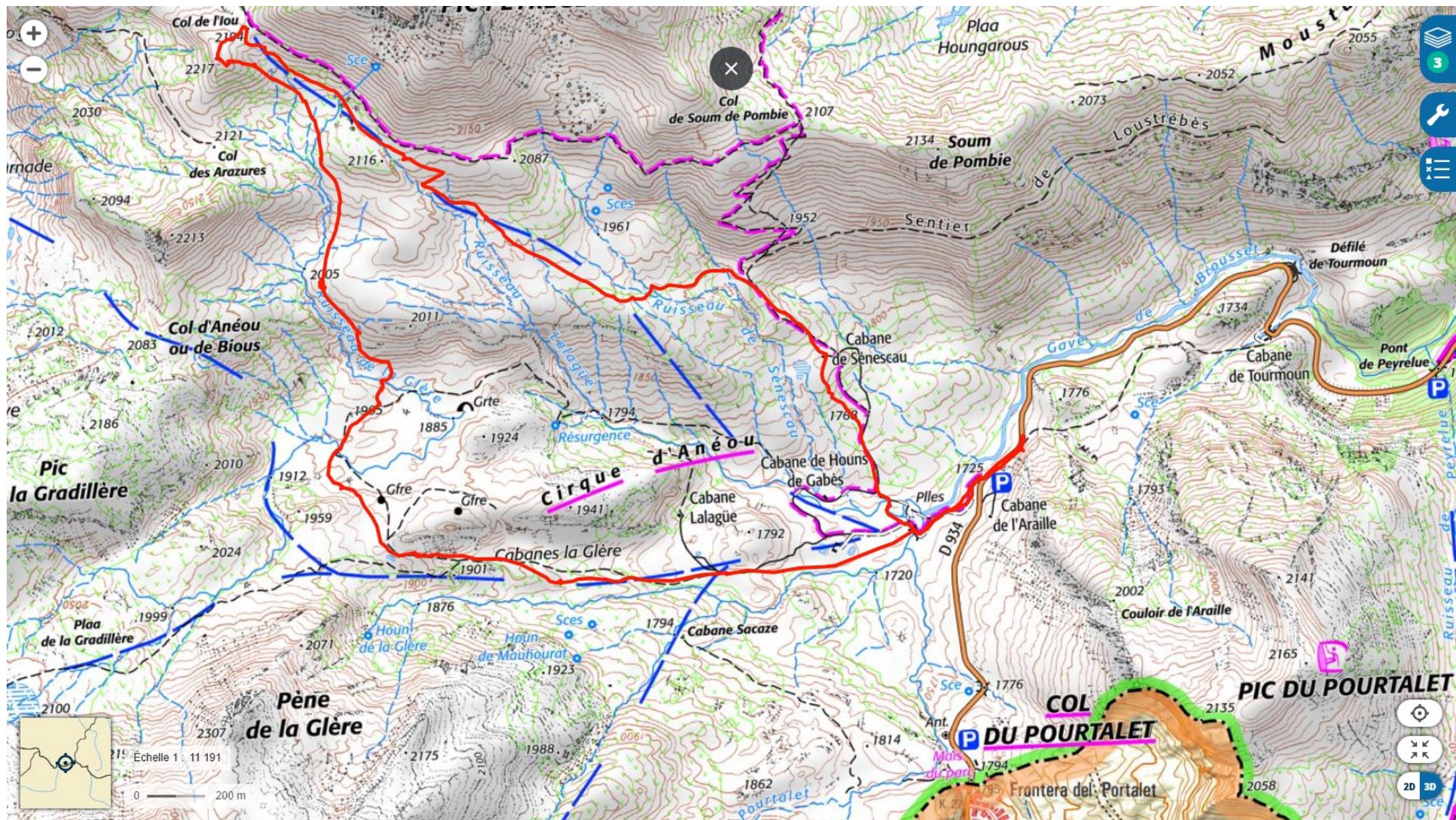


Dimanche 15 Février 2025 : Col et Pic de L'IOU : 2194 m – 2217 m.

Carte IGN Top 25 : 1547 OT \_ Ossau – Vallée d'Aspe.



Dimanche 15 Février 2025 : **Col et Pic de L'IOU** : 2194 m – 2217 m.

Carte IGN Top 25 : **1547 OT** \_ Ossau – Vallée d'Aspe.

Départ Jurançon Pk du Bernet : **8h**.

Arrivée Pk Anéou 1715 m (66 km) : **9h30**. Pk déjà très complet, saturé.

Départ rando : **9h50**.

Cabane de Sénescau 1812m : 10h20

Col de l'Iou 2194 m : 12h.

Sommet 2217 m (appelé Pic de l'Iou) : **12h08**.

Pique nique à l'abri du vent frais de sud 2170 m : 12h14 / 12h57.

Côte 2020 : Repos au chaud sans vent et exercice rapide DVA : 13h40 / 14h10.

Retour voiture : **15h37**.

Bistro : Eaux chaudes à la caverne. Retrouvé de nombreux cafistes.

Météo : Très belle journée ensoleillée, neige à raquettes, un peu de vent frais en altitude.

Dénivelé : **550 m**.

Distance parcourue : **10 km**.

Temps total du parcours : **5h47**.

Arrêts : 1h environ.

Niveau Physique : **2**.

Niveau Technique : **2**

Participantes : **7** – Françoise Gaüzère, Isabelle Amalric, Sandra De Smet, Sandrine Giersch-Terrasse, Mathilde Imbert, Marjolaine Le Bris, Karine Norbert.

Participants : **3** – Jacky Gaüzère ; Patrice Collin, Robert Marin.

IOU sur Relive! <https://www.relive.cc/view/vYvEnDQ5QwO>

Photos Karine : <https://photos.app.goo.gl/wuJtvzoPcbqK9Pif8>