



RANDONNÉE ITINÉRANTE DANS LES PYRÉNÉES CENTRALES

L'HOSPICE DE FRANCE, POINT DE DÉPART CHARGÉ D'HISTOIRE

C'est à l'Hospice de France que débute notre aventure. Niché à 1 385 mètres d'altitude, ce lieu chargé d'histoire fut longtemps plus qu'un simple point de départ. Édifié pour accueillir colporteurs, voyageurs et éleveurs franchissant les Pyrénées, il devient, au XIX^e siècle, un point de ralliement prisé des curistes de Luchon, alors au sommet de sa renommée. Les élégants et élégantes en villégiature venaient y chercher le frais, et les pyrénéistes, leur élan. On raconte encore, dans la vallée, les souvenirs des grandes nappes blanches dans la salle à manger, des repas chauds partagés devant l'imposante cheminée, de la présence rassurante des grands patous, et même des deux oursons recueillis un temps aux alentours.

L'accès vers l'Hospice de France ferme en 1975, à la suite d'un éboulement. Il faut attendre 1988 pour qu'une nouvelle route, enfin, rouvre le passage. Aujourd'hui encore, ce bâtiment continue de marquer les départs, comme témoin de l'histoire de la montagne.

L'ASCENSION VERS LE REFUGE DE VÉNASQUE

C'est là, à l'ombre de ses murs et sous les premiers rayons du jour, que nous bouclons nos sacs. Depuis le bas de la vallée, le regard se hisse naturellement vers les hauteurs. Devant nous, le sentier n°23 s'élève dans le vallon. Le décor qui se déploie est à la fois vaste et structuré, découpé par une ligne sinueuse bien visible : le chemin de montée vers le Port de Vénasque. Dès les premières pentes, la nature nous enveloppe : ru, prairies d'altitude, pins accrochés à la roche. Le sentier est franc, régulier, et s'élève en larges courbes. Peu à peu, les bavardages se font plus rares, remplacés par le souffle, les pas, et le gazouillement des oiseaux. En fin de matinée, après près de 900 mètres de dénivelé, le refuge de Vénasque apparaît, accroché à 2 248 mètres d'altitude. Il domine les Boums du Port, deux lacs glaciaires lovés dans la pierre, d'un bleu profond qui semble absorber la lumière. Ici, tout invite à ralentir. Le pique-nique s'improvise sur les rochers chauffés par le soleil, les chaussures se défont, les corps se déposent.

UNE APRÈS-MIDI ENTRE CONTEMPLATION ET SILENCE

L'après-midi se déroule entre observation et contemplation. Jumelles en main, on repère un groupe d'isards sur les crêtes, puis un milan royal qui plane au-dessus de l'eau. Les heures passent dans une forme de silence heureux. Au loin, les nuages jouent avec la lumière, projetant sur les lacs des ombres mouvantes. En fin de journée, les dernières lueurs transforment les sommets en silhouettes dorées.

Le soir venu, le refuge s'anime. Une vingtaine de marcheurs venus de tous horizons échangent récits et bons conseils autour d'une bière de la brasserie du coin. Un bon repas et dessert faits maison, des cartes s'étalent, des rires fusent. Loin du réseau, loin des écrans, on retrouve une autre forme de lien.

DU REFUGE AU SOMMET, PASSAGE VERS L'ESPAGNE

Le lendemain, après une nuit bercée par le silence de la montagne, nous reprenons notre itinéraire. Le sentier contourne les lacs, longe les éboulis, s'élève lentement. L'ultime montée vers le Port de Vénasque demande un peu d'effort, mais en moins d'une heure, le col est atteint. Frontière naturelle à 2 444 mètres d'altitude, il ouvre soudain la vue vers l'Espagne. Face à nous, la Maladeta, et surtout le Pic d'Aneto, plus haut sommet des Pyrénées avec ses 3 404 mètres, s'imposent dans toute leur splendeur.

Le passage se fait discret, presque intime. Un cairn marque la ligne, quelques pas suffisent à changer de versant, de lumière, de climat. Côté sud, dans le parc naturel de Posets-Maladeta, la roche se fait plus claire, l'air plus sec. Nous poursuivons notre traversée en franchissant deux autres cols : le Port de la Picade (2 460 m), puis celui de l'Escalette (2 396 m). Entre les deux, de longues croupes herbeuses, un troupeau en estive, un rythme lent.

RETOUR EN VALLÉE

La descente vers l'Hospice de France s'amorce sur de larges pelouses fleuries. Gentianes, arnica, campanules jalonnent le sentier. On entend à nouveau le clapotis des ruisseaux, les clarines des vaches, le crissement des pas sur les pierres. En contrebas, l'Hospice de France réapparaît, comme une balise familière.

En deux jours à peine, nous aurons traversé trois provinces, gravis trois cols, dormi à plus de 2 200 mètres d'altitude et effleuré du regard les plus hauts sommets des Pyrénées. Mais au-delà du dénivelé ou des distances, cette ascension nous aura surtout offert ce que la montagne sait si bien délivrer : du temps. Du temps pour s'élever, pour observer, pour ralentir. Du temps pour se souvenir aussi, de ceux qui ont ouvert ces chemins avant nous, et de ceux, peut-être, qui suivront nos traces.

MOMENT DE DÉTENTE AU SPA DES THERMES DE LUCHON

Avant de quitter la vallée, j'ai choisi de prolonger l'expérience en douceur. De retour à Luchon, j'ai poussé la porte du tout nouveau spa des Thermes, installé dans le bâtiment du Prince Impérial. Là, dans une atmosphère calme et tamisée, j'ai opté pour la formule Zénitude : une heure d'accès au spa thermal, suivie d'un massage ciblé. Le parcours débute par un moment de flottement dans les vapeurs du hammam, puis l'on glisse vers les bulles du jacuzzi, le sauna naturel creusé dans la roche, parfait pour dégager les bronches, les douches sensorielles et la chaleur douce d'une banquette chauffante. En baignant dans ces eaux thermales, le corps se relâche, l'esprit ralentit. Le soin qui suit — un massage anti-stress de 30 minutes, épaules, nuque et cuir chevelu — vient compléter cette parenthèse. Sous les mains expertes et les senteurs subtiles des cosmétiques Sothys Paris, les tensions accumulées lors de l'ascension fondent. Une transition parfaite entre effort physique et douceur, dans un écrin de bien-être au cœur des Pyrénées. *

CARNET PRATIQUE

Ascension Port de Vénasque :

Point de départ : Parking de l'Hospice de France

Dénivelé : 1050 m D+

Durée : 6h00 A/R

Kilométrage : 12,5 km A/R

Refuge de Vénasque : Réservation fortement conseillée (capacité limitée).

♦ **En gardiennage :** 09 87 88 14 69

♦ **Hors gardiennage :** 06 89 49 82 27

Meilleure période : de juin à fin septembre.

Comment s'y rendre :

Hospice de France :

♦ **Voiture :** 25mn depuis Bagnères-de-Luchon

♦ **Navette estivale LiPy (12/07/25 au 24/08/25)** disponible depuis Luchon jusqu'à l'Hospice de France

Luchon :

♦ **Train :** Ligne Toulouse-Montréjeau puis Montréjeau Luchon

♦ **Avion :** Jusqu'à l'aéroport Toulouse Blagnac puis prendre le train

♦ **Voiture :** A64, Sortie n°17 → N125 → D125

Contacts pratiques pour préparer son séjour :

Office de Tourisme Pyrénées 31 :

♦ **Tel :** 0561792121

♦ **Mail :** info@pyrenees31.com

♦ **Instagram :** pyrenees31tourisme

♦ **Facebook :** Pyrénées 31 Tourisme

Bureau des Guides :

♦ **Tel :** 0561895608 ou 0638029433

♦ **Facebook :** Bureau des guides de Luchon

Événements à ne pas manquer cet été :

27 juin au 1^{er} juillet : Grande Traversée de la Haute-Garonne

18 et 19 juillet : Tour de France 2025

♦ **Etape 13 :** contre-la-montre Loudenvielle-Peyragudes

♦ **Etape 14 :** Pau – Luchon-Superbagnères

12 juillet au 02 août : 25^e Festival de la Sculpture et du Marbre

31 juillet au 03 août : Cosmo Jazz Festival – Luchon

22 au 24 août : 26^e édition de la Fête des Fleurs – Luchon

AVANT SA SORTIE LONGUE, CHRYS
FROOME PETIT DÉJEUNE D'UNE
OMELETTE ET D'UN AVOCAT !