

## LE PICOU

## GANAC



Accès : Ganac, à 5km à l'ouest de Foix par la D21. Parking devant la salle des fêtes. A noter qu'un panneau d'information propose d'autres randonnées plus courtes, mises en place par la commune de Ganac.



Coordonnées gps départ : 42°56'51.9"N 1°33'41.0"E



Durée : 7h30



Distance : 18km



Dénivelé : 1100m



Difficulté : Très difficile. Montées raides et distance importante.

## Recommandations :

Le brouillard peut très vite entourer les sommets et rendre l'orientation difficile, n'entrez pas cette randonnée par mauvais temps ; de nombreux troupeaux en estive sont présents dans ce secteur : tenez vos chiens en laisse et gardez vos distances avec les animaux.

*Sommet emblématique de la vallée, le Picou se gagne à l'issue d'une montée en crête où l'émerveillement s'accroît avec l'altitude !*

*Après une ascension régulière en sous-bois, vous traversez de vastes espaces pastoraux. C'est alors une suite continue de panoramas sur la vallée de la Barguillère, la ville de Foix, la haute chaîne ariégeoise, et même les sommets plus éloignés comme le Pic du midi de Bigorre et les premiers contreforts du massif central.*

**1** Du parking de la salle des fêtes, remonter et prendre la ruelle face à la mairie (chemin de la Barthe) puis rapidement à droite sur un petit chemin creux qui monte dans les bois. Après 2,5km de montée, le chemin croise 2 fois la piste forestière avant de déboucher au col du Calmil où débute la zone d'estive.

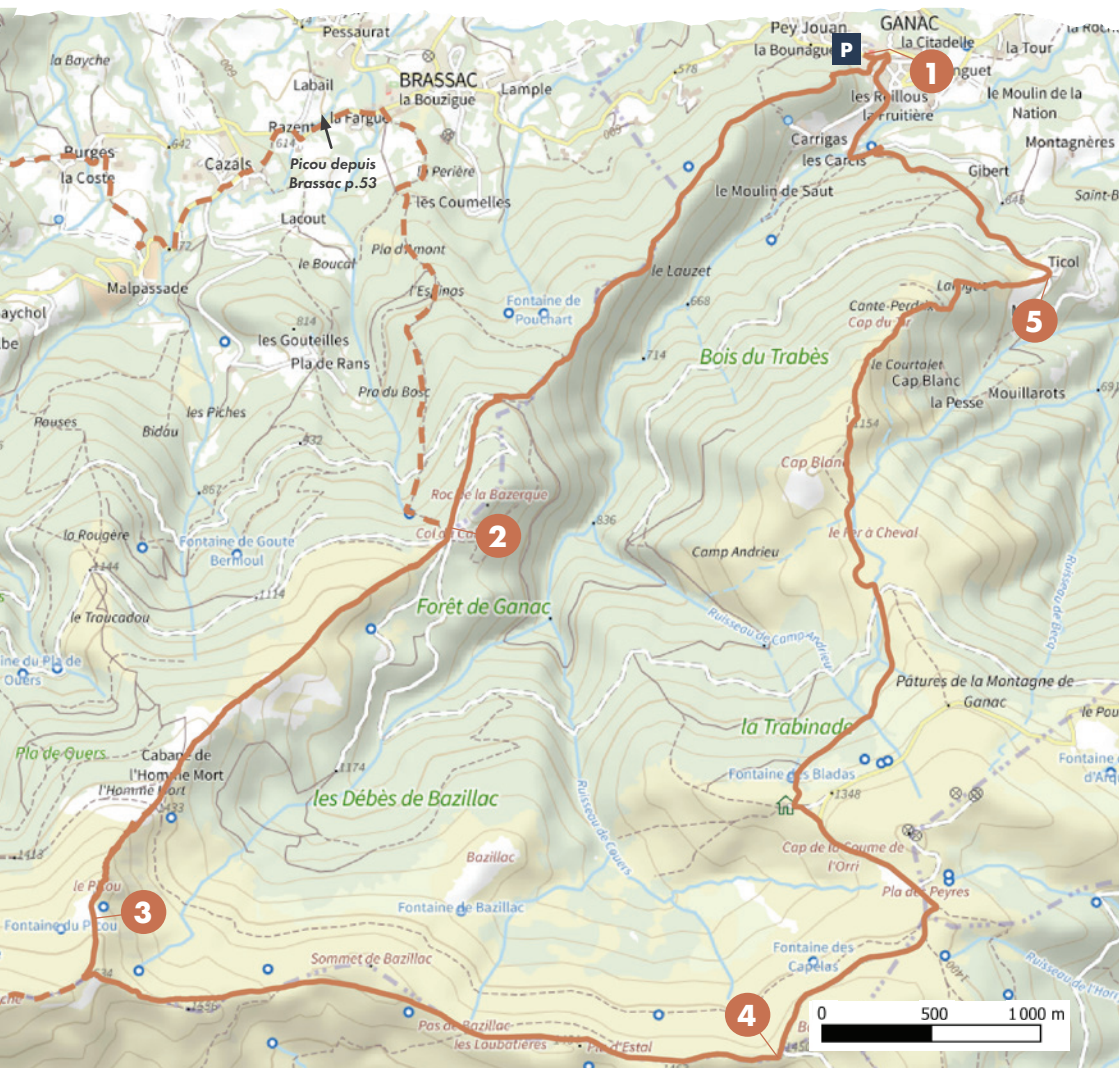
**2** Au Col du Calmil, traverser la route forestière pour rejoindre la croupe herbeuse et poursuivre l'ascension. Passer devant la cabane de l'Homme Mort. La pente s'intensifie à l'approche du sommet du Picou.

## ZOOM SUR... le pastoralisme en Barguillère

Cette pratique ancestrale consiste à utiliser de grands espaces naturels pour l'alimentation des bêtes. Elle génère aujourd'hui un potentiel à la fois économique et écologique nécessaires au développement du territoire. Trois groupements pastoraux se

partagent la gestion des estives domaniales, qui réunissent une quarantaine d'éleveurs issus pour la plupart des 24 communes de l'ancien consulat de Foix. 750 bovins, 800 ovins et une centaine de chevaux parcourent la montagne sur près de 4000 ha, chaque année de mai à octobre, participant ainsi à l'entretien de ces herbages d'altitude.

Sources P.N.R.



- 3** Au sommet du Picou, redescendre sur le versant sud face à vous pour rejoindre la longue ligne de crête qui sépare la vallée de la Barguillère et celle de Saurat. Poursuivre à gauche, plein Est, en parcours descendant, puis plat jusqu'au site des Loubatières. Continuez jusqu'au col du Touron où l'on rejoint une piste pastorale.
- 4** Col du Touron. Descendre la piste sur votre gauche. Elle se transforme rapidement en route. La quitter plus bas pour rejoindre à gauche la cabane des Bladas. Près de la cabane, descendre sur la droite (plein Nord) vers les bois pour trouver un sentier. Il s'élargit et débouche sur la route forestière. La traverser et s'engager sur le site pastoral du Fer à Cheval. Le Prat d'Albis, tout proche, est l'un des meilleurs sites d'envol de parapente en Ariège.

Passer à gauche du bosquet de vieux pins. Un platelage en bois permet de traverser la mouillère. Poursuivre dans la prairie en contournant le sommet arrondi (Cap Blanc) par la droite. S'engage ensuite une longue et forte descente jusqu'à la grange du Ticol.

- 5** Ticol. En vue de la ferme, prendre à gauche (bouleau isolé) un sentier herbeux descendant. Traverser une route forestière pour continuer le sentier et atteindre la route goudronnée et le hameau du Martinet de Tourié. Suivre à plat cette route jusqu'à l'entrée du village. Après la première maison, prendre la rue montant à gauche et rejoindre le point de départ.

