

		<b>Etapes</b>	<b>nature de l'étape</b>	<b>points de rdv assistance/Nicolas</b>
<b>jour 1</b>	1	Banyuls-sur-Mer	départ	parking de la Gare
	2	col de l'ouillat	<i>ravito local gîte</i>	au gîte si besoin d'une évacuation
<b>jour 2</b>	3	Le Perthus (66480)	étape soir	sous le viaduc de Rome sous lequel le GR10 passe (intersection entre D71 et A9)
	4	las Illas (66480)	<i>ravito flash</i>	rdv devant le seul hôtel-restaurant du village
<b>jour 3</b>	5	Arles-sur-Tech (66150)	étape soir	au niveau de la passerelle traversant la rivière le Tech
	6	gîte d'étape de Batère	<i>ravito local au gîte</i>	au gîte si besoin d'une évacuation
	7	chalet des Cortalets	<i>ravito local au refuge</i>	aucun accès par la route
	8	refuge de Mariailles	<i>ravito local au refuge</i>	aucun accès par la route
<b>jour 4</b>	9	Py (66155)	étape soir	au niveau de l'aire de jeu du village (immédiatement à gauche du GR10 en entrant dans le village pour Nicolas)
	10	Planès (66210)	<i>ravito flash</i>	Nicolas arrivera de la montagne et tombera directement en face de l'entrée de la fromagerie Cal Rous (dans le village cet établissement est signalé)
	11	Lac des Bouillouses	<i>ravito local</i>	au parking du barrage si besoin d'une évacuation
	12	refuge des Bésines	<i>ravito local au refuge</i>	aucun accès route
<b>jour 5</b>	13	Mérens-les-Vals (09110)	étape soir	le gîte d'étape du Nabre se trouve en partie supérieure du village d'où Nicolas arrivera
	14	refuge de Ruhle	<i>ravito local au refuge</i>	aucun accès route
	15	cabane des Clarans	<i>ravito flash</i>	immanquable : le GR10 traverse un pont avec parking en fond de vallée
<b>jour 6</b>	16	Siguer (09220)	étape soir	Au centre du village : là où le GR10 débouche directement sur la rue centrale
	17	Gîte d'étape de Goulier (09220)	<i>ravito local au gîte</i>	au gîte si besoin d'une évacuation
	18	gîte d'étape de Mounicou	<i>ravito local au gîte</i>	au gîte si besoin d'une évacuation
	19	Marc (lieu dit commune Auzat 09220)	<i>ravito flash</i>	à l'église immanquable, le GR10 passe devant
	20	Refuge de Bassiès	<i>ravito local au refuge</i>	aucun accès route
<b>jour 7</b>	21	Aulus-les-bains (09380)	étape soir	au cimetière du village à coté de l'église

	22	St Lizier (09140) de la vallée d'Ustou	<i>ravito local au gîte</i>	au gîte La colline verte (à coté de l'église) si besoin d'une évacuation
	23	Aunac 09140 commune seix	<i>ravito flash</i>	le GR10 emprunte sur quelques dizaines de mètres la petite route montant vers Aunac. Il faudra y être. Le gîte local est plus haut
<b>jour 8</b>	24	Maison du Valier au pla de la lau (commune Ayer 09800)	étape soir	immanquable, grand parking et établissement (La maison du Valier) devant lesquels le GR10 passe
	25	Eylie d'en Haut 09800 commune de Sentein	<i>ravito flash</i>	pour l'assistance, une longue route en cul de sac au bout de laquelle le GR10 passe au niveau du seul gîte d'étape local
<b>jour 9</b>	26	Fos (31440)	étape soir	au gîte d'étape de Fos dans le centre (le GR10 passe devant)
	27	Bagnères de Luchon (31110)	<i>ravito flash</i>	43 Avenue Maréchal Foch, le GR10, avant d'arriver au centre de Bagnères-de-Luchon, passe juste devant l'entrée d'un supermarché CASINO. Point de RDV idéal
<b>jour 10</b>	28	les Granges d'Astau (commune d'Oô 31110)	étape soir	au parking du gîte d'étape, il n'y a rien d'autre
	29	Loudenvielle (65240)	<i>ravito flash</i>	rendez-vous au petit centre commercial du village (immanquable) c'est sur la place centrale avant de passer sur le pont
<b>jour 11</b>	30	Bourisp (65170)	étape soir	au supermarché Carrefour situé au croisement de la D929 avec la D116 (le GR10 y passe c'est immanquable)
	31	lac de l'oule	<i>ravito local au refuge</i>	aucun accès route
	32	Barèges	<i>ravito local</i>	au gîte d'étape l'Oasis si besoin d'une évacuation
<b>jour 12</b>	33	Luz st Sauveur (65120)	étape soir	à définir
	34	Cauterets (65110)	<i>ravito local</i>	visible par tous, la gare du téléphérique est le point de rdv immanquable
	35	refuge d'Ilhéou	<i>ravito local au refuge</i>	aucun accès route
	36	Estaing (65400)	<i>ravito flash</i>	pour le conducteur en allant vers le lac d'Estaing sur la petite route : quelques kms après le village de Sireix au lieu dit Labat de Bun, le camping Pyrénées Natura (droite de la route) sera le lieu de rdv idéal
<b>jour 13</b>	37	Arrens Marsous (65400)	étape soir	pour le conducteur (adresse : 4 route des Bordères Arrens Marsous) pour Nicolas juste au niveau du vieux pont engeambant le gave
	38	Gourette (commune des Eaux Bonnes 64440)	<i>ravito flash</i>	Pour le conducteur aller au parking des deux terrains de tennis, qui sera également le seul passage goudronné de gourette pour Nicolas (extrême sud est de Gourette)
	39	Gabas (commune de Laruns 64440)	<i>ravito flash</i>	pour le conducteur sur la D934 en direction d'Artouste, traverser Gabas et point de rdv juste au niveau du panneau de sortie de Gabas. Pour Nicolas, ce sera la seconde jonction du GR10 avec la route goudronnée.
	40	Refuge d'Ayous	<i>ravito local au refuge</i>	aucun accès route
<b>jour 14</b>	41	Etsaut (64490) - Borce (64490) (villages collés)	étape soir	pour le conducteur : au parking routier du chemin de la mâtüre (point touristique) et pour Nicolas premier goudron après le chemin de la mâtüre.
	42	plateau de Lhers	<i>ravito local au gîte</i>	au gîte si besoin d'une évacuation. Facile à trouver.

	43	Lescun (64490)	<i>ravito flash</i>	au cœur du village (épicerie et monument aux morts) le GR10 y passe
	44	Arette la pierre st Martin (commune d'Arette 64570)	<i>ravito local au refuge</i>	au refuge si besoin d'une évacuation
<b>jour 15</b>	45	Logibar (commune de Larrau 64560)	étape soir	immanquable : rdv à l'auberge juste au bord de la route allant vers Larrau pour le conducteur et pour Nicolas, le GR10 tombe directement sur l'auberge.
	46	les Chalets d'Iraty col de bagargi ou bagargiak	<i>ravito flash</i>	au bord de la route juste au niveau du col de Bagargi ou Bagargiak suivre direction les chalets d'Iraty pour le conducteur. Nicolas passera également par là.
	47	gîte de Kaskoleta	<i>ravito local au gîte</i>	au gîte si besoin d'une évacuation
	48	Esterençuby (64220)	<i>ravito flash</i>	au parking du cimetière situé en hauteur à côté de l'église, le GR10 passe devant
<b>jour 16</b>	49	St Etienne de Baigorry (64430)	étape soir	au niveau du pont principal engeambant la nive. Il y a un grand parking coté Ouest. Le GR10 passe par ce pont
	50	Bidarray (64780)	<i>ravito flash</i>	Le fronton se trouve en partie supérieure de Bidarray. Immanquable
	51	Ainhoa (64250)	<i>ravito flash</i>	au niveau du cimetière à son coin sud-est, le GR10 y plonge droit dessus (au niveau de la rue principale)
<b>jour 17</b>	52	Sare (64310)	étape soir	au niveau du pont cote "48" sur la D306 où passe le GR10 (sud-sud est de Sare à environ 1200m à vol d'oiseau)
	53	Olhette (64122)	<i>ravito flash</i>	au parking de Mantobaitta. Le GR10 y passe. Pour le conducteur prendre en face de l'hôtel Trabénia (situé route d'Urrugne depuis Sare) le chemin de Xurien Bordas. Parking au bout
	54	Hendaye plage		