



Senderismo en Luchón y Val de Louron, Pirineo francés

ÍNDICE

1	Presentación.....	1
2	Destino	2
3	Datos básicos.....	2
3.1	Nivel físico y tipo de terreno para este viaje	3
4	Programa.....	3
4.1	Programa resumen	3
4.2	Programa detallado	4
5	Precio. Incluye/ No incluye.....	5
5.1	Incluye.....	5
5.2	No incluye	5
6	Más información	5
7	Puntos fuertes	7
8	Otros viajes similares	8
9	Contacto.....	8

1 Presentación

Este verano volvemos a descubrir nuevos paisajes **del Pirineo francés**, un destino ideal para escapar del calor gracias a sus frondosos bosques, sus verdes praderas y la frescura de sus montañas. En esta ocasión viajaremos hasta la comarca de **Luchon**, en el **Alto Garona**, muy próxima al **Valle de Arán** y considerada uno de los rincones más atractivos y auténticos de los Pirineos franceses.

Durante el viaje exploraremos algunos de sus valles más emblemáticos: **Pique, Lys y Ôo**, además del espectacular **valle de Louron**, ya en el departamento de **Hautes-Pyrénées**. Todos ellos ofrecen paisajes de gran belleza, rodeados de imponentes cumbres que superan los 3.000 metros, como el **Crabioules, Maupas, Gourgs Blancs o Bachimala**. Lagos de origen glaciar, cascadas, ríos de aguas cristalinas y extensos pastos de montaña componen un entorno natural de enorme atractivo, perfecto para disfrutar de la naturaleza en estado puro.

Uno de los grandes encantos de esta región es la abundancia de agua y vegetación, que dota al paisaje de una atmósfera fresca y alpina muy característica del **Pirineo francés**. Además, muchos de sus lagos permiten el baño, una experiencia irresistible para quienes quieran refrescarse rodeados de un escenario incomparable.

El viaje también nos llevará a recorrer algunos de los espectaculares hayedos de la zona, auténticos túneles verdes donde caminar se convierte en una experiencia especialmente agradable durante el verano. Naturaleza, historia y paisajes de alta montaña se combinan en este destino que destaca por su tranquilidad, belleza y autenticidad.

Nos alojaremos en Bagnères de Luchón, encantadora villa termal, famosa por sus aguas mineromedicinales, aprovechadas ya desde la época romana. A lo largo de los siglos, la localidad se convirtió en lugar de descanso y reunión de destacadas personalidades, entre ellas **Napoleón III o el escritor Gustave Flaubert**.

Hoy en día conserva buena parte del elegante ambiente de **la Belle Époque**, visible en sus edificios históricos, sus cuidados jardines y sus agradables paseos arbolados, que invitan a disfrutar de una estancia tranquila y llena de encanto.

2 Destino

La comarca de **Luchon**, situada en el corazón del **Pirineo francés** y muy próxima al **Valle de Arán**, es uno de los destinos de montaña más atractivos del **Alto Garona**. Rodeada de grandes cumbres y profundos valles glaciares, combina naturaleza, tradición termal y algunos de los paisajes más representativos de esta vertiente pirenaica.

Entre sus montañas destacan cimas que superan los 3.000 metros, como el **Maupas, Crabioules, Gours Blancs o el imponente Bachimala**, que dominan un territorio salpicado de lagos de origen glaciar, cascadas y extensos bosques de hayas y abetos. El paisaje, siempre verde y abundante en agua, ofrece una imagen típicamente alpina que convierte cada ruta en una experiencia visual inolvidable.

La comarca de Luchon, en pleno Pirineo francés, ya era conocida en época romana por sus aguas termales sulfurosas. Los romanos desarrollaron allí unos baños llamados *Aquae Onesiae*, origen de la actual tradición balnearia de la zona.

Durante los siglos XVIII y XIX, Bagnères-de-Luchon vivió un gran auge gracias al termalismo y al turismo aristocrático, hasta ganarse el sobrenombre de “la Reina de los Pirineos”. Nobles, escritores y miembros de la corte francesa acudían allí atraídos por el paisaje y las propiedades medicinales de sus aguas.

3 Datos básicos

Destino: **Luchon y Val de Louron. Pirineo francés**

Actividad: Senderismo

Niveles: B / C

Duración: 5 días.

Época: de julio a octubre.

3.1 Nivel físico y tipo de terreno para este viaje

Nivel físico requerido	
A	Forma física normal, con hábito de caminar No se precisa experiencia previa en montaña Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 600 m
A+	Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 700 m
B	Forma física buena, con hábito de hacer deportes aeróbicos Aconsejable experiencia previa en montaña Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.000 m
B+	Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.200 m
C	Forma física muy buena Imprescindible experiencia previa en montaña Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.500 m

Algunas aclaraciones del nivel físico requerido

El **nivel físico exigido** lo marca el desnivel máximo acumulado a lo largo de una jornada.

El nivel físico exigido no lo marca la etapa con mayor desnivel, lo marca el promedio medio de todas las jornadas que componen la actividad.

El **tipo de terreno** varía entre terreno relativamente cómodo y sin dificultades, terreno irregular, fuera de camino y terrenos con mayor inclinación. En el caso de que haya algún tramo donde se tenga que usar las manos para superar algún obstáculo o se camine por caminos aéreos se indicará en el programa.

El **ritmo de progresión** se hace más constante y con descansos más cortos a medida que pasamos del nivel A al nivel C. En ningún caso, es necesario ir corriendo para realizar cualquier actividad en ninguno de los niveles.

4 Programa

A continuación, puede ver el **Programa resumen** (kilómetros, desniveles y duración de cada día) y el **Programa detallado** con la descripción de los aspectos más relevantes.

4.1 Programa resumen

Día 1. Viaje a Luchon por el Valle de Arán. El valle de Burbe.

Nivel B /C: **Del Portillon a Luchon por el Bosque de la Réouère**

Distancia 7 km Desnivel + 400 m Desnivel – 875 m.

Día 2. El Valle de Lys.

Nivel B: **Circuito del Lac Vert.** Distancia 13 km Desnivel + 1000m. Desnivel – 1000 m.

Nivel C: **Los Lagos Bleu y Vert.** Distancia 16 km Desnivel + 1.400m Desnivel – 1.400 m.

Día 3. Loudenvielle y el Valle de Louron.

Nivel B: **La Neste de Clarabide y el Lago de Pouchergues.** Distancia 20 km Desnivel + 980 m Desnivel – 980 m.

Nivel C: **Lagos de Cailluas y Puchergues.** Distancia 21 km Desnivel +1.200. Desnivel – 1.200 m.

Día 4. El valle de Ôo y Superbagnères.

Nivel B: **De Superbagnères a las Granjas de Astau por el GR10.** Distancia 17 km Desnivel + 880 m Desnivel - 1540 m

Nivel C: **De las Granjas de Astau a Superbagnères por el GR10.** Distancia 17 km Desnivel + 1.540 m Desnivel - 880 m

Día 5. El Hospice de France y el valle de la Pique. Viaje de regreso.

Nivel B/ C: **De Goust a Laruns por el coll de Besse.** Distancia 13 km Desnivel +925 m Desnivel -1.025 m

4.2 Programa detallado

Día 1. Viaje a Luchon por el Valle de Arán. El valle de Burbe.

Ruta hacia **Luchon** atravesando el Valle de Arán de norte a sur hasta llegar al **Col du Portillon**, donde cruzaremos la frontera con Francia. Tras dejar atrás el puerto, continuaremos por un hermoso recorrido panorámico a través del **bosque de la Réouère** hasta alcanzar **Luchon**, accediendo al hotel caminando.

Nivel B /C: **Del Portillon a Luchon por el Bosque de la Réouère**

Distancia 7 km Desnivel + 400 m Desnivel – 875 m.

Día 2. El Valle de Lys.

En la ruta que conduce a la **estación de esquí de Superbagnères** se abre este valle, considerado uno de los lugares más emblemáticos para descubrir en los alrededores de **Luchon**. Desde aquí parten numerosos senderos que llevan al **refugio de Maupas**, al **Circo de Crabioules** y a los **lagos glaciares Vert y Bleu**. Sin duda, uno de los mayores atractivos del valle es el impresionante **barranco de l'Enfer**, famoso por sus desfiladeros, cascadas y pasos estrechos.

Nivel B: **Circuito del Lac Vert.** Distancia 13 km Desnivel + 1000m. Desnivel – 1000 m.

Nivel C: **Los Lagos Bleu y Vert.** Distancia 16 km Desnivel + 1.400m Desnivel – 1.400 m.

Día 3. Loudenvielle y el Valle de Louron.

Situado junto al **valle de Saint-Lary** y fuera de la región del **Luchonnais**, este magnífico valle de origen glaciar merece una visita por sí mismo, especialmente por el encantador entorno de **Loudenvielle** y su lago, tan armoniosamente integrado en el paisaje que cuesta creer que sea artificial.

El valle de **Louron** enlaza con el valle aragonés de **Chistau** a través del **valle y el puerto de la Pez**. Sin embargo, nuestras excursiones se desarrollarán por el cercano barranco de Clarabide, donde contemplaremos una de las infraestructuras hidroeléctricas más destacadas de los **Pirineos**, dominada por la imponente presencia del **Pico Bachimala** (3.171 m), una de las grandes cumbres de este sector pirenaico.

Nivel B: **La Neste de Clarabide y el Lago de Pouchergues.** Distancia 20 km Desnivel + 980 m Desnivel – 980 m.

Nivel C: **Lagos de Caillaus y Puchergues.** Distancia 21 km Desnivel +1.200. Desnivel – 1.200 m.

Día 4. El valle de Ôo y Superbagnères.

El curioso nombre “**Ôo**”, muy popular entre los aficionados a los crucigramas, procede del término occitano “Eu”, cuyo significado es lago de montaña. De este modo, la denominación **Lac d'Ôo** constituye en realidad una repetición etimológica. Además de su singular nombre, se trata de uno de los lagos más bellos del **Luchonnais** y de acceso más asequible, lo que lo convierte en un destino muy frecuentado por senderistas que parten desde las **Granjas d'Astau**.

En esta ocasión, en lugar de realizar el clásico recorrido de ida y vuelta desde **Astau**, llevaremos a cabo una travesía entre la estación de **Superbagnères y Astau** para el grupo B, mientras que el grupo C efectuará el mismo itinerario en sentido contrario.

Nivel B: **De Superbagneres a las Granjas de Astau por el GR10**. Distancia 17 km Desnivel + 880 m Desnivel - 1540 m

Nivel C: **De las Granjas de Astau a Superbagneres por el GR10**. Distancia 17 km Desnivel + 1.540 m Desnivel - 880 m

Día 5. El Hospice de France y el valle de la Pique. Viaje de regreso.

Pondremos el broche final al viaje descubriendo uno de los enclaves con mayor importancia histórica de la región: el **Hospice de France**, antiguo lugar de paso entre los **valles de Benasque, Arán y Luchon**, cuyos orígenes se remontan al siglo XIII. Disfrutaremos de dos magníficas rutas en las que los distintos grupos tendrán la oportunidad de contemplar las impresionantes vistas del **Macizo de las Maladetas**.

Nivel B/ C: **De Goust a Laruns por el coll de Besse**. Distancia 13 km Desnivel +925 m Desnivel -1.025 m

5 Precio. Incluye/ No incluye

Precio. 895 €. Suplemento individual: + 220 €

5.1 Incluye

- Transporte desde Madrid.
- 4 noches de hotel en habitación doble en régimen de Media Pensión. [Hotel *** d'Etigny](#) en Bagnères de Luchon
- Guía de montaña.
- Seguro de accidentes y rescate.
- Gestión de la actividad.

5.2 No incluye

- Almuerzos (se harán en montaña).
- Bebidas no incluidas en el menú de la cena.
- Nada que no esté especificado en el apartado "incluye".

6 Más información

Hora y lugar de encuentro

Salida de Madrid, **Nuevos Ministerios** a las 07:30 pm [Localización](#).

Salida de Zaragoza - **AVE Delicias** 11:00 h [Localización](#)

Información final del viaje

Entre 7 y 5 días antes del inicio del viaje te informaremos del nombre y teléfono del guía que acompañará al grupo. Además, enviaremos más información útil que te facilitará los preparativos finales.

Material y ropa necesaria para este viaje

- Mochila de día (entre 25-35 litros).
- Botas tipo trekking o zapatillas de montaña (recomendamos no usar zapatillas de correr en montaña).
- Ropa técnica:
 - Calcetines.
 - Pantalón corto y largo ligero tipo trekking.
 - Camiseta térmica (primera capa).
 - Forro polar o similar (segunda capa).
 - Chaqueta de primaloft o plumas ligera y fina.
 - Chaqueta tipo Gore-Tex (tercera capa).
 - Gorra para el sol.
- Gafas de sol.
- Cantimplora mínimo 1,5 litro.
- Botiquín y neceser personal.
- Crema solar y protección labial.
- Bastones telescópicos (si habitualmente los utilizas).

Seguro de viaje

La actividad tiene **incluido un seguro de accidentes y rescate**, pero **no seguro de viaje ni seguro de cancelación**.

Este seguro cubre exclusivamente los riesgos derivados de las actividades de turismo activo previstas en la excursión o viaje, es decir durante la práctica del senderismo, montañismo, esquí, bici, etc.

Si usted practica deportes de montaña u otros deportes de forma regular y además viaja **le recomendamos un seguro de viaje**, que además de cubrir accidentes y rescate tenga mayores coberturas en su viaje.

También tiene la opción de contratar un seguro de cancelación.

Si no dispone de uno, tiene la opción de contratarlo a través de nuestra agencia de viajes. Muntania Outdoors tramita los seguros con Ergo, Iris Global e Intermundial. El coste de estos seguros es menor si lo hace a través de Muntania que si lo hace usted de forma directa con estas compañías.

Consulte los precios y condiciones pinchando [aquí](#)

[Seguro de accidentes y rescate incluido en la península \(España, Portugal y Pirineo Francés\)](#)

Capital asegurado

- Fallecimiento accidente 7.500 €
- Incapacidad permanente absoluta accidente 15.000 €
- Incapacidad accidente según baremo 15.000 €
- Salvamento, rescate u otros gastos derivados del accidente hasta 12.000 €
- Asistencia sanitaria accidente ilimitada en centros españoles concentrados.

Delimitación de cobertura de gastos asistenciales por accidente

- Periodo máximo cobertura de asistencia dental en centros concertados 365 días

- Importe máximo centros NO concertados 12.000. Los gastos serán abonados por el cliente y reembolsados por la aseguradora con posterioridad.
- Importe máximo para cobertura de material protésico y endoprotésico ilimitado
- Importe máximo para cobertura en centros No concertados, hasta 12.000 €
- Importe máximo para cobertura de material protésico dental ilimitado.

* Seguro de accidentes y rescate incluido. Compañía Previs seguros. Nº PÓLIZA 4020015582-0 Global Adventure Team. Teléfono de asistencia 24h 913840330.

** Hay que dar parte a la aseguradora con la mayor brevedad posible. La compañía facilitará un número de expediente. Ese número de expediente es imprescindible para acudir al centro de atención médica. Se tendrá que facilitar ese número de expediente al centro médico.

*** El guía de la actividad tendrá que mandar un parte de accidentes a la compañía aseguradora durante las siguientes 48 horas del accidente.

**** Cualquier otra comunicación relacionada con el siniestro con la compañía aseguradora será responsabilidad del accidentado.

***** Según donde ocurra el incidente, si el centro médico o cualquier otra entidad que actúa en el accidente pide el pago de alguna cantidad de dinero, será el accidentado el que tendrá que abonarlo. Posteriormente el accidentado tendrá que ponerse en contacto con la aseguradora para reclamar la devolución del importe pagado. En cualquier caso, Muntania Outdoors S.L.U. (Grupo Global Adventure Team S.L.) no es responsable de adelantar cualquier pago requerido por rescate o asistencia.

Otras cuestiones

La selección de los itinerarios puede sufrir cambios por motivos meteorológicos o por cualquier otra causa que haga no seguro el recorrido. En ese caso el guía del viaje buscará la mejor de las alternativas posibles.

Enlaces de interés

- [Val de Louron](#)
- [Pirineo Frances](#)

7 Puntos fuertes

- Cruce histórico del Portillón hacia Bagnères-de-Luchon por bosques pirenaicos y vistas sober el valle de Arán.
- Recorrido por el espectacular Valle de Lys, famoso por sus cascadas y lagos glaciares.
- Ascensión a los lagos de alta montaña Lac Vert, Lac Bleu y Caillaus, rodeados de grandes cumbres pirenaicas.
- Descubrimiento del Valle de Louron y sus paisajes alpinos.
- Travesía por el mítico GR10 entre Superbagnères y el valle de Ôo.
- Paso por el entorno histórico del Hospice de France, antigua ruta entre Francia y España.
-

8 Otros viajes similares

- Senderismo en Andorra
- Senderismo en Tavascán y Vall Ferrera
- Senderismo en Val d' Aran
- Senderismo en Benasque
- Senderismo en Ordesa, Añisco y Bujaruelo. Pirineo Aragonés
- Senderismo en Valle de Tena

9 Contacto

Muntania Outdoors/Geographica. Grupo Global Adventure Team S.L (CICMA 4720)

+34 629 379 894 info@muntania.com www.muntania.com www.geographica.es

c/ de Miguel Yuste, N.º 3, 3E 28037 Madrid