

N°20 Le lac d'Estaens

URDOS-PARKING SANSANET

PEDESTRE

Une randonnée agréable à travers forêt et pelouses faciles, un beau point de vue sur la Haute Vallée au cœur du Parc National des Pyrénées (côté français), et le lac sur lequel plane le mystère de la légende de la Saint-Jean.



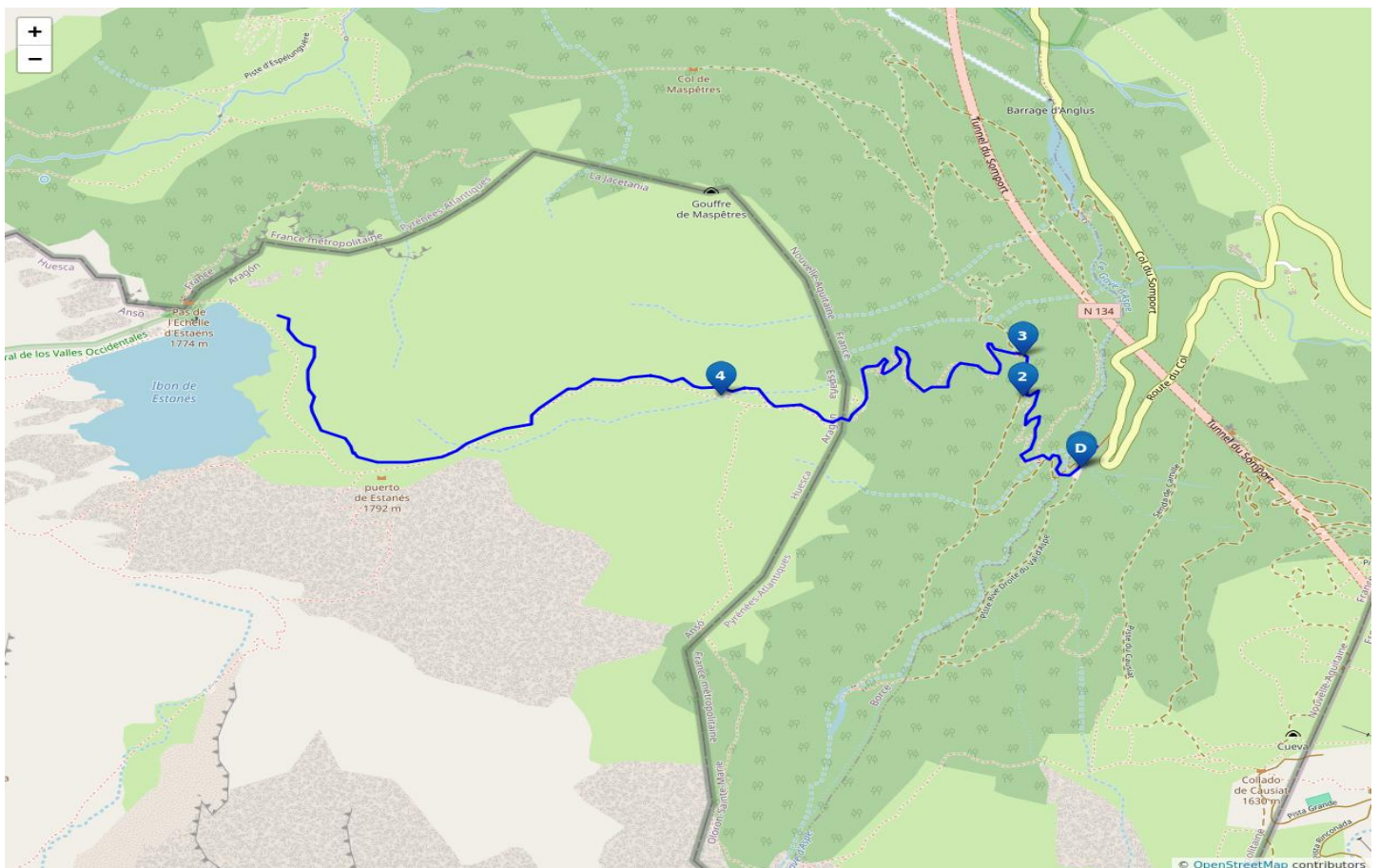
<p>Départ : URDOS-PARKING SANSANET Arrivée : URDOS-PARKING SANSANET</p>	<p>Distance : 10 km</p>	<p>Dénivelé : 540 m</p>	<p>Durée : 3h30</p>
---	-----------------------------	-----------------------------	-------------------------

<p>Sansanet (voir étape 1)</p>	<p>Appel d'urgence : 112</p>	<p>Balisage</p>
--------------------------------	------------------------------	-----------------

Les montagnes basques et béarnaises sont des espaces pastoraux. Evitez de partir avec votre chien. Dans tous les cas, tenez-le en laisse. Merci !

★ À ne pas manquer

- **La cabane d'Escouret.** En saison, acheter un morceau de fromage à la cabane d'Escouret. Beaucoup d'animaux en liberté.
- **Le Parc National des Pyrénées.** Vous êtes dans la zone du Parc National, prenez connaissance de la réglementation qui s'y applique.
- **Le lac d'Estaens.** Renseignez-vous sur la légende du lac.



★ Étapes

1. **Départ parking du Sansanet.** Après avoir traversé le village d'Urdos, prendre la route du Col du Somport à gauche avant le tunnel. Le parking de Sansanet se situe sur la droite avant un grand virage en épingle et un arrêt de bus. Descendre par la piste forestière traversant à gué le Gave d'Aspe - on peut le franchir sur une passerelle métallique. De l'autre côté, aller à droite. 100m après, quitter la piste à droite. Traverser un petit pont de bois donnant dans une clairière. Laisser encore à droite l'itinéraire menant au lac d'Anglus et au plateau d'Espélunguère.
2. **Cabane d'Escouret.** Prendre à gauche dans la clairière. Le sentier oblique ensuite à droite dans le bois. Il rattrape en lacets la piste forestière du début. La suivre à droite : déboucher dans une estive. Laisser la piste menant à la cabane d'Escouret.
3. **Station de Candanchu.** Suivre à gauche le sentier qui monte en lacets à travers des clairières et sortir du bois, toujours à gauche. Franchir la frontière et contourner un mamelon herbeux par la gauche. Passer un collet à la jonction de l'itinéraire traversant les Pyrénées espagnoles, le GR 11. Ce dernier fait une légère incartade en France : il longe la frontière à gauche, passe sous le Pas d'Aspe en France, traverse des éboulis raides, puis le plateau de Causiat, et revient enfin en Espagne par la station de Candanchu.
4. **Lac d'Estaens.** Traverser le fond d'un vallon marécageux de gauche à droite, le sentier monte à flanc et rejoint un vaste col. Déboucher sur les pâturages entourant le lac d'Estaens. Se contenter de pousser vers la droite, jusqu'à son rivage nord, avant une petite retenue hydroélectrique. Revenir par le même itinéraire.

Pour bien préparer sa rando et adopter les bons gestes en montagne, rendez-vous sur <https://reussirmarando.com>