 Au départ du village d'Oô, aux granges d'Astau

Le lac d'Oô (365 m de dénivélé)

Qui n'a jamais entendu parler du Lac d'Oô ? Certainement pas les cruciverbistes ! Oô, c'est surtout un petit village qui a donné son nom à son célèbre lac, très fréquenté par les touristes car il est très accessible par une large piste. Il faut compter environ 1h30 de marche depuis les Granges d'Astau, mais vous ne serez pas déçus par sa cascade grandiose. Mais qui dit accessible, ne dit pas plat...

Le lac d'Espingo (740 m de dénivélé)

Situé à 1h30 de montée supplémentaire du Lac d'Oô, à 1882 m, le lac d'Espingo est niché en contrebas du refuge du même nom. Il vous faut passer par le col d'Espingo qui grimpe à 1967 m. Le chemin de montée domine le lac d'Oô et la vue y est incroyable. Parfois glissant, un bon équipement et l'habitude de la marche sont nécessaires. Bien plus calme que le lac d'Oô, vous êtes là au cœur des Pyrénées sur des pelouses appréciées des chevaux qui y passent l'été.

Col du Portillon (1420 m de dénivélé)

Vous êtes sportive ou sportif ? Alors l'ascension continue ! Ambiance haute-montagne pour ce lac, où vous ne croirez que des alpinistes venus taquiner les plus hauts sommets du secteur, tout comme le Perdiguère, le plus haut sommet de la Haute-Garonne avec ses 3222 m. Situé plus haut encore que le lac d'Espingo, il faut une bonne habitude de la marche et de l'altitude pour y grimper. Dans un environnement très minéral, il n'est pas rare de devoir traverser un névé ou deux pour y accéder. La petite halte au refuge est bien méritée !

2 Au départ de la vallée du Lys, depuis le parking

On quitte le secteur d'Oô pour descendre à Luchon et ensuite se rendre à la vallée du Lys, en direction de Superbagnères. La vallée du Lys est partagée par la rivière éponyme, qui est un lieu idéal de pique-nique les jours de chaleur. Tentez la promenade très facile vers l'impressionnante cascade d'Enfer, elle est accessible à tous. Si vous souhaitez marcher un peu plus, vous pouvez aller jusqu'au gouffre d'Enfer, cela reste une promenade facile et agréable dans la forêt.

Le lac Vert (950 m de dénivelé)

Il vous faudra 3h pour accéder au Lac Vert qui doit ce nom à ses reflets émeraude de toute beauté. Avec un dénivelé de près de 1000 m, un peu d'entraînement est conseillé pour cette randonnée ! L'endroit est idéal pour pique-niquer et même tremper les pieds si vous le souhaitez. Bref, c'est la garantie d'une journée pas comme les autres !

Du lac Célanda au lac Bleu par les lacs de Port-Viel et Charles (1560 m de dénivelé)

On prend un peu plus d'altitude pour voir ces quatre lacs qui sont situés au-dessus du lac Vert. Cela veut dire que vous aurez une journée d'environ 8 h de marche, parfois dans des zones sensibles avec quelques passages aériens, et vous atteindrez les 2500 m d'altitude. Autant dire que cette randonnée n'est pas pour les débutants ! Le caractère brut de la nature environnante laisse sans voix. Fleurs, cascades, palette de couleurs infinies sont les trophées des bons marcheurs.

3 Au départ de l'Hospice de France

Pèlerins, réfugiés, colporteurs et randonneurs d'aujourd'hui, l'Hospice de France a toujours été témoin d'échanges avec l'Espagne. Le chemin que vous allez emprunter pour vous rendre vers les lacs du Boum et le Port de Venasque a même été classé route nationale au début du XXème siècle ! Accessible en voiture, l'Hospice de France est une destination agréable pour les familles voulant pique-niquer et se balader. Sa situation très encaissée au milieu de hauts sommets rend cet endroit magique.

Les lacs du Boum (1070 m de dénivelé)

Au départ de l'Hospice de France, il vous faudra environ 2h30 pour monter aux lacs du Boum, mais le chemin sinueux est régulier et agréable. Il peut être parfois délicat lorsqu'il s'agit de passer les guets. Succession de trois petits lacs, ils sont nichés près du refuge du même nom. Pour les plus courageux, il suffit de parcourir 100 m de dénivelé supplémentaire pour atteindre la crête frontière et admirer l'immense massif de l'Aneto, point culminant des Pyrénées à 3404 m.

Le lac de la Montagnette (1200 m de dénivelé)

Souvent enneigé en début d'été, le lac de la Montagnette est un dégradé bleu, vert, turquoise absolument fabuleux. Il peut se rejoindre par les lacs du Boum et le col de la Montagnette en ajoutant 30 à 45 minutes depuis les lacs du Boum. L'endroit est très peu fréquenté, ce qui est appréciable lorsque l'on vient de l'Hospice de France qui connaît un succès sans faille.

C'EST SECRET...

► Certains de ces lacs de montagne sont reliés entre eux par un système de galeries construites au début du XXème siècle. Ce sont des lacs de retenue qui servent à alimenter la centrale hydroélectrique du lac d'Oô à Luchon ou la station de ski de Superbagnères pour le fonctionnement des canons à neige.



Où se régaler/s'endormir ?

Une sélection Haute-Garonne Tourisme et
Tables & Auberges de France

LUCHON

Auberge de l'Hospice de France

(hôtel, restaurant)

06 88 32 40 64 - hospicedefrance.com

OÔ

Les Spijeoles

(hôtel, restaurant)

05 61 79 06 05 - lesspijeoles.free.fr



REFUGES

Refuge du Lac d'Oô

(gîte d'étape et de groupe)

05 61 79 12 29 - lacdoo.cla.fr

Refuge d'Espingo

(gîte d'étape et de groupe)

05 61 79 20 01 - refugedespingo.ffcam.fr

Refuge du Portillon

(gîte d'étape et de groupe)

05 61 63 74 42 - refugeduportillon.ff.com.fr

Auberge de l'Hospice de France

(hôtel, restaurant)

06 88 32 40 64 - hospicedefrance.com

Où s'informer ?

► Attention : la randonnée est une activité physique qui nécessite entraînement et équipement adaptés. Pour certaines, la connaissance de la montagne est indispensable.

► Météo : la prudence est de mise avant de partir, se renseigner des conditions météorologiques prévues lors de votre séjour.

meteofrance.com ou 08 99 71 02 31

► Bureau des guides de Luchon : parce qu'il est indispensable de connaître l'état des chemins (enneigement, difficultés de terrain...), l'encadrement par un professionnel de la montagne peut s'avérer nécessaire. Guides ou accompagnateurs en montagne sont là pour vous faire partager leur connaissance de cet environnement si particulier.



Lac d'Espingo

**Pendant votre séjour, trouvez toutes les infos pour découvrir, visiter,
où manger, se divertir... :**

visitehautegegaronne.com