



# L'HOSPITALET REFUGE DES BÉSINES MÉRENS-LES-VALS

Au départ de l'Hospitalet, une balade forestière d'altitude vers un des étangs les plus connus de la Haute-Ariège. Cette balade dans un cadre très boisé donc très ombragé permet d'atteindre un grand étang, avant d'entamer la montée vers un refuge idéalement placé. Après une nuit dans ce refuge gardé, vous pourrez rallier le village de Mérens.



## INFOS PRATIQUES

### JOUR 1

- + Durée : 4h
- + Distance : 6,5km

### JOUR 2

- + Durée : 5h
- + Distance : 6,5km

- + Départ : gare SNCF d'Andorre-l'Hospitalet.
- + Arrivée : gare SNCF de Mérens-les-Val.
- + Ligne Toulouse - Latour-de-Carol

SERVICE  
PUBLIC  
OCCITANIE  
TRANSPORTS



## JOUR 1

- + **l'Hospitalet - Refuge des Bésines.**
- + **Dénivelé positif : 683m.**
- + Le départ est dans le village de l'Hospitalet à 500 mètres de la gare SNCF derrière le gîte d'étape.
- + Le sentier est bien tracé. Il faut suivre le **GR®107c** jusqu'au refuge. Il est donc balisé en Rouge et Blanc.
- + **Refuge des Bésines** : très bien conçu malgré son âge, situation idéale et belles vues sur le massif, accueil parfait, bonne nourriture.
- + **Services** : Douche chaude à 3€ les 4 min, boissons diverses et eau (non potable) sur le parcours.

## JOUR 2

- + **Refuge des Bésines - Mérens-les-Vals.**
- + **Dénivelé positif : 229m.**
- + **Dénivelé négatif : 1 270m.**
- + Suivre le **GR®10** en direction de la Porteille-des-Bésines.  
Cette Porteille est le point de départ d'une très belle descente de 1270 mètres de dénivelé négatif, dans la vallée du Nabrè jusqu'au village de Mérens toujours en empruntant seulement le GR®10.
- + Un peu avant Mérens vous pourrez profiter des **sources d'eau chaude** !
- + Vous traverserez le village de Mérens pour arriver à la **gare SNCF, destination finale.**



## INFOS

- ✓ Refuge des Bésines - 09 88 77 35 28

## COMITÉS FFRANDONNÉE

- ✓ Comité départemental de randonnée pédestre de Haute-Garonne : 05 34 31 58 31 - [www.randopedestre31.fr](http://www.randopedestre31.fr)