

LES SOURCES DE L'ADOUR (1h)
LES SOURCES DE L'ADOUR + COL DU TOURMALET (2h)

Circuit d'1h --- Facile --- 3 km --- Altitude au départ : 1741m --- Dénivelé +7 mètres

Pour prolonger jusqu'au Col du Tourmalet compter 1h de plus (depuis la Chapelle) et +400m de dénivelé

Ce circuit vous permettra de faire connaissance avec votre environnement direct à proximité de la résidence et de prendre vos marques en famille en découvrant deux points d'intérêt majeurs :

- **L'Adour**, qui s'écoule vers le nord sur près d'une centaine de kilomètres à travers les Hautes-Pyrénées et le Gers, puis se jette dans l'océan Atlantique entre les Pyrénées Atlantique et les Landes .

L'Adour se forme dans la vallée de Campan en Haute-Bigorre. Il est issu de la réunification de trois torrents :

- L'Adour de Payolle, du massif de l'Arbizon (2831m)
- L'Adour de Gripp, du massif du Pic de Midi de Bigorre (2877m)
- L'Adour de Lesponne, du massif de Lascours (2488m)

- Le mythique **Col du Tourmalet** (qui signifie « mauvais détour »).

C'est un col d'origine Française, le plus haut col routier des Pyrénées centrales Françaises, escaladé plus de 70 fois par le Tour de France : 18,7 km de montée à 7,7% de moyenne et 10% maximum avec 1450m de dénivelé !

Le départ se fait depuis le parking à côté de l'office de tourisme de la Mongie (ou depuis la résidence + 10minutes).



Depuis l'Office de Tourisme de la Mongie, se diriger vers la chapelle. Prendre à gauche de celle-ci, passer entre le télésiège et le bâtiment de l'école de ski et continuer tout droit dans le vallon en contre-bas de la route. Passer sous la grande résidence Mongie Tourmalet.

Continuer vers le départ des télésièges en longeant la rivière en amont pendant environ 300m. Les sources de l'Adour se trouvent à la disparition du torrent.



→ Pour rejoindre le col du Tourmalet, serpenter sous les câbles du télésiège "L'Espade" par les pelouses assez raides. Compter 1h00 de plus A-R et 400m de dénivelé positif depuis la chapelle.



Faire demi-tour et reprendre le même itinéraire qu'à l'aller jusqu'au panneau « Vallée des Indiens ». Descendre par la Vallée des Indiens jusqu'à la chapelle.

