Escursione di 3 giorni nei Pirenei intorno al Pic du Midi d’Ossau: il nostro itinerario tra Pombie e Ayous

By Floriane

Se stai cercando un **percorso escursionistico di 3 giorni nei Pirenei**, adatto a escursionisti di livello principiante o intermedio, questo itinerario intorno al Pic du Midi d’Ossau è un’ottima scelta.

Escursione di 3 giorni nei Pirenei intorno al Pic du Midi d’Ossau: il nostro itinerario tra Pombie e Ayous

A metà giugno sono partita con quattro amiche per tre giorni di escursioni nei **Pirenei del Béarn**. In programma: due notti in rifugio, tanti laghi, marmotte, un po’ di neve e paesaggi di montagna davvero magnifici.

In questo articolo ti racconto **il nostro itinerario**, le distanze percorse, la nostra esperienza nei rifugi di Pombie e Ayous, il nostro budget e i consigli più importanti che avrei voluto sapere prima di partire.

Sommaire détaillé

- La nostra escursione intorno al Pic du Midi d’Ossau in breve
  - Il nostro livello prima di questa escursione
- Dove dormire prima o dopo l’escursione?
  - Allungare il soggiorno a Laruns dopo il trekking

- Dove si può parcheggiare per questa escursione?
- Giorno 1: da Bious-Oumettes al rifugio di Pombie
  - Una salita graduale, ma una prima giornata lunga
  - I nostri preferiti della giornata
- Dormire al rifugio di Pombie: la mia esperienza
  - Budget da prevedere per il rifugio di Pombie
- Giorno 2: dal rifugio di Pombie al rifugio di Ayous
  - Una serie di laghi e marmotte
  - Andare avanti nonostante il forte dolore al ginocchio
  - Dormire al rifugio di Ayous: il nostro rifugio preferito
  - Un’atmosfera fantastica
  - Un rifugio adatto alle famiglie
- Giorno 3: ritorno al parcheggio con il Pic d’Ayous come opzione
  - Il percorso con il Pic d’Ayous
  - La mia discesa diretta verso Bious-Oumettes
- In che direzione fare questa escursione?
  - I vantaggi del nostro percorso escursionistico
  - Cosa aspettarsi
- Che livello serve per fare questa escursione?
- Quanto devi mettere da parte per tre giorni?
- Che attrezzatura portare con te?
  - Ti consiglio vivamente di registrare la traccia GPS
  - Pochissime prese elettriche
- Quello che mi sarebbe piaciuto sapere prima di partire
  - Il rifugio di Pombie è davvero rustico
  - Le prese elettriche sono poche
  - Il primo giorno richiede un po’ di tempo
  - Il parcheggio potrebbe essere pieno
  - Un problema fisico può modificare il programma
- La mia opinione su questa escursione intorno al Pic du Midi d’Ossau

La nostra escursione intorno al Pic du Midi d’Ossau in breve

- **Durata:** 3 giorni e 2 notti
- **Periodo:** metà giugno
- **Partenza e arrivo:** parcheggio di Bious-Oumettes

- **Pernottamenti:** Giorno 1 al rifugio di Pombie e Giorno 2 al rifugio di Ayous
- **Prenotazione:** indispensabile, meglio se con diverse settimane di anticipo
- **Distanza:** circa 33 km
- **Budget:** circa 150 €
- **Livello:** moderato, per escursionisti abituati a lunghe giornate e al dislivello
- **Punti di rifornimento idrico:** rifornimento nei rifugi

Alberghi nelle vicinanze dove soggiornare prima o dopo il trekking (a circa 20 km dal punto di partenza)

- ***Hotel d’Ossau – informazioni e prenotazioni***
- ***Villa Le Clos – informazioni e prenotazioni***

Tappa	Distanza	Dislivello positivo	Tempo di percorrenza
Bious-Oumettes → rifugio di Pombie	Circa 8 km	Circa 800 m	4 ore e 30 minuti
Rifugio di Pombie → rifugio di Ayous	14,88 km	881 m	5 h 10
Rifugio di Ayous → Bious-Oumettes con il Pic d’Ayous	Circa 10 km	365 m	3 ore

Le durate non sono direttamente comparabili: il primo giorno corrisponde al tempo totale che abbiamo impiegato, pause incluse, mentre i dati del secondo e del terzo giorno si basano sul tempo di spostamento registrato dall’orologio.

Il nostro livello prima di questa escursione

Eravamo cinque trentenni con un **livello di escursionismo moderato**. Avevamo già fatto escursioni itineranti con pernottamenti in rifugio, ma non tutte noi praticavamo sport regolarmente.

Da parte mia, avevo partorito nove mesi prima. Avevo ricominciato a correre e a fare esercizi di potenziamento muscolare, ma non mi sentivo ancora tornata alla mia forma fisica ottimale.

Questa preparazione mi ha aiutato e il mio zaino era leggerissimo. Nonostante ciò, il secondo giorno ho iniziato a sentire un forte dolore al ginocchio.

Dove dormire prima o dopo l’escursione?

Abbiamo dormito a Bordeaux da mia sorella prima di partire per i Pirenei la mattina dopo.

 A posteriori, ti consiglio piuttosto di passare la notte a **Laruns**, che si trova a circa **18 km e 20 minuti di macchina dal parcheggio di Bious-Oumettes**.

Basta una sola notte prima del trekking. L’obiettivo è soprattutto quello di evitare diverse ore di viaggio in auto prima della prima tappa, preparare con calma gli zaini e poter iniziare a camminare abbastanza presto.

I rifugi **di solito** preferiscono **che gli escursionisti arrivino verso le 18:00,** perché la cena viene servita intorno alle 19:00. Pernottare a Laruns ti permette quindi di avere un po’ di margine in caso di pause prolungate, traffico o se vai più piano del previsto.

Ecco due opzioni di alloggio a Laruns:

- **Hotel d’Ossau:** comodo per passare una notte prima della partenza, questo

hotel a conduzione familiare offre diverse camere doppie, camere con due letti e camere familiari. Prima della partenza ti viene servita la colazione.

Si trova a circa **18 km dal parcheggio di Bious-Oumettes**, ovvero a circa **20 minuti di macchina**. La sua posizione centrale ti permette anche di fare un po’ di spesa o comprare gli ultimi snack prima di partire per la montagna.

 Controlla la disponibilità dell’Hotel d’Ossau

- **Villa Le Clos: un’ottima scelta per un piccolo gruppo, visto che è un appartamento con due camere da letto, un soggiorno, una cucina attrezzata, un bagno e una terrazza con vista sulle montagne.**

In cucina puoi prepararti la cena, la colazione o gli ultimi spuntini prima del trekking.

Proprio come l’Hôtel d’Ossau, Villa Le Clos si trova a circa **18 km e 20 minuti di macchina dal parcheggio di Bious-Oumettes**.

 Controlla la disponibilità di Villa Le Clos

Allungare il soggiorno a Laruns dopo il trekking

Laruns può anche essere un ottimo punto di appoggio per restare qualche giorno in valle dopo l’escursione.

Dopo tre giorni di cammino, potrai riposarti, goderti i ristoranti e i negozi del paese o scoprire altri luoghi della valle di Ossau con più calma.

Dove si può parcheggiare per questa escursione?

Ci sono due parcheggi da cui puoi raggiungere la zona del lago di Bious-Artigues:

- **Il parcheggio di Bious-Artigues**, in riva al lago: 8 € per la sosta diurna
- **Il parcheggio di Bious-Oumettes**, che si trova più in basso: 5 € per lasciare un’auto durante un’escursione di più giorni

Il parcheggio di Bious-Oumettes si trova a circa **1 km dal lago di Bious-Artigues**. Per raggiungere il lago e il vero punto di partenza dei sentieri principali, devi superare **un dislivello positivo di** circa **120 metri**.

Siamo arrivate un giovedì e non abbiamo avuto alcuna difficoltà a trovare posto. Invece, quando siamo tornate sabato verso mezzogiorno, il parcheggio era pieno e i posti liberi nelle vicinanze erano pochissimi.

Bisogna quindi **organizzarsi in anticipo, soprattutto nei fine settimana**, durante le vacanze e quando il tempo è bello. La zona è il punto di partenza di diverse escursioni molto frequentate sia dai turisti che dagli abitanti della valle.

 Parcheggio

- Parcheggio Bious-Oumettes.
- 5 € per il soggiorno, da pagare in contanti
- Aggiungi circa 1 km e 120 m di dislivello per arrivare al lago.
- Arriva presto nel fine settimana.
- È consentito parcheggiare, ma non è permesso pernottare nel veicolo o in tenda.

Giorno 1: da Bious-Oumettes al rifugio di Pombie

Meteo: soleggiato
Distanza: circa 8 km
Dislivello positivo: circa 800 metri
Durata: 6 ore e 30 minuti, pause incluse
Pernottamento: rifugio di Pombie

Il nostro orologio ha avuto un problema durante questa prima giornata e ha registrato solo una piccola parte del percorso. I dati che indicano 3,24 km e 451 metri di dislivello positivo non corrispondono quindi all’intera tappa.

Escursione di 3 giorni nei Pirenei intorno al Pic du Midi d’Ossau: il nostro itinerario tra Pombie e Ayous

POURQUOI PAS NOUS - FLORIANE ET MATTHIEU

Una salita graduale, ma una prima giornata lunga

La nostra impressione: la prima giornata è stata piacevole e la salita è stata graduale. Dopo aver fatto un picnic al lago di Bious-Artigues, abbiamo proseguito verso il rifugio di Pombie, prendendoci il tempo per ammirare i paesaggi.

La distanza non era granché, ma le pause, le foto, il picnic e il ritmo del gruppo spiegano perché ci abbiamo messo 6 ore e 30 minuti. Dato che il rifugio voleva che arrivassimo verso le 18:00 per una cena servita alle 19:00, non avevamo un margine di tempo illimitato.

I nostri preferiti della giornata

- **Le nostre prime marmotte:** fai attenzione ai fischi che risuonano nelle valli, spesso ti aiutano a individuarle.
- **I nevai ancora presenti a metà giugno:** con il cielo azzurro, davano al paesaggio una vera atmosfera di alta montagna.
- **La vista all’arrivo:** il rifugio di Pombie si trova in un paesaggio spettacolare, ai piedi del Pic du Midi d’Ossau.

⚠ **Parti con sufficiente anticipo.** Anche se il sentiero non ci è sembrato tecnicamente difficile, devi tenere conto del tragitto in auto, del parcheggio a valle, delle pause e dell’orario di arrivo richiesto dal rifugio. È questo il motivo principale per cui ti consiglio di dormire vicino al punto di partenza la sera prima.

Le condizioni possono variare molto da un anno all’altro. Prima di partire a metà giugno, informati presso i rifugi e controlla le condizioni più recenti. Un tratto facile durante il nostro soggiorno potrebbe diventare più complicato se c’è più neve, nebbia o il tempo è meno favorevole.

Dormire al rifugio di Pombie: la mia esperienza

Il rifugio di Pombie gode di una **posizione eccezionale ai piedi del Pic du Midi d’Ossau**. La vista sulle montagne è magnifica e arrivare al rifugio ripaga ampiamente la fatica della giornata.

I lati positivi	Gli aspetti da tenere in considerazione
Posizione eccezionale	Un rifugio molto più rustico di quanto mi aspettassi
Ottimo pasto caldo	Un grande letto collettivo invece che materassi singoli
Bella atmosfera da rifugio	Letti un po' spartani
Possibilità di riempire le borracce	Niente docce, lavandini individuali
Una vista magnifica al risveglio	Forti sbalzi di temperatura durante la notte
	Pochissime prese elettriche

Eravamo in cinque e abbiamo dormito su una specie di **grande materasso collettivo**, invece che su un materasso individuale a testa. Il posto letto non era particolarmente comodo.

La cena, invece, è stata una bella sorpresa. Abbiamo mangiato una specie di stufato caldo, abbondante e davvero buonissimo: proprio il tipo di pasto che ci andava dopo questa prima giornata.

Budget da prevedere per il rifugio di Pombie

Abbiamo speso circa **50 € a persona**, che includevano:

- la notte al rifugio;
- la cena;
- la colazione.

Escursione di 3 giorni nei Pirenei intorno al Pic du Midi d’Ossau: il nostro itinerario tra Pombie e Ayous

POURQUOI PAS NOUS - FLORIANE ET MATTHIEU

Escursione di 3 giorni nei Pirenei intorno al Pic du Midi d’Ossau: il nostro itinerario tra Pombie e Ayous

POURQUOI PAS NOUS - FLORIANE ET MATTHIEU

Escursione di 3 giorni nei Pirenei intorno al Pic du Midi d’Ossau: il nostro itinerario tra Pombie e Ayous

POURQUOI PAS NOUS - FLORIANE ET MATTHIEU

Escursione di 3 giorni nei Pirenei intorno al Pic du Midi d’Ossau: il nostro itinerario tra Pombie e Ayous

POURQUOI PAS NOUS - FLORIANE ET MATTHIEU

Escursione di 3 giorni nei Pirenei intorno al Pic du Midi d’Ossau: il nostro itinerario tra Pombie e Ayous

POURQUOI PAS NOUS - FLORIANE ET MATTHIEU

Escursione di 3 giorni nei Pirenei intorno al Pic du Midi d’Ossau: il nostro itinerario tra Pombie e Ayous

POURQUOI PAS NOUS - FLORIANE ET MATTHIEU

Giorno 2: dal rifugio di Pombie al rifugio di Ayous

Distanza: 14,88 km
Dislivello positivo: 881 metri
Tempo di percorrenza: 5 h 10
Punti salienti: Colle di Peyreget, Lago di Peyreget, Colle dei Monaci e Lago di Bersau

Escursione di 3 giorni nei Pirenei intorno al Pic du Midi d’Ossau: il nostro itinerario tra Pombie e Ayous

POURQUOI PAS NOUS - FLORIANE ET MATTHIEU

Una serie di laghi e marmotte

❤ Questa seconda giornata è stata la più bella di tutto il soggiorno.

Dal rifugio di Pombie abbiamo seguito il percorso verso il **Colle di Peyreget**, per poi ridiscendere verso il **lago di Peyreget e** le baite della valle. Abbiamo poi raggiunto la zona del **Col des Moines,** da cui si gode una vista mozzafiato sui Pirenei francesi e spagnoli, e poi sui **laghi Castérau e Bersau.** L'ultima parte del percorso ci ha portate fino al rifugio di Ayous, situato di fronte al lago Gentau.

Abbiamo seguito soprattutto la nostra traccia GPS. Il percorso era chiaro nelle condizioni che abbiamo trovato, ma alcuni bivi potrebbero essere meno evidenti: **meglio scaricare la mappa offline prima di partire.**

La giornata è stata caratterizzata da un susseguirsi di paesaggi montani e laghi. Con le sue acque cristalline e il suo ambiente roccioso, il **lago di Bersau** è stato uno dei nostri tratti preferiti.

Abbiamo anche avvistato diverse marmotte. Erano abbastanza vicine da poterle osservare senza allontanarci dal sentiero.

Andare avanti nonostante il forte dolore al ginocchio

Il dolore al ginocchio è iniziato a metà di quel secondo giorno, durante una discesa.

Sono riuscito ad andare avanti usando i bastoncini, rallentando il passo e cambiando il modo in cui appoggiavo i piedi. In particolare, cercavo di spostare maggiormente il peso sui talloni. Anche la forza di volontà ha giocato un ruolo fondamentale per arrivare al rifugio.

I bastoncini mi sono stati particolarmente utili. Te li consiglio per tutto il percorso, soprattutto nelle discese con lo zaino pieno.

> Un dolore forte, però, non va ignorato. Devi essere in grado di adattare il tuo programma, rinunciare a una variante o chiedere aiuto quando la situazione lo richiede.

Nel mio caso, questo dolore mi ha costretta a modificare il programma del terzo

giorno e a rinunciare al Pic d’Ayous.

Dormire al rifugio di Ayous: il nostro rifugio preferito

Dopo l’atmosfera molto rustica di Pombie, l’arrivo al rifugio di Ayous è stato un vero e proprio cambio di atmosfera.

❤ Il rifugio si trova sulle **rive del magnifico lago di Gentau**, di fronte al Pic du Midi d’Ossau. La vista sul lago e sulle cime circostanti è stupenda.

Abbiamo dormito in un dormitorio da circa 15 persone. Stavolta, ognuno aveva il proprio posto letto. Le lenzuola e i bagni erano pulitissimi e nel complesso ci è sembrato tutto molto più comodo, quasi come in un rifugio di montagna.

Un’atmosfera fantastica

L’accoglienza da parte dello staff è stata fantastica. Prima di cena, i custodi si sono presi il tempo di spiegare come funziona il rifugio e di dare qualche informazione a tutti gli escursionisti. Questo piccolo momento insieme contribuisce davvero a creare l’atmosfera di una serata in montagna.

Il nostro pacchetto comprendeva:

- **la cena:** un piatto tipo stufato;
- **la colazione:** pane e marmellata;
- **Il picnic:** un’insalata, una composta e una torta.

Avevamo prenotato e pagato direttamente online. Il prezzo era di circa **60 € a persona**, compreso il pernottamento, la cena, la colazione e il pranzo al sacco del giorno dopo.

Tra il comfort, la pulizia, l’accoglienza, i pasti e il panorama, il rifugio di Ayous è stato senza dubbio il nostro preferito.

Un rifugio adatto alle famiglie

 Quando ci siamo passati, al rifugio c’erano diversi bambini piccoli che dormivano. Mi è venuta voglia di tornarci con mia figlia di 7 anni per passare lì due o tre notti e scoprire i percorsi nei dintorni durante il giorno.

Dal lago di Bious-Artigues, per arrivare al rifugio di Ayous segui il GR10, passando in particolare per i laghi Roumassot, del Miey e Gentau. Il rifugio descrive questa salita come un’escursione di circa 2 ore e 30 minuti – 3 ore, adatta alle famiglie abituate a camminare, con un dislivello positivo di circa 600 metri.

Il team ci ha spiegato che percorre regolarmente questo sentiero per trasportare provviste e attrezzature. Il rifugio non è collegato a nessuna strada e l’elicottero rimane una soluzione da usare solo in casi eccezionali, soprattutto per via del suo costo.

Escursione di 3 giorni nei Pirenei intorno al Pic du Midi d’Ossau: il nostro itinerario tra Pombie e Ayous

POURQUOI PAS NOUS - FLORIANE ET MATTHIEU

Escursione di 3 giorni nei Pirenei intorno al Pic du Midi d’Ossau: il nostro itinerario tra Pombie e Ayous

POURQUOI PAS NOUS - FLORIANE ET MATTHIEU

Escursione di 3 giorni nei Pirenei intorno al Pic du Midi d’Ossau: il nostro itinerario tra Pombie e Ayous

POURQUOI PAS NOUS - FLORIANE ET MATTHIEU

Escursione di 3 giorni nei Pirenei intorno al Pic du Midi d’Ossau: il nostro itinerario tra Pombie e Ayous

POURQUOI PAS NOUS - FLORIANE ET MATTHIEU

Escursione di 3 giorni nei Pirenei intorno al Pic du Midi d’Ossau: il nostro itinerario tra Pombie e Ayous

POURQUOI PAS NOUS - FLORIANE ET MATTHIEU

Giorno 3: ritorno al parcheggio con il Pic d’Ayous come opzione

La terza mattina ci siamo separate già al rifugio. Le mie quattro amiche hanno deciso di salire al Pic d’Ayous prima di tornare al parcheggio. Mi faceva ancora male il ginocchio e ho preferito scendere direttamente lungo il percorso classico.

Il percorso con il Pic d’Ayous

Distanza totale: circa 10 km
Dislivello positivo: 365 metri
Tempo di percorrenza: 2 h 49

Tempo aggiuntivo per la vetta: circa 1 h 30 andata e ritorno

Escursione di 3 giorni nei Pirenei intorno al Pic du Midi d’Ossau: il nostro itinerario tra Pombie e Ayous

POURQUOI PAS NOUS - FLORIANE ET MATTHIEU

Le mie amiche hanno trovato la salita al Pic d’Ayous facilissima. Hanno visto di nuovo delle marmotte e, secondo loro, il panorama dalla cima vale davvero la pena di fare una deviazione.

> Ti consigliamo di lasciare lo zaino al rifugio durante l’andata e il ritorno, per poi riprenderlo prima della discesa.

La vetta è quindi un’ottima scelta per concludere l’escursione, quando il tempo e la forma fisica lo permettono.

La mia discesa diretta verso Bious-Oumettes

Da parte mia, sono partita da sola seguendo il percorso classico. Dal rifugio, il sentiero scende prima verso il lago Gentau, poi costeggia i laghi del Miey e di Roumassot. Segue poi la segnaletica **rossa e bianca del GR10** attraverso il bosco fino al ponte di Bious e al lago di Bious-Artigues.

Dal lago mancavano finalmente circa 2 km in discesa per arrivare al parcheggio di Bious-Oumettes. Il ginocchio mi faceva ancora male: così ho camminato lentamente con i bastoncini, senza cercare di mantenere il mio ritmo abituale.

Non indico una distanza precisa per il mio itinerario personale, perché la traccia completa registrata corrisponde al percorso delle mie amiche che include il Pic d’Ayous.

Escursione di 3 giorni nei Pirenei intorno al Pic du Midi d’Ossau: il nostro itinerario tra Pombie e Ayous

POURQUOI PAS NOUS - FLORIANE ET MATTHIEU

In che direzione fare questa escursione?

Abbiamo fatto il giro in questo ordine: Bious-Oumettes, Pombie, Ayous e poi di nuovo Bious-Oumettes, perché il rifugio di Ayous era al completo per la nostra prima notte.

I vantaggi del nostro percorso escursionistico

- Abbiamo concluso con **il rifugio più confortevole.**
- Il livello di difficoltà della tappa tra i due rifugi è, nel complesso, simile sia all’andata che al ritorno.
- Il **Pic d’Ayous era ancora**un’opzione per l’ultima mattina.
- L’ultima giornata è poi proseguita con una discesa classica e molto frequentata

verso i laghi.

Cosa aspettarsi

In questo senso, devi arrivare a Pombie già il primo giorno e rispettare l’orario di arrivo richiesto dal rifugio. La giornata non è stata tecnicamente difficile per noi, ma il percorso del mattino, i 2 km in più da Bious-Oumettes e le pause possono ridurre rapidamente il margine di tempo a disposizione.

La mia opinione: rifarei volentieri il giro nella stessa direzione, ma pernottando a Laruns o a Gabas la sera prima, così da partire prima e più riposata.

Che livello serve per fare questa escursione?

Il percorso non presentava particolari difficoltà tecniche nelle condizioni in cui ci siamo trovati. Non si tratta però di una passeggiata che si possa affrontare senza un po’ di preparazione.

Devi essere in grado di:

- camminare diverse ore al giorno;
- fare tre giorni di fila;
- percorrere fino a circa 900 metri di dislivello positivo in una giornata;
- portarsi dietro le proprie cose per diversi giorni;
- seguire una traccia GPS e stare attento ai bivi;
- accettare il comfort limitato dei rifugi di montagna.

Prima di partire, qualche escursione di un giorno con lo zaino in spalla può aiutarti a preparare gambe, schiena e spalle.

Quanto devi mettere da parte per tre giorni?

Abbiamo speso circa **150 € a testa per il trekking, escluso il trasporto fino alla valle**.

Spesa	Importo approssimativo
Rifugio di Pombie con cena e colazione	Circa 50 €
Rifugio di Ayous con cena, colazione e pranzo al sacco	Circa 60 €
Parcheggio di Bious-Oumettes	5 €
Spuntini e spese extra	Circa 30-40 €
Totale	**Circa 150 €**

Il budget dipenderà dai pasti da asporto, dalle tariffe applicate dai rifugi al momento del tuo soggiorno e dal luogo di partenza. Bisogna anche aggiungere un’eventuale pernottamento a Laruns o a Gabas.

Per la pausa pranzo 1 e 2 avevamo organizzato un picnic.

Che attrezzatura portare con te?

Avevamo deciso di portare con noi il minimo indispensabile. Riempivamo le nostre scorte d’acqua nei rifugi, così non dovevamo portare con noi tutta l’acqua necessaria per i tre giorni.

I bastoncini mi sembrano particolarmente utili, soprattutto per chi ha problemi alle ginocchia.

Dedicherò un altro articolo alla preparazione dello zaino, con i vestiti da portare, l’attrezzatura per dormire in rifugio, i dispositivi elettronici e le cose che alla fine avremmo potuto lasciare a casa.

Per questa escursione, ti consiglio almeno:

- scarpe da trekking già usate;
- due bastoni;
- un lenzuolo da campeggio o un sacco a pelo;
- una giacca impermeabile;
- un pannolino caldo;
- una protezione solare;
- un kit di pronto soccorso;
- una batteria esterna;
- una traccia GPS scaricata offline;
- abbastanza acqua tra due punti di rifornimento.

Ti consiglio vivamente di registrare la traccia GPS

Ci siamo orientate soprattutto grazie a una traccia GPS. Anche quando il sentiero sembra chiaro, ti consiglio di scaricare prima di partire:

- il percorso completo del giro;
- una carta che puoi usare anche senza connessione;
- le eventuali varianti;
- la posizione dei rifugi;
- i principali punti di passaggio.

Non fare affidamento solo sulla rete telefonica, che in montagna può essere instabile. Assicurati anche di avere abbastanza batteria per controllare la mappa a

fine giornata.

Pochissime prese elettriche

Le possibilità di ricarica erano limitate. Quando siamo passati, c’erano solo quattro prese a disposizione dei campeggiatori e degli escursionisti.

- una batteria esterna abbastanza potente;
- un caricabatterie con diverse porte USB o USB-C;
- magari una piccola batteria solare;
- le mappe e le tracce GPS scaricate offline.

 Un caricabatterie che permette di collegare più telefoni a una sola presa è particolarmente utile quando si viaggia in gruppo.

Quello che mi sarebbe piaciuto sapere prima di partire

Il rifugio di Pombie è davvero rustico

Sapevo che non ci sarebbe stata la doccia e che il comfort sarebbe stato limitato. Però non mi aspettavo né un letto collettivo così grande né una biancheria da letto così spartana.

Le prese elettriche sono poche

Un caricabatterie con diverse porte USB-C e una buona batteria esterna sono particolarmente utili.

Il primo giorno richiede un po’ di tempo

Bisogna tenere conto della distanza dal parcheggio inferiore, delle numerose pause, delle foto e del pranzo. Visto che vorremmo arrivare verso le 18, partire tardi ti lascia poco margine.

Il parcheggio potrebbe essere pieno

Giovedì non abbiamo avuto nessun problema. Sabato a mezzogiorno, il parcheggio

di Bious-Oumettes era pieno.

Un problema fisico può modificare il programma

Il dolore al ginocchio mi ha impedito di salire sul Pic d’Ayous. Meglio rinunciare a una variante piuttosto che correre un rischio inutile.

La mia opinione su questa escursione intorno al Pic du Midi d’Ossau

Nonostante il dolore al ginocchio, conservo un ricordo fantastico di quei tre giorni.

I nevai ancora presenti a metà giugno, i laghi, le marmotte, i panorami sul Pic du Midi d’Ossau e le notti in rifugio ti fanno davvero sentire come se stessi vivendo una piccola avventura.

La seconda giornata tra Pombie e Ayous è stata probabilmente la mia parte preferita. I paesaggi si susseguono senza tregua e l’arrivo al rifugio di Ayous, affacciato sul lago, ripaga ampiamente della fatica fatta.

Rifarei questo percorso ad anello nella stessa direzione, ma questa volta passerei la notte prima a Gabas o a Laruns. Così potrei partire presto, ben riposata, e godermi la prima tappa con più tranquillità.

Il Pic d’Ayous è davvero un’ottima scelta per concludere il soggiorno. Anche se non sono riuscita a salirci, le mie amiche sono tornate entusiaste del panorama e delle marmotte che hanno incontrato lungo il percorso.

> *Alberghi nelle vicinanze dove soggiornare prima o dopo il trekking (a circa 20 km dal punto di partenza)*:
>
> - ***Hotel d’Ossau – informazioni e prenotazioni***
> - ***Villa Le Clos – informazioni e prenotazioni***

Non esitare a lasciarci un **messaggio** o **5 stelle** qui sotto per dirci se hai intenzione di fare questa escursione o per farci qualche domanda. Puoi anche scriverci su Instagram.

Donnez une note à cet article :
0 avis (0/5)

Merci de partager notre article :

- Condividi su X (Si apre in una nuova finestra) X
- Condividi su Facebook (Si apre in una nuova finestra) Facebook
- Condividi su Pinterest (Si apre in una nuova finestra) Pinterest
- Condividi su WhatsApp (Si apre in una nuova finestra) WhatsApp
- Altro