

Un Trek Exceptionnel

6 Jours de Traversé
les Pyrénées dans toute leur splendeur

Avec Mandy
du 23-28 août 2026



Pourquoi choisir ce Trek?

Je vous propose :

Un magnifique trek de 6 jours depuis la Vallée d'Ossau au Pont d'Espagne.
Une parenthèse qui nous rappelle la beauté de la nature sauvage.
Nous profitons des nombreux bienfaits physiques et psychologiques de la marche en montagne avec des temps de silence, des pratiques de respiration et, évidemment, des grands moments de partages...

Déconnexion garanti !

Le Trek 6 jours & 5 nuits du 23 au 28 août 2026:

Un trek qui comprend des paysages spectaculaires, nous sommes au cœur du Parc National des Pyrénées.

Il serait très difficile de trouver plus de beauté concentré en 6 jours de marche !

Points forts:

- Nuits en refuges
- Les Lacs d'Ayous
- Le Pic du Midi d'Ossau
- Le cadre idyllique du refuge d'Arrémoulits
- Le passage en Espagne par le Col d'Aratille
- La face nord du Vignemale depuis les Oulettes

Notre Trek



Jour 1-Refuge d'Ayous

Depuis la Vallée d'Ossau, nous montons tranquillement vers notre premier nuit au bord du lac Gentau. Avec de la chance le reflet parfait du Pic du Midi d'Ossau dans l'eau sera au rendez-vous!



Jour 2-Refuge Pombie

Passant par de nombreux lacs scintillants, une cabane de berger ou on aura peut-être la chance d'acheter du fromage fait sur place, le col impressionnant de Peyreget, nous arrivons au pied du Pic du Midi d'Ossau pour la nuit.



Jour 3-Refuge d'Arrémoulits

Une belle descente dans la vallée de Pombie puis une longue montée par Arrious, un passage mémorable par Orteig, et notre refuge pour la nuit, idéalement posé au bord du lac du même nom.



Jour 4-Refuge Marcadau

Une longue et belle journée! Encore et encore des précieux lacs, des cols et une bonne partie de la journée côté Espagnol. Nous arrivons au refuge Marcadau, bucolique, sa rivière, sa chapelle étonnante.



Jour 5-Refuge Oulettes

La vallée d'Aratille nous mène vers le col du même nom et encore un passage en Espagne. Changement de paysage avec la vaste vallée d'Ara qui descend vers Torla. Le col des Mulets nous ramène en France ou notre refuge, posé au pied du spectaculaire face nord du Vignemale.



Jour 6-Descente par la vallée de Gaube

Notre dernière descente dans la vallée de Gaube et son magnifique lac pour arriver au Pont d'Espagne et le fin d'un trek divers, dépaysant, qui nous permet de déconnecter pour notre plus grand bien.

Comment est ce Trek?



Ce trek est grandiose et aussi, non sans difficulté.

Le terrain est souvent en haute montagne avec tous ce que cela implique.

Il faut avoir 'le pied montagnard'.

Les dénivelles sont autour de 1000m/jour, quelques étapes jusqu'à 8h de marche.

Votre sac à dos pèsera entre 8 et 14k.

Le Prix: 790€

Ce prix comprend :

- 6 jours de trek guidés par Mandy
- Votre hébergement en refuge (Ayous, Pombie, Arrémoulits, Marcadau, Oulettes)
- 3 repas/jour fournis par les refuges
- Transport depuis/vers Argeles Gazost pour le début + fin du trek

Le prix ne comprend pas :

- le pique-nique du jour 1
- boissons

Pour votre paiement svp :

Acompte de 290€ au moment de votre réservation
et le restant, 500€, le 1 août 2026

Il y a 10 places.



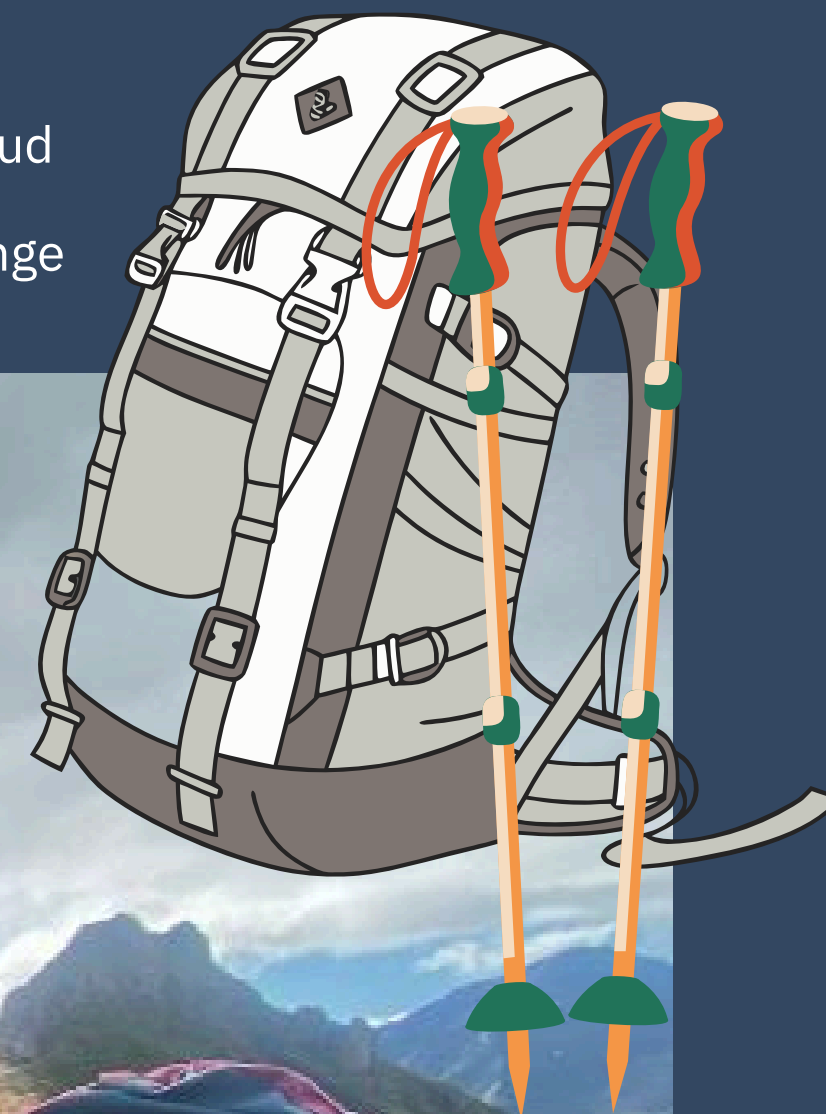
Logistiques:

Arrivée à Argeles Gazost le 23 août
à 9h

Départ le 28 août entre 17 et 19h

Vous avez besoin de:

- Chaussures de rando
- Bâtons de marche
- Sac à dos (40-50l) avec
- Eau
- Affaires de pluie/chaud
- Petite pharmacie
- Vêtements de rechange
- Frontale



Merci de me contacter:



Mandy 0676164831
mandylatchford@yahoo.fr
Yoga'N Walk.com

