

 <p>Jean-Claude PENAUD</p>	<h2>Les Randonnées de Jean-Claude</h2> <p>Jean-Claude PENAUD - "Le Refuge" 3 rue de Biscaye 65100 LOURDES Tél.: 05 62 94 86 11 - E-mail : jc.penaud@free.fr</p>
---	--

« *Quand la montagne vous a pris le cœur, tout vient d'elle et tout vous y ramène* »

Le lac LONG

Altitude : 2.326 m.
Départ : Départ depuis le parking aux abords du lac d'Estaing.
Dénivelé : 1.215 m.
Horaire : 4h30 à l'aller - 8h00 au total
Période : Toutes périodes hors neige.
Niveau : Pour tous randonneurs entraînés.
Carte : IGN TOP 25 « Vignemale-Ossau Arrens Cauterets » n° 1647 OT

Accès : De Lourdes emprunter la double voie direction Argelès-Gazost. Prendre ensuite la D 921b direction Argelès Gazost par Ayzac Ost. A l'entrée nord d'Argelès prendre la D 918 direction Arrens Marsous et à Arras en Lavedan prendre la direction du lac d'Estaing en rejoignant la D 103. Traverser le village d'Estaing et se rendre au bord du lac d'Estaing que l'on contourne par sa rive droite. Traverser le pont des Pescadous, emprunter le large chemin caillouteux et s'arrêter 100 m. plus loin au niveau d'une barrière électrique pour le bétail.

Itinéraire : Du lieu de stationnement prendre la large piste qui monte dans la vallée. Elle passe devant la cabane de l'Oelhestre (en reconstruction actuellement). Elle rejoint le pont du Plasi et entre dans la forêt de hêtres et de sapins. Le sentier bien marqué sort de la forêt et arrive au lac de Plaa de Prat en passant par la toue de Cétira et le lac de Langle. Prendre le sentier se dirigeant Sud-Est, signalé par un panneau jaune, en passant par la forêt où se trouve la cascade des Masseys. A la sortie de la forêt laisser à droite un petit sentier qui mène à une cabane de berger. Continuer la progression sur un sentier bien balisé de cairns et arriver sur des éboulis au lac Nère. Poursuivre la progression sur un sentier Sud-Est bien marqué et bien cairné et arriver après un passage devant un coupe vent en pierre au lac Long.

Retour : Le retour se fait par le même chemin.

Variante : Après la forêt de la cascade des Masseys l'on peut prendre le petit sentier à droite et se rendre aux lacs blanc et noir de Bassia.

Observations : Le parcours se déroule sur un terrain tantôt caillouteux et tantôt dans le gispet.

Coup de cœur : Si vous arrivez de bonne heure au lac de Plaa de Prat vous pourrez avoir la chance de contempler quelques isards se désaltérant. La flore tout au long du parcours est superbe et variée.

Quelques vues du 4 juillet 2006

Le lac Long



Arrivée au lac Plaa de Prat



Très joli bouquet



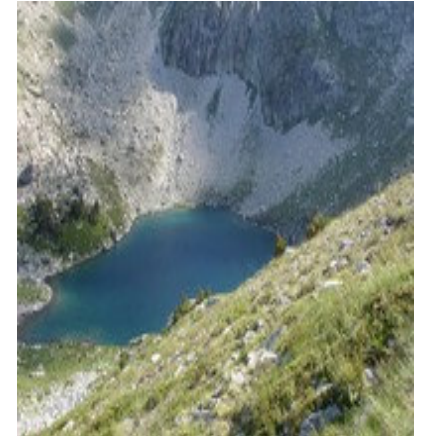
Chardons



Lac LOng



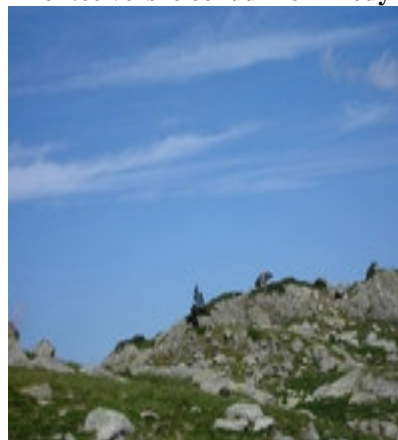
Montée vers le col du Pic Arrouy



Le lac Nère



Union bizarre



Ours en pierre au bord du lac Long



Transparence de l'eau du lac Long