

**COUSERANS  
PYRÉNÉES**  
*Vivre l'instant !*

### ITINÉRAIRE DE RANDONNÉE PÉDESTRE

-  11h30
-  21 km
-  1900 m
-  Boucle
-  Itinéraire Balisé

### BORDES-UCHENTEIN

Parking Pla de la Lau, Les Bordes-sur-Lez  
Tél : **05 61 96 26 60**  
contact@tourisme-couserans-pyrenees.com  
<https://www.tourismecouseranspyrenees.com/>

## Mont Valier par l'étang de Milouga

**Départ :** Parking Pla de la Lau - Altitude : 944m - Point culminant : 2838m

Carte IGN TOP 25 2048 OT AULUS MONT VALIER Top25 2048 OT ; Pyrénées n°6 Couserans

Cette randonnée spectaculaire est une des plus belles de la région Pyrénéenne avec l'ascension du Mont Valier, sommet emblématique du Couserans Vous admirerez la vallée du Ribérot avec ses cascades, ses lacs, les étangs de Milouga et la vallée du Muscadet

**BALISAGE : Balisage rouge/blanc puis jaune**

**NATURE DU TERRAIN : Terre**

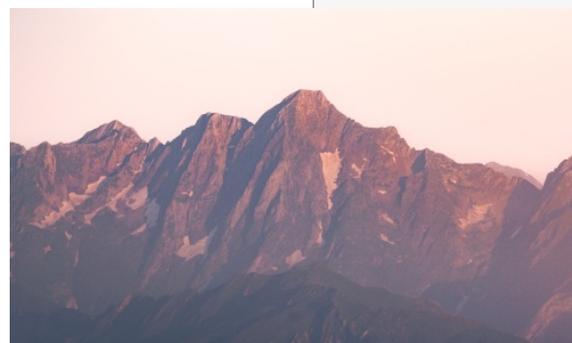
Dans un décor de haute montagne, vous pourrez apercevoir isards, marmottes, et si vous avez de la chance, un gypaète barbu... Un refuge gardé (de juin à fin septembre) vous permettra de faire la randonnée en deux jours, en prenant le temps d'admirer la vallée du Ribérot avec ses cascades et ses lacs.

#### Accès routier

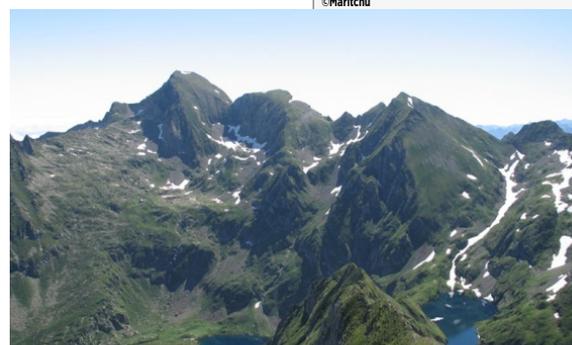
A Castillon suivez la D4 vers Sentein, après Bordes-sur-Lez prenez à gauche (2 kms). Traversez Ayer et prolongez cette route jusqu'au parking du Pla de la Lau (7 kms).

Départ du parking du Pla de la Lau 0h - 935 m

Suivez le GR10 qui descend vers le ruisseau et part vers la droite (panneaux) que vous quitterez rapidement (ne pas franchir la passerelle) pour filer tout droit sur le GRT (Transfrontalier) du Port de la Girelle balisé en rouge et blanc. Un peu plus loin, laissez l'itinéraire du Barlonguère à droite pour franchir deux



©Maritchu



©Office de tourisme du Couserans



©Virginie Gaszynski

passerelles sur la gauche. Remontez rive droite du ruisseau le sentier bien tracé qui se poursuit dans la forêt pour déboucher près d'un abri sous roche (la tute de l'ours). Le sentier se dédouble et une passerelle permet de suivre le parcours sur l'autre rive pour arriver à la

Cascade de Nérech 1h40 - 1350 m

Franchissez la passerelle et grimpez les lacets taillés dans le rocher. Plus loin vous débouchez dans la prairie pour poursuivre jusqu'à

La cabane de Caussis 3h - 1859 m

A la bifurcation, prenez le chemin d'en haut à gauche toujours balisé en rouge et blanc (Le sentier à droite conduit en 30 minutes à l'étang Rond). La montée se fait moins raide et vous ne tarderez pas à arriver au

Refuge des Estagnous 4h - 2246 m

Quittez le balisage rouge et blanc puis suivre le sentier balisé en jaune bien tracé (direction Est-Sud-Est). Il s'élève rapidement vers un éperon rocheux qui se contourne par la droite. La montée se fait raide (névé en début de saison) vers le col de Faustin. Ensuite l'itinéraire devient facile, s'écarte un peu de la crête pour aboutir rapidement au

Sommet du Mont-Valier 5h30 - 2838 m

Le retour s'effectue par le même itinéraire en sens inverse jusqu'au refuge derrière lequel la trace balisée en jaune et cairnée remonte au col de Pécouch (2462 m) et redescend par les Lauzés (grande plaine granitique qu'il est préférable de traverser sans brouillard) pour arriver à

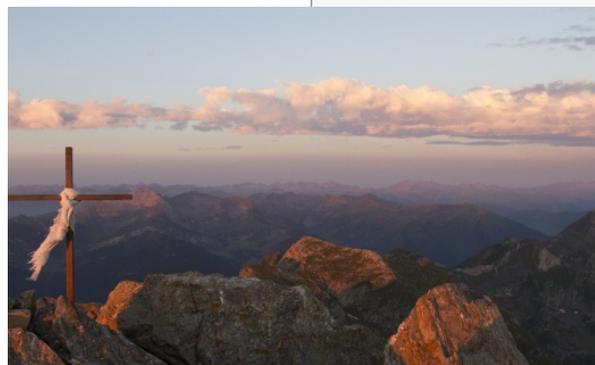
l'étang de Milouga (1959 m).

Une traversée presque à plat (toujours balisée en jaune) vous ramène à la

cabane du Taus (1890 m).

De là une légère remontée rejoint le GR10 (rouge et blanc) qui vous conduira à la cabane d'Aouen puis par une longue descente au

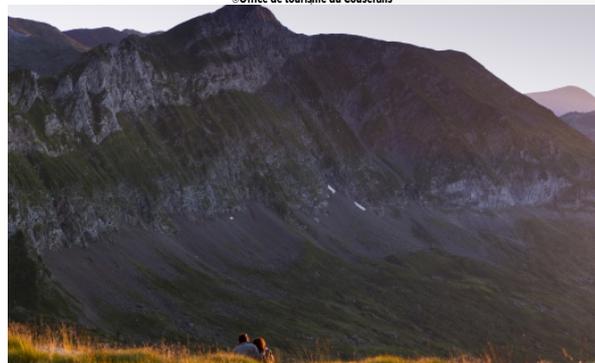
Parking du Pla de la Lau 11h30 935 m



©Virginie Gaszynski



©Office de tourisme du Couserans



©Virginie Gaszynski