

# Los Valles de los Gaves en bicicleta de carretera

## TOPOGUÍA DE CICLISMO DE CARRETERA EN LOS VALLES DE LOS GAVES

- 20 itinerarios elaborados con profesionales.
- 4 niveles de dificultad.
- 14 fichas individuales plastificadas fáciles de llevar durante sus salidas en bicicleta.
- 2 fichas con consejos técnicos para optimizar su esfuerzo y datos prácticos para disfrutar al máximo de su estancia.

**Número y nivel de dificultad del circuito**

**Tiempo de recorrido**

**Ciudades y pueblos atravesados y puntos de agua**

**Nombre y descripción del circuito e info técnica: tiempo, desnivel, desarrollo, etc.**

**Itinerario indicado en un mapa**

**Información turística**

**Perfil del desnivel e información sobre los puertos de montaña**

**Precio de venta : 5€**



### EN AVIÓN

- Aeropuerto Tarbes-Lourdes-Pyrénées (a 10 km de Lourdes)
- Aeropuerto Pau-Pyrénées (a 30 km de Lourdes)



### EN TREN

Estación SNCF de Lourdes (TGV) y enlace por autobús

### POR CARRETERA

- TOULOUSE (180 km) : A 64 - salida 12 "Tarbes Ouest" N21 de Tarbes hasta Lourdes
- BORDEAUX (240 km) : A 64 - salida 11 «Soumoulou» D940 de Soumoulou hasta Lourdes

## PUNTOS DE ATENCIÓN E INFORMACIÓN

- **Porte des Vallées des Gaves en Agos-Vidalos**  
Tél : 33 (0)5-62-97-08-06 • [contact.portedesvallees@wanadoo.fr](mailto:contact.portedesvallees@wanadoo.fr)
- **Oficina de Turismo de Lourdes**  
Tél : 33 (0)5-62-42-77-40 • [www.lourdes-infotourisme.com](http://www.lourdes-infotourisme.com)
- **Sindicado de iniciativa de Saint-Pé de Bigorre**  
tél : 33 (0)5-62-41-88-10 • [www.ot-saint-pe-de-bigorre.fr](http://www.ot-saint-pe-de-bigorre.fr)
- **Oficina de Turismo de Batsurguère à Ségus**  
Tél : 33 (0)5-62-46-35-97 (l'été) • [www.batsurguere.fr](http://www.batsurguere.fr)
- **Oficina de Turismo de la Vallée d'Argelès-Gazost**  
Tél : 33 (0)5-62-97-00-25 • [www.ardeles-gazost.com](http://www.ardeles-gazost.com)
- **Oficina de Turismo de Pierrefitte-Nestalas**  
Tél : 33 (0)5-62-92-71-31 • [www.pierrefitte-nestalas.com](http://www.pierrefitte-nestalas.com)
- **Maison du Val d'Azun en Arrens-Marsous**  
Tél : 33 (0)5-62-97-49-49 • [www.valdazun.com](http://www.valdazun.com)
- **Oficina de Turismo de Cauterets**  
Tél : 33 (0)5-62-92-50-50 • [www.cauterets.com](http://www.cauterets.com)
- **Oficina de Turismo de Luz**  
Tél : 33 (0)5-62-92-30-30 • [www.luz.org](http://www.luz.org)
- **Oficina de Turismo de Barèges**  
Tél : 33 (0)5-62-92-16-00 • [www.bareges.com](http://www.bareges.com)
- **Oficina de Turismo de Gèdre**  
Tél : 33 (0)5-62-92-48-05 • [www.gavarnie.com](http://www.gavarnie.com)
- **Oficina de Turismo de Gavarnie**  
Tél : 33 (0)5-62-92-49-10 • [www.gavarnie.com](http://www.gavarnie.com)



**A rebufo de los campeones del Tour de Francia**



*Pyrénéissime!*

Grafismo : www.resomunski2.com • Impresión : BLF Impression • Fotos : Bruno Valckx y HPTÉ



Escriba en letra mayúscula por favor.

Apellidos : ..... Nombre : .....

Dirección : .....

..... Código postal : .....

Ciudad : ..... País : .....

Email : .....

Deseo recibir información turística sobre los Valles de los Gaves

Remita el cupón de pedido a : Syndicat Mixte du Pays des Vallées des Gaves  
Porte des Vallées - 65400 AGOS-VIDALOS - FRANCE

Los datos recabados serán objeto de un tratamiento informático para tratar el pedido y las acciones de información y promoción turísticas. Los destinatarios de los datos son el SMHVG y las oficinas de turismo del País de los Valles de los Gaves. De conformidad con la ley «Informativa y libertades» del 6 de enero de 1978, tiene derecho de acceso y rectificación a sus datos personales. Si desea ejercer este derecho y que se le comuniquen sus datos personales, diríjase al SMHVG en la dirección antes citada.

## En los Valles de los Gaves, la bicicleta es la reina.

La variedad de relieves permite la práctica del ciclismo durante todo el año.

Los aficionados a la bicicleta acuden a escalar nuestras montañas y a enfrentarse a las grandes ascensiones y a nuestros puertos, famosos por el paso del Tour de Francia : Tourmalet, Luz-Ardiden, Aubisque, Hautacam...

Descubran a su ritmo los paisajes y los parajes míticos de nuestra región : el Circo de Gavarnie, el Puente de España, Pico del Midi de Bigorre, Lourdes...

Principiantes o expertos, los magníficos panoramas a las puertas del Parque Nacional de los Pirineos recompensarán con creces su esfuerzo.

A sus asientos :  
¡les esperamos!



### ■ EL JALONAMIENTO CICLOTURÍSTICO DE LOS ALTOS PIRINEOS

Las principales ascensiones a los Valles de los Gaves están jalonadas con paneles especialmente pensados para los aficionados a la bicicleta : cada kilómetro existen indicaciones sobre la distancia restante por recorrer, la altitud y el grado medio de pendiente para ayudarles a gestionar mejor sus esfuerzos (Hautacam, Couraduque, Soulor, Luz-Ardiden, Tourmalet).

### ■ EL PASSEPORT VÉLO Y EL BREVET CYCLISTE HAUT-PYRÉNÉEN

Al llegar a los Valles de los Gaves, consiga el Passeport Vélo (Pasaporte del ciclista). En este folleto aparecen indicadas todas las ascensiones jalonadas con señalizaciones del departamento de Altos Pirineos. Tras culminar cualquiera de estas ascensiones, preséntese en una Oficina de Turismo, donde le sellarán el "pasaporte" y le entregarán un diploma. Al término de su estancia, remita su Passeport Vélo al Conseil Général des Hautes-Pyrénées. En función del número de ascensiones que haya efectuado, recibirá el "Brevet Cycliste Haut-Pyrénéen" (Diploma de Ciclista de los Altos Pirineos), de bronce, plata u oro, como recompensa a su esfuerzo.

### ■ LA PUESTA EN FORMA Y EL TERMOLUDISMO

Tras el esfuerzo, disfrute de los placeres de la recuperación y del termoludismo: piscinas de chorro, jacuzzis, saunas, hammams, masajes individuales... Sumérjase en las fuentes de bienestar que le ofrecen todo el año nuestros establecimientos al pie de las montañas.



### ■ PREPARAR SU ESTANCIA...

Muchos profesionales prestan una especial atención a las necesidades de los ciclistas y les ofrecen servicios específicos : aparcamiento para bicicletas, estación de limpieza, comidas adaptadas a los deportistas. Para preparar mejor su estancia, consulte con las Oficinas de Turismo.



¡Los Valles de los Gaves,  
el Reino de **la Bicicleta!**