

Nbre	Date	Départ	Arrivée	Distance	Temps	Moyenne	Dénivellé +	Dénivellé -	Lieu Nuitées	Infos	email	Tél.
	30.06.25	Lausanne	Bordeaux - Hendaye						Train - Avion - Train			
1	30.06.25	Hendaye	Biriatou	7 km	02.00 h	3.5 km/h	170 m.	100 m.	Auberge Hiribarren (70m)	167 €	Carte prise comme garantie	0033 5 59 29 96 77
2	01.07.25	Biriatou	Sare	24 km	07.30 h	3.2 km/h	1190 m.	1180 m.	Hôtel Lastiry (80m)	81.23 €	Payé par Mastercard Restaurant à proximité	0033 5 59 22 24 30
3	02.07.25	Sare	Ainhua	13 km	03.30 h	3.71 km/h	209 m.	160 m.	Sébastien Endara Ferme Arditeia (125m)	sous tente louée		0033 6 28 41 67 80
4	03.07.25	Ainhua	Bidarray	22 km	07.00 h	3.14 km/h	868 m.	849 m.	Gîte Aire Zabal (150m) 21 €	Restaurant à côté	giteairezabal@gmail.com confirmer une semaine avant	0033 5 59 37 74 86
5	04.07.25	Bidarray	St Etienne de Baigorry	17 km	08.00 h	2.13 km/h	1050 m.	1042 m.	Gîte d'étape Gaineko Karrikan (170 m)	Problème avec les arrhes	gaineko.karrikan@gmail.com	0033 6 74 10 51 22
6	05.07.25	St Etienne de Baigorry	St Jean Pied de Port	19 km	07.00 h	2.71 km/h	931 m.	918 m.	Gîte étape le chemin vers l'étoile (180 m) 44€	Confirmer la veille	Restaurant à côté	0033 5 59 37 20 71
7	06.07.25	St Jean Pied de Port	Kaskoleta	16 km	05.00 h	3.2 km/h	810 m.	380 m.	Gîte étape Kaskoleta (600 m)	50€ en espèces à payer	accueil@gite-kaskoleta.com	0033 6 83 41 57 17
8	07.07.25	Kaskoleta	Col de Bagargiak	21 km	08.00 h	2.63 km/h	1430 m.	700 m.	Gîte d'étape des Chalets d'Iraty (1320 m)	Epicerie à côté		0033 5 59 28 51 29
9	08.07.25	Col de Bagargiak	Auberge Logibar (D26)	18 km	06.30 h	2.77 km/h	340 m.	1265 m.	Auberge Logibar (D26) (400 m) 52€	arrhes 15 €	contact@auberge-logibar.com	0033 5 59 28 61 14
10	09.07.25	Auberge Logibar (D26)	Ste-Engrâce	25 km	08.00 h	3.13 km/h	1144 m.	914 m.	Gîte étape Berretechia (627 m) 70.5€	Gorges Kakuetta arrhes 15 €	pierrettebarneix1@gmail.com	0033 6 45 20 94 15
11	10.07.25	Ste-Engrâce	La Pierre St-Martin	12 km	05.00 h	2.4 km/h	1180 m.	170 m.	Refuge Jeandel (1500 m) 48.5€	arrhes 16€	refugejeandel@orange.fr	0033 6 73 14 97 23
12	11.07.25	La Pierre St-Martin	Lescun	15 km	06.30 h	2.31 km/h	400 m.	1150 m.	Gîte Maison de la Montagne (900 m)	46 € en espèce à payer	maisondelamontagne64@gmail.com	0033 6 88 06 95 29 / 0033 7 82 36 21 03
13	12.07.25	Lescun	Etsaut - Borce	15 km	06.30 h	2.31 km/h	815 m.	1050 m.	La Maison d'En-Bas (Estaut) (625 m)	70.8 € en espèce à payer	paul@etsaut.com repas restaurant le randonneur	0033 6 32 91 55 23
14	13.07.25	Etsaut - Borce	Gabas	24 km	09.00 h	2.67 km/h	1568 m.	1165 m.	Maison des Gardes (1080 m)	27.5 € en espèce à payer	gabasmaisondesgardes@gmail.com Resto cf email à réserver 1 j avant	0033 7 85 57 52 71
15	14.07.25	Gabas	Gourette	22 km	09.00 h	2.44 km/h	1642 m.	1342 m.	Chalet refuge CAF de Gourette (1380 m) 45.9€			0033 5 59 05 10 56 / 0033 6 40 08 62 93
16	15.07.25	Gourette	Estaing	17 km	07.00 h	2.43 km/h	1086 m.	1485 m.	Camping Pyrénées Natura (983 m)			0033 5 62 97 45 44
17	16.07.25	Estaing	Cauterets	21 km	08.30 h	2.47 km/h	1295 m.	1339 m.	Gîte d'étape Le Beau Soleil (913 m)	Rappeler avant Arrivée Nicole	gite.beau.soleil@orange.fr	0033 5 62 92 53 52 / 0033 6 61 10 27 21
18	17.07.25	Cauterets	Refuge de Baysseance	20 km	08.00 h	2.5 km/h	1922 m.	317 m.	Refuge de Baysseance (2650 m)	20€ Arrhes	caf.baysseance@gmail.com	0033 9 74 77 66 52 / 0033 5 62 92 40 25
19	18.07.25	Refuge de Baysseance	Gavarnie	17 km	07.30 h	2.27 km/h	189 m.	1382 m.	Gîte le Gypaète Gavarnie (1375 m)	Arrivée Jchristophe	Cirque de Gavarnie	0033 5 62 92 40 61
20	19.07.25	Gavarnie	Gavarnie	18 km	10.00 h	1.8 km/h	1665 m.	1665 m.			Cirque d'Estaubé	
21	20.07.25	Gavarnie	Hôtellerie le Maillet	19 km	08.00 h	2.38 km/h	1353 m.	897 m.	Hôtellerie Auberge Le Maillet (1837 m) 150€	Hors GR 52.50 Arrhes	Cirque de Troumouse	0033 5 62 92 48 97
22	21.07.25	Hôtellerie le Maillet	Gèdre	18 km	07.00 h	2.57 km/h	403 m.	1240 m.	Hôtel la Brèche de Roland (1375 m)	Hors GR 302€	Carte prise comme garantie	0033 5 62 92 47 53
23	22.07.25	Gèdre	Barèges	25 km	08.30 h	2.94 km/h	1197 m.	890 m.	Gîte d'étape L'Oasis (1215 m) 32€	Retour s/GR Repas à confirmer	giteoasis@gmail.com sortie Nicole	0033 62 92 69 47
24	23.07.25	Barèges	Chalet Refuge Orédon	19 km	07.00 h	2.71 km/h	1251 m.	673 m.	Chalet-Refuge Orédon (1860 m) 124€	Hors Gr après Lac Aumar	contact@chalet-oredon.fr verser arrhes avant de partir (juin)	0033 6 38 25 96 42
25	24.07.25	Chalet Refuge Orédon	Vielle-Aure	20 km	07.00 h	2.86 km/h	774 m.	1856 m.	Vacances-Passion l'Estibère (800 m) 58.6€		vpt-stlary@laligue.org. sortie JChristophe	0033 5 62 39 54 38
26	25.07.25	Vielle-Aure	Germ	13 km	05.00 h	2.6 km/h	1171 m.	626 m.	Auberge de Germ (1330 m) 98€	Arrhes 35@	contact@auberge-de-germ.fr	0033 5 62 40 03 97 / 0033 6 23 18 64 49
27	26.07.25	Germ	Lac d'Oô	15 km	06.30 h	2.31 km/h	1220 m.	1060 m.	Refuge du lac d'Oô (1440 m) 53.5€	Arrhes 20 €	duplan.serge@free.fr échange par sms	0033 7 84 56 55 88

28	27.07.25	Lac d'Oô	Artigue	27 km	10.00 h	2.7 km/h	1552 m.	1854 m.	Gîte étape Artigue (1200 m)		restaurant au paturage réserver avant 0033 5 61 79 10 47	0033 6 77 23 37 48
29	28.07.25	Artigue	Fos	20 km	08.00 h	2.5 km/h	1000 m.	1650 m.	Eco gîte de la Grange 🏠(550 m)		gitelagrange31@gmail.com	0033 6 42 17 29 27
30	29.07.25	Fos	Refuge Etang d'Araing	18 km	07.00 h	2.57 km/h	1741 m.	374 m.	Refuge Etang d'Araing (1900 m) 🏠		anourabarre@yahoo.fr	0033 5 61 96 73 73 / 0033 6 88 69 46 07
31	30.07.25	Refuge Etang d'Araing	Eylie d'en Haut	8 km	04.00 h	2 km/h	321 m.	1248 m.	Gîte d'étape d'Eylie d'en Haut 🏠(980 m)		gite.eylie@orange.fr	0033 6 83 59 65 28
32	31.07.25	Eylie d'en Haut	Sentein	16 km	05.30 h	2.91 km/h	784 m.	1051 m.	Relais Montagnard (700 m)	Epicerie petite restauration à côté	relais-montagnard@autruche- volante.org Début variante GR 10E	0033 9 51 26 79 55
33	01.08.25	Sentein	Esbints	26 km	08.30 h	3.06 km/h	1182 m.	1084 m.	Gîte étape à la ferme (860 m) 🏠		Fin variante GR 10E par sms	0033 6 52 07 42 67 / 0033 9 63 64 15 96
34	02.08.25	Esbints	Le Trein d'Ustou	16 km	04.30 h	3.56 km/h	270 m.	452 m.	Camping Le Montagnou (580 m)	Chemin JC D3/D8F Pont de la Taule		0033 5 61 66 94 97
35	03.08.25	Le Trein d'Ustou	Aulus-les-Bains	14 km	05.00 h	2.8 km/h	974 m.	836 m.	Gîte étape le Presbytère (760 m) 32€	Chemin JC D8F puis GR10	Manger au village	0033 7 68 07 41 07
36	04.08.25	Aulus-les-Bains	Auzat	21 km	07.30 h	2.8 km/h	1204 m.	1221 m.	Camping la Vernière (780 m)		Manger au village ?	0033 9 51 32 18 31 / 0033 6 32 60 89 26
37	05.08.25	Auzat	Siguer	16 km	06.30 h	2.46 km/h	840 m.	860 m.	Gîte étape Cancela (760 m) 🏠56.40€	11.25 € Arrhes		0033 7 66 58 17 34
38	06.08.25	Siguer	Cabane des Clarans L'Asso	17 km	08.00 h	2.13 km/h	1561 m.	1232 m.	Cabane des Clarans L'Asso (1100 m)	2e gîte au nord dans la forêt	Pas de réservation Mangers/place	0033 6 83 61 48 49
39	07.08.25	Cabane des Clarans L'Asso	Refuge du Rulhe	18 km	06.30 h	2.77 km/h	1416 m.	324 m.	Refuge le Rulhe (2200 m) 🏠47 €		https://rulhe.com	0033 5 61 65 65 01 / 0033 6 74 24 50 71
40	08.08.25	Refuge du Rulhe	Mérens-Les-Vals	12 km	06.00 h	2 km/h	348 m.	1473 m.	Auberge du Nabre (1121 m) 🏠	Envoyer email	jackie.vidal09@laposte.net	0033 6 22 37 45 19 / 0033 5 61 01 89 36
41	09.08.25	Mérens-Les-Vals	Refuge des Bésines	9 km	05.00 h	1.8 km/h	1260 m.	250 m.	Refuge des Bésines (2075 m) 🏠55€			0033 6 85 77 64 47
42	10.08.25	Refuge des Bésines	Refuge des Bouillouses	16 km	06.30 h	2.46 km/h	650 m.	710 m.	Refuge des Bouillouses (2015 m) 🏠65€	refugedesbouillouse s@gmail.com	Petit détour vers Etang Faury / Ref En Beys ? 1 km envoyer email	0033 4 68 04 93 88 / 0033 6 86 77 52 82
43	11.08.25	Refuge des Bouillouses	Planès	18 km	05.30 h	3.27 km/h	157 m.	657 m.	Gîte l'Orri de Planès (1520 m) 🏠60€	Payé ?		0033 6 22 32 25 32
44	12.08.25	Planès	Refuge Ras de la Carança	14 km	06.30 h	2.15 km/h	1151 m.	834 m.	Refuge du Ras de la Carença (1820 m)	en pleine autonomie	refugedelacaranca@gmail.com	0033 9 88 66 73 81
45	13.08.25	Refuge Ras de la Carança	Py	16 km	06.30 h	2.46 km/h	839 m.	1644 m.	Gîte étape Casa Sant Pau (1040 m) 🏠57€			0033 6 16 11 56 53 / 0033 41 87 57 60
46	14.08.25	Py	Refuge des Cortalets	20 km	09.00 h	2.22 km/h	1815 m.	660 m.	Refuge des Cortalets (2200 m) 🏠49.28€	10 € Arrhes		0033 4 68 96 36 19
47	15.08.25	Refuge des Cortalets	Refuge de Batera	15 km	05.00 h	3 km/h	370 m.	1080 m.	Refuge de Batera (1480 m) 🏠49.50€	12.38€ arrhes		0033 7 57 67 31 71
48	16.08.25	Refuge de Batera	Fargassa	20 km	07.00 h	2.86 km/h	704 m.	1520 m.	Gîte et camping de la Fargassa (640 m)		www.lafargassa.com	0033 68 39 01 15
49	17.08.25	Fargassa	Las Illas	21 km	07.30 h	2.8 km/h	1054 m.	1164 m.	Gîte étape le Trabucayre (535 m) 🏠20€		gite.etape.lasillas@gmail.com Restaurant à côté	0033 7 76 09 65 81
50	18.08.25	Las Illas	Col de l'Ullat	24 km	08.00 h	3 km/h	1024 m.	610 m.	Chalet de l'Albère (950 m) 🏠49€		lechaletdelalbere@hotmail.fr	0033 4 68 83 62 20
51	19.08.25	Col de l'Ullat	Banyuls-sur-Mer	22 km	07.00 h	3.14 km/h	642 m.	1577 m.	Camping municipal La Pinède (10 m)			0033 4 68 88 32 13
	20.08.25	Banyuls-sur-Mer	Lausanne						Train			
51	Etapes	Tour de Gaule	GR10	916 km	349.00 h	2.6 km/h	50132 m.	50180 m.	Distance moyenne/jour	17.96 km		