

FICHE PRATIQUE · RANDONNEURS

Étape Lourdes

GR10 & GR78

Tout ce qu'il faut savoir pour une étape confortable au cœur des Pyrénées : distances, dénivelés, services au gîte, transports.

22 km	7 min	22 €
Arrens → Lourdes (GR10)	du gîte à la gare SNCF	nuit dortoir petit-déj inclus

GR10 — Traversée des Pyrénées

Le GR10 traverse les Pyrénées de **Hendaye** (Atlantique) à **Banyuls** (Méditerranée), sur 900 km. L'étape Lourdes se situe entre **Arrens-Marsous** et **Bagnères-de-Bigorre**.

GR78 — Chemin du Piémont Pyrénéen (Saint-Jacques)

Variante officielle du chemin de **Saint-Jacques-de-Compostelle** reliant Carcassonne à Saint-Jean-Pied-de-Port. Étape spirituelle majeure à Lourdes.

Étapes voisines

Tronçon	Distance	Durée	D+	D-
Arrens-Marsous → Lourdes (GR10)	22 km	7-8 h	+600 m	-780 m
Lourdes → Bagnères-de-Bigorre (GR10)	20 km	6-7 h	+800 m	-650 m
Lourdes → Saint-Pé-de-Bigorre (GR78)	15 km	4-5 h	+200 m	-250 m
Asson → Lourdes (variante GR78)	18 km	5-6 h	+350 m	-300 m

Services randonneurs au Refuge

✓ Séchoir vêtements & chaussures	✓ Machine à laver (4 €)
✓ Cuisine commune équipée	✓ Local sécurisé bâtons & vélos
✓ Petit-déjeuner randonneur (7 €)	✓ Wifi haut débit gratuit
✓ Literie fournie + serviette (2 €)	✓ Ravitaillement à 5 min à pied

Accès & transports

- **Gare SNCF de Lourdes** à 7 min à pied du gîte · TGV direct Paris-Montparnasse (5h20)
- **Bus Maligne 965** depuis Tarbes (2 €)
- **Aéroport Tarbes-Lourdes-Pyrénées (TLP)** à 15 km · navette 5 €

“Une étape parfaite après 5 jours de GR10. Séchoir, cuisine, accueil chaleureux — on a même prolongé d'une nuit pour visiter le Sanctuaire.”

— Sophie & Marc, GR10 été 2024

Réserver une nuit randonneur

→ 22 € la nuit en dortoir · Petit-déjeuner inclus