



### ITINÉRAIRE DE RANDONNÉE PÉDESTRE

- 2h45
- 7 km
- 260 m
- Boucle
- Itinéraire Balisé

#### SENTENAC-DE-SÉROU

Parking col de Péguère  
 Tél : 05 61 96 26 60  
 contact@tourisme-couserans-pyrenees.com

## Cap du Carmil par le col de Péguère

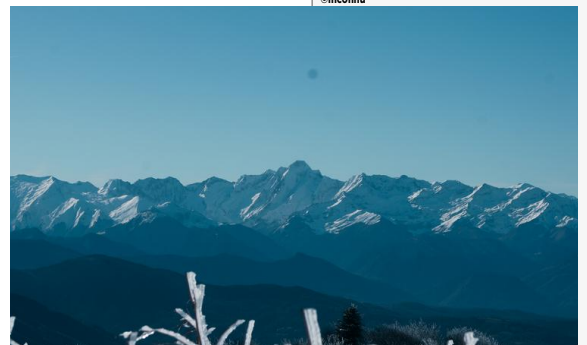
**Départ :** Parking col de Péguère - Altitude : 1368m - Point culminant : 1610m

Carte IGN TOP 25 - 2047 ET Massat - Pic des 3 Seigneurs

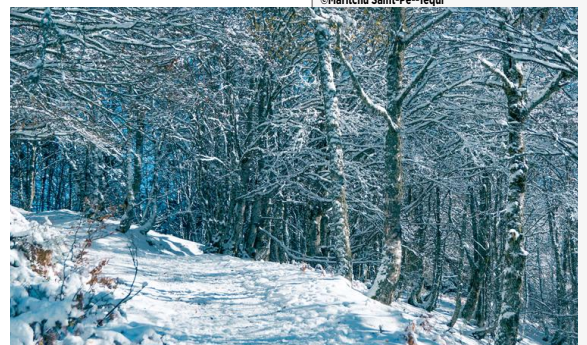
Le cap du Carmil est un bel itinéraire à travers crêtes et forêts, avec une vue incomparable sur la chaîne des Pyrénées et le massif du Mont Valier, le Pic des trois seigneurs et Bassiès.



©inconnu



©Maritchu Saint-Pé-Téqui



©Maritchu Saint-Pé-Téqui

**BALISAGE : jaune**  
**NATURE DU TERRAIN : Terre**

Vous commencerez le départ de cette randonnée au col de Péguère. Le début se fait dans la forêt. Aussi agréable l'été pour se protéger de la chaleur, que l'hiver pour vous offrir une ambiance glaciale. Une fois que vous serez sortis de la forêt, on vous invite à tourner la tête du côté droit pour admirer ce point de vue exceptionnel sur la chaîne des Pyrénées. Le petit sommet carré que vous y apercevez c'est le Mont Valier, le seigneur du Couserans. Vous poursuivrez votre chemin en direction du Cap du Carmil qui vous offrira une vue panoramique bien méritée lors de votre arrivée. Par la suite, vous redescendrez vers le Pic de Fronfrède, pour ensuite, juste avant le sommet de Cap Long, revenir par la forêt qui, l'hiver, offre une ambiance plus que cocooning. La petite astuce, c'est de ne pas partir trop tôt pour pouvoir profiter du coucher de soleil au col de Péguère, à votre retour. Juste incroyable.