

GR10, die große Überquerung der Pyrenäen – Teil 6

Die Katharer-Pyrenäen: von Aulus-les-Bains nach Mérens-les-Vals / in Wander- und Berghütten

6 Tage 5 Nächte mit 6 Wandertagen

Niveau: 3/5



Im tiefsten Teil der Ariège-Pyrenäen, vor der beeindruckenden Kulisse des berühmten Trois-Seigneurs-Massivs und dem tief eingeschnittenen Vicdessos-Tal, folgt Ihre Route dem GR10 durch eine wilde und wenig bekannte Gegend.

Begegnen Sie den Bewohnern vergangener Zeiten: Schäfern, Bergleuten, Bärenführern und Eisenträgern – Berufe, die zur Bekanntheit der Region beigetragen haben. Entdecken Sie den Rulhes-Gipfel, der stolz in der Landschaft emporragt, und folgen Sie anschließend dem Weg der Bonshommes, um das Exil der letzten Katharer nachzuempfinden, die vor dem Zorn der Inquisition flohen (optional).

Genießen Sie am Ende Ihrer Wanderung die Bäder von Couloubret (optional) in Ax-les-Thermes.

Stärken

- Ein Gebiet mit tief verwurzelten Traditionen
- Der Ort mit seinen Gletscherseen
- Ein gut erhaltener und wilder Teil der Pyrenäen

PROGRAMM

Tag 1: Von Aulus-les-Bains bis zur Bassiès-Berghütte : 12 km – 5h30 – Höhenunterschied: + 1190 m – 300 m

Sie wandern an steilen Hängen vorbei an den Ruinen eines alten Bergwerksdorfes. Über einen historischen Weg zwischen Gascogne und Languedoc gelangen Sie zum Bassiès-Pass (1933 m). Ankunft in der Berghütte von Bassiès (kein Gepäck an diesem Abend).

Tag 2: von der Bassiès-Berghütte nach Goulmier : 13 km – 4h45 – Höhenunterschied: + 390 m – 950 m

Heute stehen Ihnen zwei Routen zur Auswahl:

Niveau 2 (N2): 13 km, ca. 4¼ Stunden, Höhenunterschied +390 m / –950 m

Sie durchqueren einen Granittalkessel und eine Reihe von Gletscherseen, bevor Sie ins Vicdessos-Tal hinabsteigen und das Dorf Goulmier erreichen.

Niveau 4 (N4): 28 km, ca. 8¼ Stunden, Höhenunterschied +1320 m / –1886 m

Die große Vicdessos-Tour führt Sie über den GR10 durch die reizvollen Dörfer Marc, Mounicou und Artiès. Sie erreichen Goulmier durch den Olbie-Wald. Übernachtung in einer Wanderhütte.

Tag 3: Von Goulmier nach Siguer : 12 km – 4h30 – Höhenunterschied: + 500 m – 830 m

Nachdem Sie mehrere Pässe mit beeindruckendem Blick auf die Massiven von Bassiès, Montcalm und l'Endron erklommen haben, durchqueren Sie das Dorf Lercoul und erreichen schließlich das malerische Dorf Siguer. Übernachtung in einem Gästezimmer.

Tag 4: Von Siguer bis zur Coudènes-Brücke und Plateau de Beille : 15 km – 6h30 –

Höhenunterschied: + 1560 m – 1270 m

Von Osten kommend durchqueren Sie das hochgelegene Dorf Gestières und erreichen den Gipfel Pla de Montcamp auf 1905 m, wo Sie ein 360-Grad-Panorama erwartet. Anschließend steigen Sie ins Aston-Tal ab, wo Sie Ihr Taxi empfängt, das Sie zum Plateau de Beille bringt – für eine magische Nacht im nordischen Dorf auf 1800 m Höhe.

Übernachtung im Tipi oder in einer Jurte; Frühstück und Abendessen sind vorbereitet, der Service erfolgt jedoch in Eigenregie.

Tag 5: Vom Plateau de Beille bis zur Rulhe-Berghütte : 14 km – 5h – Höhenunterschied: + 750 m – 350 m

Start am Plateau de Beille, einem Langlaufzentrum und vor allem Ziel einer legendären Etappe der Tour de France. Genießen Sie den wunderschönen Ausblick auf die grenzüberschreitenden Massiven, darunter den Pic de la Rulhe. Anschließend erreichen Sie den Isards-Grat und die Rulhe-Berghütte (kein Gepäck an diesem Abend).

Tag 6: Von der Rulhe-Berghütte nach Mérens les Vals : 13 km – 4h30 – Höhenunterschied: + 450 m – 1300 m

Genießen Sie eine weitere Wanderung in großer Höhe bis zum Gipfel von Lhasse. Beim Abstieg lassen Sie sich vom Plätschern der Bächlein begleiten, bis Sie im Ariège-Tal im Dorf Mérens-les-Vals ankommen. Dort haben Sie

die Möglichkeit, die romanische Kirche aus dem 12. Jahrhundert zu besichtigen und einen Abstecher zu versteckten Thermalquellen im Wald zu machen.

Ende der Wanderreise.

Optional können Sie Ihren Aufenthalt mit einer zusätzlichen Etappe von Mérens-les-Vals nach Ax-les-Thermes verlängern.

Tag 7 : Ein optionaler Tag : von Mérens-les-Vals nach Ax les Thermes : 21 km – 6h30 –

Höhenunterschied: + 600 m – 1080 m

Ein optionaler Tag:

Wanderung von Mérens-les-Vals nach Ax-les-Thermes auf dem Bonshommes-Weg (GR107) mit Überquerung des Joux-Passes. Übernachtung in Mérens-les-Vals, inklusive Gepäcktransfer.

Optional haben Sie die Möglichkeit, die Couloubret-Bäder in Ax-les-Thermes zu besuchen und zu genießen.

REISEBEDINGUNGEN

Gepäcktransport :

Sie müssen nur die wichtigste Kleidung für den Tag mitnehmen!

Ihr Gepäck wird zwischen den Unterkünften mit einem Fahrzeug transportiert. Der Gepäcktransport erfolgt täglich zwischen 8.00 und 18.00 Uhr. Jeder Teilnehmer soll sein Gepäck auf einen Koffer pro Person beschränken, mit einem maximalen Gewicht von 13 kg. Um das Beladen in den Fahrzeugen zu erleichtern, werden harte Koffer nicht mehr akzeptiert. Bitte verwenden Sie Weichgepäckkoffer. Jeder Koffer muss mit dem Namen der Person beschriftet sein, die die Buchung vorgenommen hat.

Achtung : bei Überschreitung des Gewichts darf der Transporteur die Annahme Ihres Koffers ablehnen und wird Ihnen eine Gepäckgebühr in Rechnung stellen.

Option ohne Gepäcktransfer : Sie tragen Ihr gesamtes Gepäck selbst, ein Gepäcktransfer mit Fahrzeug ist nicht vorgesehen, bitte kontaktieren Sie uns.

Bei bestimmten Aufenthalten ist Ihre Unterkunft eine Berghütte, die mit dem Fahrzeug nicht erreichbar ist. Daher werden Sie an diesem Abend kein Gepäck haben (siehe Ihr Programm). Denken Sie daran, Ihren Rucksack am Vorabend dieser Etappe gut zu organisieren.

Abreise und Treffpunkt :

Mögliche Abreise für die selbstgeführten Reisen und die bestehenden Gruppen.

Anreise:

- Mit dem Auto: Autobahn A64, Ausfahrt Foix St Giron, dann RN117 in Richtung St Giron und anschließend Aulus.
- Mit dem Zug: SNCF-Bahnhof in St Giron (Bus).
- Mit dem Flugzeug: Flughafen Toulouse.

Rückfahrt: es ist ratsam, mit Zug und/oder Bus am Ausgangspunkt zurückzukehren. Wenn Sie mit dem Auto ankommen möchten, ist es bequemer, Ihr Auto am Zielort abzustellen.

SNCF-Bahnhof in Mérens Les Vals.

Unterkunft :

1 Nacht in einer Wanderhütte, 2 Nächte in einer Berghütte, 1 Nacht in einem Gästezimmer.

Auf dem Plateau de Beille eine Nacht in einer Jurte oder einem Tipi auf 1800 m Höhe, mit Frühstück und Mahlzeiten, die vorbereitet, aber nicht serviert werden, in Eigenregie.

Halbpension, jeden Abend.

- Wander- und Berghütten: diese sind vor allem für die Qualität ihrer Gastfreundschaft ausgewählt. In Wander- und Berghütten finden Sie eine freundliche Atmosphäre. Meist teilen Sie sich Mehrbettzimmer (4-8 Betten). Bettwäsche und Handtücher werden nicht gestellt.

- Hotels und Gästezimmer: Sie schlafen in komfortablen Zweibettzimmern in Hotels, Gästezimmern und manchmal in Wanderhütten.

Bettwäsche und Handtücher sind inklusive.

Halbpension:

Abendessen, Übernachtung und Frühstück inklusive.

Betreuung :

Sie haben bereits Erfahrung im Wandern und können sich mit einer Karte und einem Kompass orientieren. Von

Etappe zu Etappe benutzen Sie unsere App My LaRébénne, in der Sie alle Ihre Unterlagen finden – Karten, Tracks,
Dokument gültig bis 10 Februar 2026 MESZ einschließlich

Unterkünfte, Transportunternehmen sowie alle nützlichen Informationen für Ihren Aufenthalt. Wir werden Ihnen auch die gedruckte Version mit den klassischen Navigationshilfen wie Karten, Kartentasche und Topoführer zur Verfügung stellen. Wenn Sie eine der beiden Versionen nicht wünschen, bitten wir Sie, uns dies mitzuteilen. Frei wandern, das bedeutet, mit leichtem Gepäck, in unterschiedlichen Tempos wandern und die Freuden der Natur voll genießen, sich keine Sorgen um die tägliche Logistik machen. Frei gehen, das heisst auch, sich alles, was die durchquerte Gegend uns erzählt, vorstellt und interpretiert.

Verpflegung :

Während Ihres Aufenthalts ist keine Diät vorgesehen, aber es ist eine gute Gelegenheit, die lokale Küche zu probieren. Wir legen großen Wert auf die Qualität des Essens: ausgewogene Ernährung, Energiezufuhr und landestypische Spezialitäten sind die Bestandteile jeder Mahlzeit. Sie speisen in den vorgesehenen Unterkünften oder in den angeschlossenen Restaurants.

Die Picknicks (Mittagessen) sind nicht inbegriffen.

Teilnehmer :

Mögliche Abreise ab 2 Personen

Niveau :

4 bis 7 ½ Std Wandern pro tag. Technische Schwierigkeiten : Höhenunterschied +1590m max. Sie sind in guter körperlicher Verfassung und gut auf mehrtägiges Wandern vorbereitet. Es ist erforderlich, sich mit einer Karte, einem Kompass und einem gedruckten oder digitalen Topoführer orientieren zu können. Zudem sollte man über gute Erfahrung im Bergwandern verfügen.

Optionen :

Unterkunft am Vorabend der Abreise oder am Ende des Aufenthalts

Reiseunterlagen in 2 Versionen: digital (Navigations-App) und gedruckt (Karten, Kartentasche, Topoführer und gedruckte Informationen)

Aufenthalt ohne Gepäcktransport

Rückfahrt im privaten Minibus

Frankreich – Formalitäten und Reisedokumente :

- Gültiger Personalausweis oder Reisepass (gilt auch für Kinder)
- Wir empfehlen zudem den Abschluss einer Reisekrankenversicherung

PREISE

Selbstgeführte Reise mit Gepäcktransport per Taxi

Anmeldung für 2 Personen	720€
Anmeldung für 3 Personen	670€
Anmeldung für 4 Personen	650€
Anmeldung für 6 Personen	595€

Im Reisepreis enthaltene Leistungen :

- Die Unterkunft mit Halbpension für die Wanderungen
- Der Gepäcktransport
- Die im Programm vorgesehenen Gruppentransfers.
- Die digitale Topoführer-Mappe und die gedruckte Mappe mit den IGN-Karten mit dem hervorgehobenen Verlauf, die Kartentasche und der ausführliche Topoführer
- Die GPS-Tracks im GPX-Format (auf Anfrage)

Im Reisepreis nicht enthaltene Leistungen :

- Die Getränke
- Die Versicherungen
- Die persönlichen Ausgaben
- Die Picknicks
- Die Unterkunft am Vorabend der Abreise
- Die Besichtigung der Sehenswürdigkeiten
- Die Eintritte in den Thermal-und Erlebnisbädern

ALLGEMEINE INFORMATIONEN

Wie Sie bei uns buchen ? :

LaRébenne legt großen Wert auf den Kontakt mit seinen Reisenden. Wir erzählen Ihnen gerne von unseren Reisen und möchten diese Beziehung zu Ihnen aufrechterhalten. Erfahrungsaustausch, Teilen und vergnügen sind die Kernbegriffe der LaRébenne-Reisen.

Zögern Sie nicht, uns direkt zu kontaktieren wenn Sie über Wandern sprechen möchten :

contact@larebenne.com

+33 (0)5 61 65 20 93

Anmeldung, Anzahlung und Bestätigung

Sobald Sie sich für einen Aufenthalt entschieden haben, ist die Anmeldung einfach, unkompliziert und schnell !

* Entweder direkt auf unserer Website auf der Seite Ihrer Rundreise, klicken Sie auf Anmeldung.

* oder erstellen wir mit Ihnen einen maßgeschneiderten Aufenthalt, dann schicken wir Ihnen einen personalisierten Link zu Ihrem Anmeldeformular.

Die Anmeldung ist gültig, wenn wir sie mit Annahme der allgemeinen Geschäftsbedingungen und der Anzahlung von 30% des Reisepreises bekommen. Anschließend wird Ihnen eine Empfangsbestätigung Ihrer Anmeldung zugesandt.

100% sichere Zahlung

Sie können per Kreditkarte oder per SEPA-Überweisung.



Restzahlung

Der Restbetrag muß einen Monat vor dem Abreisedatum bezahlt werden. Sie finden in Ihrem My LaRébenne App Ihre Rechnung sowie einen Link zur Zahlung des Restbetrags Ihres Aufenthalts.

Einladung zur Abreise

Nach Erhalt der Restzahlung steht Ihr Reisetagebuch in Ihrem Kundenkonto auf My LaRébenne App zur Verfügung, in dem Sie alle nützlichen Informationen Ihrer Reise sowie Ihre Rechnung finden.

Die Versicherungen :

Gemäß den gesetzlichen Bestimmungen muss jeder Teilnehmer an einer LaRébenne-Reise eine individuelle Haftpflichtversicherung sowie eine individuelle Vollkaskoversicherung besitzen, mit dem Ziel, sich vor Zwischenfällen oder Unfällen zu schützen, die sich vor oder während der Wanderreise ereignen können.

Die Assistance-Versicherung deckt im Wesentlichen die Such- und Rettungskosten, die Rückführung und die medizinischen Kosten ab. Sie greift, sobald ein medizinischer Befund vorliegt, der die Entscheidung über die Rückführung ermöglicht. Eine Rückführung kann auch aus Gründen eingeleitet werden, die nicht von der versicherten Person selbst verursacht wurden, z. B. der Tod eines Familienmitglieds (siehe Fälle in der Versicherungsbroschüre). Zuvor müssen Sie in Regionen, die weit von der medizinischen Infrastruktur entfernt und schwer zugänglich sind, die Organisation der ersten Hilfe durch lokale Mittel (Allradfahrzeuge, Träger, Pferde usw.) akzeptieren.

Je nach gewähltem Paket können Sie auch für den Verlust, den Diebstahl oder die verspätete Auslieferung von Gepäck sowie für den Reiseabbruch entschädigt werden.

Die Reiserücktrittsversicherung schützt vor dem finanziellen Risiko einer Stornierung. Es ist sehr wichtig, eine solche Versicherung zu haben, wenn Sie aufgrund eines gesundheitlichen Problems oder aus beruflichen Gründen im Vorfeld die Reiseleistungen stornieren müssen.

Wir empfehlen Ihnen, sich vor einer Buchung bei uns über die genauen Leistungen Ihrer Auslandsreiseversicherung (falls vorhanden) zu informieren und ggfs. einen der folgenden Versicherungsverträge bei der Buchung abzuschließen. Bitte beachten Sie, dass wir bei diesen Angeboten nur als Vermittler zwischen Ihnen und unserem Versicherungspartner auftreten.

- Ich möchte die Komplettzschutz-Reiseversicherung abschließen (4.5%, Mindestprämie von 15 €):
Dieser Vertrag deckt Such- und Rettungskosten, medizinische Versorgung, Rückführung, Reisegepäck (Verlust oder Diebstahl), Reiserücktritt und Reiseabbruch ab. Um den vollständigen Vertrag anzusehen, [klicken Sie hier](#) (nur auf Englisch verfügbar).
- Ich möchte die Reiserücktrittsversicherung abschließen (2,5%, Mindestprämie von 10 €):
Dieser Vertrag deckt nur den Reiserücktritt ab. Um den vollständigen Vertrag anzusehen, [klicken Sie hier](#) (nur auf Englisch verfügbar).
- Ich möchte die Reiseabbruchs- und Assistenzversicherung abschließen (1.6%, Mindestprämie von 10 €):
Dieser Vertrag deckt Such- und Rettungskosten, medizinische Versorgung, Rückführung, Reisegepäck (Verlust oder Diebstahl) und Reiseabbruch ab. Um den vollständigen Vertrag anzusehen, [klicken Sie hier](#) (nur auf Englisch verfügbar).

In Bezug auf die Haftpflichtversicherung im Ausland“ sind nur in Frankreich ansässige Personen versichert.

Informationen :

LaRébenne - 10 rue de la Comédie - 09000 Foix - Frankreich

Tel : + 33 (0)5 61 65 20 93 - contact@larebenne.com - www.larebenne.com

Unternehmensregister

ACTIVITÉ (CODE NAF) 7911Z: Activités des agences de voyage

IMMATRICULATION TOURISME: IM038100057

Eingeschrieben seit 02/07/2003.

RCP: GAN, 7, place du Dôme, 92099 La Défense