

## Information et réglementation

- Respectez l'environnement dans lequel vous évoluez (faune, flore...). Ramenez vos déchets dans vos sacs, ne les jetez pas.
- Il est important de refermer les barrières dans les zones pastorales afin que le bétail ne quitte pas les pâturages.
- Évitez d'approcher les animaux domestiques en estive (risque d'accident corporel grave).
- Soyez vigilants au printemps et au début de l'été : des plaques de neige peuvent encore être présentes sur les sentiers et des ponts de neige peuvent recouvrir les torrents. Les cours d'eau grossissent à la fonte des neiges et leur traversée est difficile.

- Dans le descriptif des itinéraires, la rive gauche ou droite s'entend dans le sens orographique, c'est-à-dire dans le sens du courant (amont vers aval).
- Le panorama et les plans ne peuvent en aucun cas être considérés comme des cartes des sentiers.
- Les horaires indiqués sont des horaires moyens (300 à 400m de dénivelé par heure pour un marcheur moyen, arrêt non compris).
- L'Office de Tourisme ne serait être tenu responsable d'un quelconque problème survenu sur les itinéraires décrits sur ce document, et ce, quelles qu'en soient les causes.

### PENSEZ-Y!

Des professionnels de la montagne (guides et accompagnateurs) vous proposent des sorties de tous niveaux afin de vous faire partager leurs connaissances et vous permettre d'évoluer en toute sécurité (cf liste guide station).

- Prenez connaissance de la météo.
- Ayez un équipement adapté. Quel que soit le temps, il faut prévoir des vêtements chauds et imperméables dans son sac à dos.

- **N° importants :**  
**112 :** n° d'urgence tout mobile  
**18 :** pompiers  
**17 :** gendarmerie  
**15 :** SAMU  
**3250 :** météo montagne  
 CRS Montagne (poste de St-Lary)  
**+33 (0)5 62 39 55 18**  
 Parc National  
**+33 (0)5 62 39 40 91**  
 Maison de la Nature d'Aulon  
**+33 (0)5 62 39 52 34**



## Avant de partir

- Choisissez un itinéraire en fonction de votre niveau et préparez-le avec soin.
- Demandez les plaquettes d'informations sécurité en montagne et aux abords des lacs et rivières disponibles à l'Office de Tourisme

Office de Tourisme  
 37, rue Vincent Mir - BP39  
 65171 Saint-Lary cedex  
 Tél. +33 (0) 5 62 39 50 81  
 Fax +33 (0) 5 62 39 50 06



www.saintlary.com

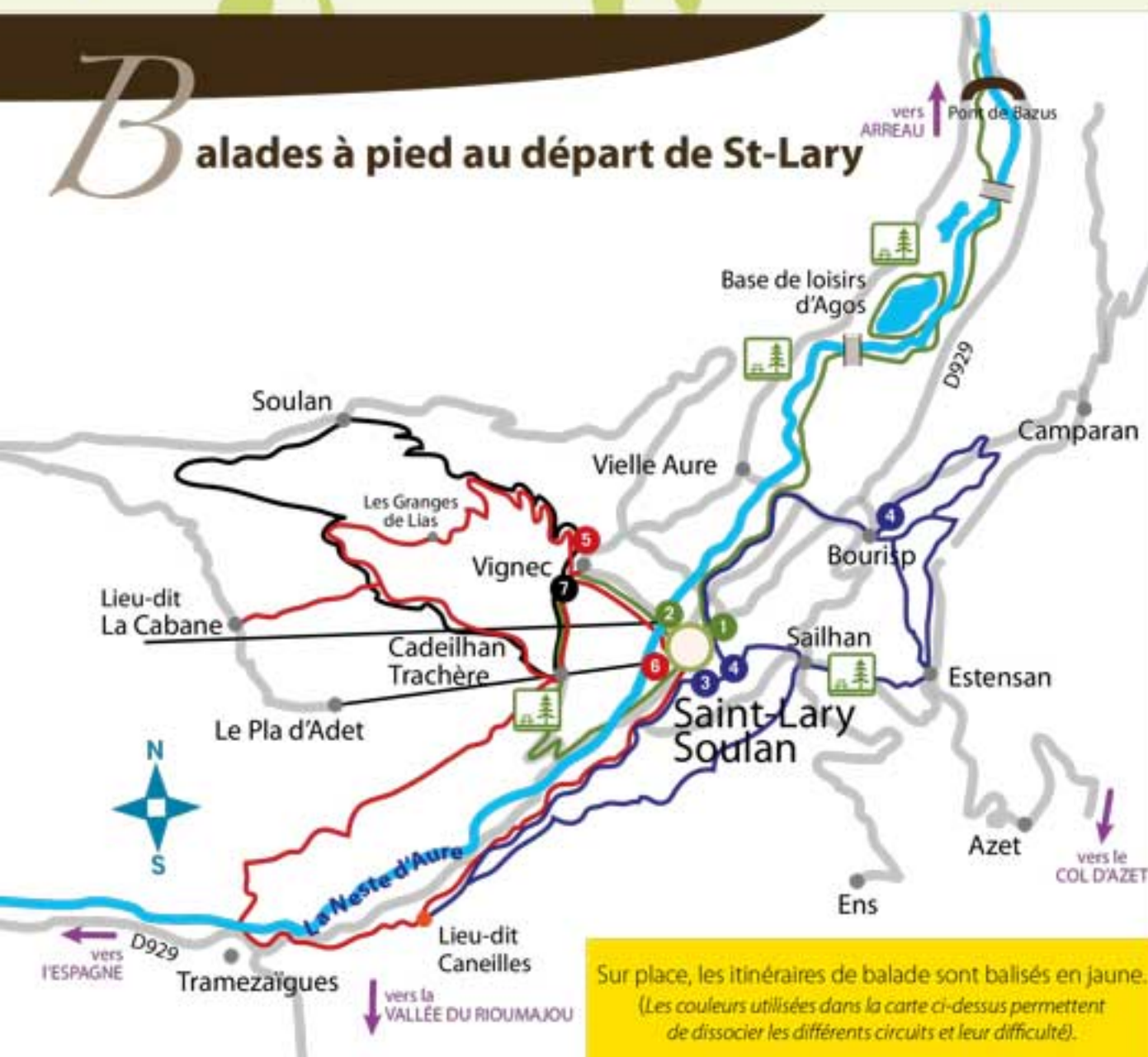
## ★ BALADES ET SENTIERS ★ DE PROMENADE



SAINT-LARY  
 STAR DES PYRÉNÉES  
 ★ Depuis 1957 ★



## Balades à pied au départ de St-Lary



Sur place, les itinéraires de balade sont balisés en jaune. (Les couleurs utilisées dans la carte ci-dessus permettent de dissocier les différents circuits et leur difficulté).

### Légende des balades

- 1 2 Chemin très facile idéal famille jeune enfant Environ 1h/1h30
- 3 4 Chemin facile Environ 2h/2h30
- 5 6 Chemin difficile Environ 2h30
- 7 Chemin très difficile. Dénivelé important. Environ 4h (déconseillé en hiver)
- Routes
- Accès sentiers

Plan village avec points de départ des **BALADES**



### Promenades accessibles en poussette

- 1 Base de loisirs
  - 2 Boucle de Cadelhan Trachère
- Attention : D929 zone de circulation dense sur 400m



### Les enfants en montagne

- Pensez à protéger les enfants du soleil et à les hydrater.
- Veillez à ce que les enfants aient un équipement adapté.
- **Avec les enfants :** Ils ont tendance à se dépenser sans compter et peuvent se retrouver en état d'épuisement sans signe annonciateur.
- Évitez les variations d'altitude trop brutales (risque d'otite).



### Idées de balades depuis Saint-Lary Pla d'Adet (1700 m)

- Sentier du Pla d'Adet à St-Lary village (en hiver, accessible selon conditions d'enneigement)
- Balade sur la piste de la Cabane - 6 km aller-retour entre le Pla d'Adet et Espiube (piste piétons - raquettes en hiver, ouverte selon conditions).
- Panorama à 2200m en prenant le télésiège des Bouleaux, ouvert en juillet et août.
- Du village de Saint-Lary, l'accès à Saint-Lary Pla d'Adet (1700m) est possible en téléphérique, ouvert en juillet et août.



Document disponible dans les bureaux des OT village et Pla d'Adet

