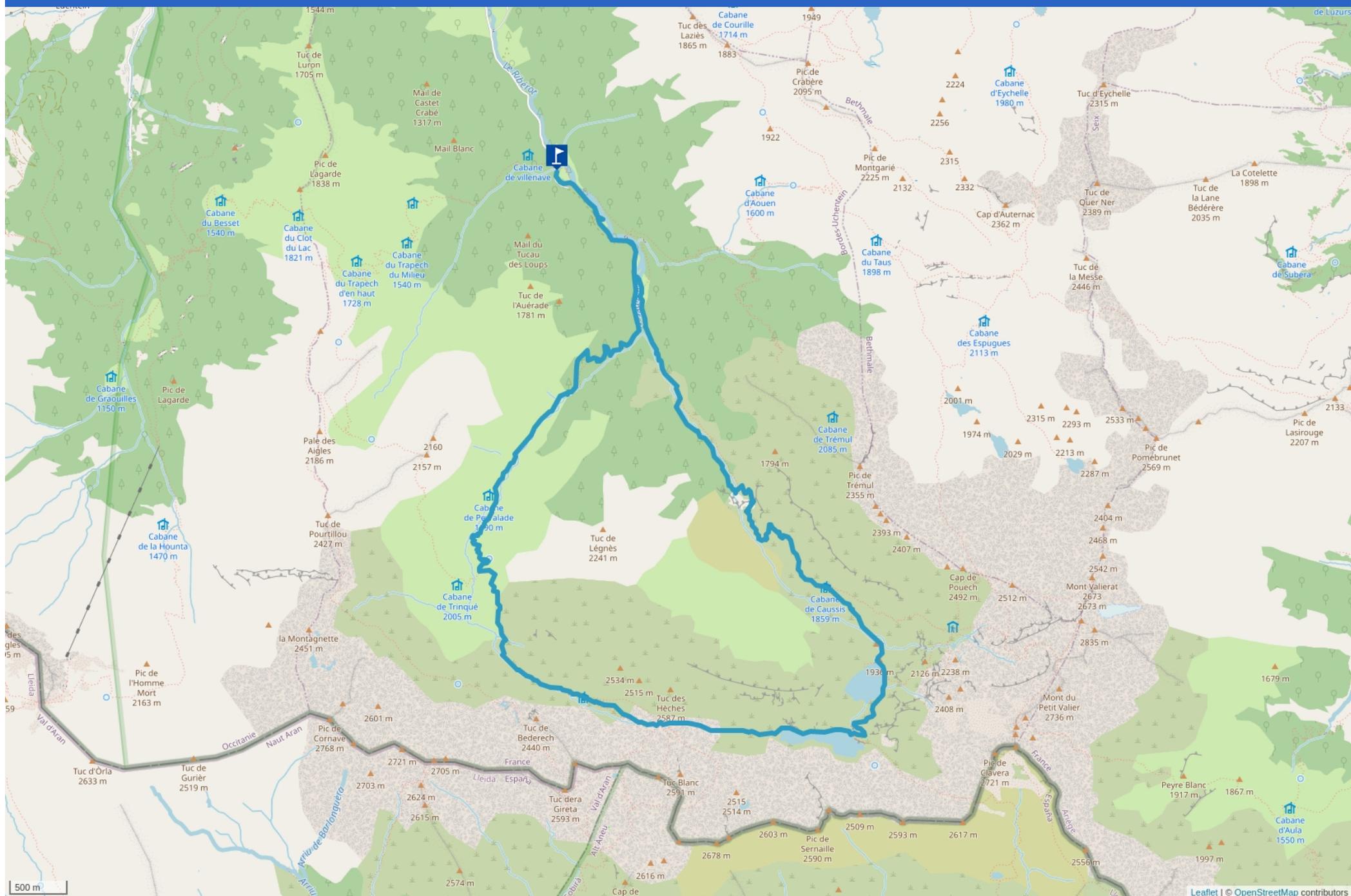


CIRCUIT DES ÉTANGS ROND ET LONG



Cet itinéraire est délivré après expertise par les comités départementaux. Il répond aux critères de qualité définis par la FFRandonnée.

www.ffrandonnee.fr/la-federation/espace-professionnels/labellisation-des-itineraires-pr



Mise à jour le 03/04/25 par Office de tourisme Couserans Pyrénées et généré par www.cirkwi.com

Circuit des étangs Rond et Long

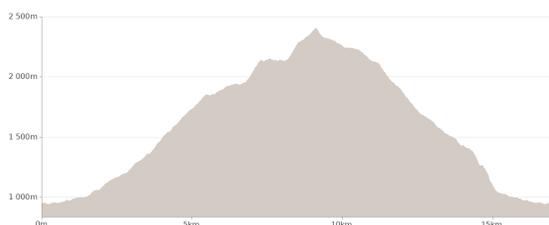
Proposé par : **Office de tourisme Couserans Pyrénées**

Validé par la FFRandonnée

"Ce PDF a été généré à partir de Cirkwi, la plateforme de partage d'activités touristiques qui vous fait voyager" www.cirkwi.com/circuit/664978



Office de Tourisme Couserans Pyrénées



Départ : Parking du Pla de la Lau - 09800
BORDES-UCHENTEIN

17.01 km

7h45

maxi 2401 m

mini 938 m

Difficile

1483 m

Cette boucle dans le massif du Valier vous fera passer des estives à la haute montagne. Vous cheminerez près des cascades, longerez des lacs d'altitude et apercevrez dans des cirques montagnards uniques : isards, marmottes et grands rapaces.

TOPO/PAS À PAS

1/ Au parking du Pla de la Lau (alt 920 m) suivez la riche gauche jusqu'à

2/ la cabane de Caussis 3h - 1859 m

Prendre à droite le sentier à plat (GRT 55) à travers rochers et prairies. Quand vous atteignez le fond de la vallée, vous franchisserez un ruisseau avant de poursuivre légèrement en montée pour aboutir à

3/ l'Etang Rond 3h20 - 1929 m

Le sentier contourne le lac, puis traverse un chaos rocheux (névé en début d'été). La montée se précise en lacet et devient très raide, plusieurs passages sont équipés de mains courantes. Bientôt vous débouchez à 4/ l'Etang Long 4h05 - 2125 m

Ne pas prendre l'itinéraire de gauche qui monte à la Claouère (chemin de la liberté). Au déversoir du lac, prenez à droite la trace qui s'élève pendant une quarantaine de mètres, puis traversez une terrasse et un passage rocheux équipés de mains courantes. Plus loin, l'itinéraire redescend au bord du lac et franchit plusieurs passages rocheux. Ensuite vous débouchez au fond du cirque souvent enneigé, de là, vous remontrerez le couloir raide plutôt à gauche dans sa première partie selon la neige. Vous arrivez enfin au

5/ Port de Barlonguère 5h10 - 2400 m

Le balisage descend rapidement rive droite de la vallée, passe la cabane de Barlonguère (point d'eau) et se poursuit. Vous passez rapidement rive gauche pour revenir rive droite. Traversez un autre ruisseau pour descendre dans la prairie. Au bout de quelques temps, le blanc et rouge part à gauche pour franchir le ruisseau et changer de versant. Quittez le balisage pour filer toujours pleine pente (sentier moins marqué). Bientôt, vous buttez sur un gros ruisseau qu'il faut traverser (parfois très fort débit). De l'autre côté, vous arrivez à la

6/ Cabane de Peyralade 6h30 - 1690 m

Le sentier reste rive gauche et n'est pas trop marqué au départ. Vous traversez la prairie de Peyralade et bientôt vous plongez dans la forêt. Une descente très raide en lacets, nous ramène en bas de la vallée. On rejoint l'itinéraire de départ et le

7/ Parking du Pla de la Lau 7h45 - 935 m

COMPLÉMENTS DE LOCALISATION

Depuis Castillon, prenez la direction de Sentein. Après Bordes-sur-Lez vous tournerez à gauche pour rejoindre le parking du départ du Mont Valier, le Pla de Lau.

PASSAGES DÉLICATS

Praticable de juin/juillet aux premières neiges. L'itinéraire présente plusieurs difficultés. Les parties équipées de mains courantes peuvent avoir été abîmées ou recouvertes de neige (se renseigner auprès des offices) et la montée au port de Barlonguère reste enneigée tardivement (piolet et crampons utiles en début de saison).

PÉRIODE D'OUVERTURE

Du 01/04 au 30/11.

Sous réserve de conditions d'enneigement et météorologiques favorables.

ENVIRONNEMENTS

En montagne

Itinéraire G.R. à moins d'1 km

NATURE DU TERRAIN

Rocher

Cet itinéraire est délivré après expertise par les comités départementaux. Il répond aux critères de qualité définis par la FFRandonnée.

www.ffrandonnee.fr/la-federation/espace-professionnels/labellisation-des-itineraires-pr



Mise à jour le 03/04/25 par Office de tourisme Couserans Pyrénées et généré par www.cirkwi.com

Cailloux
Terre

RÉFÉRENCES TOPO GUIDES ET CARTOGRAPHIQUES

Références cartographiques :

Carte IGN TOP 25 2048 OT AULUS MONT VALIER

CONTACT

Téléphone : 05 61 96 26 60

Email : contact@tourisme-couserans-pyrenees.com

Site web : <https://www.tourisme-couserans-pyrenees.com/>

Facebook : <https://www.facebook.com/TourismeCouseransPyrenees/>

COMPLÉMENTS D'ACCUEIL

Vous êtes au cœur du Parc Naturel des Pyrénées Ariégeoises.

Nous vous encourageons à adopter un comportement responsable dans ce milieu fragile et partagé.

- Rester sur les sentiers et emporter ses déchets.
- Observer la flore sans la cueillir.
- Rester discret, pour les animaux sauvages.
- Dans les zones d'estive, penser à refermer les clôtures et barrières. Ne pas approcher ni nourrir les animaux. Si un Patou (chien de protection des troupeaux) s'approche de vous, écarter-vous lentement et calmement. Pas de grands gestes ni de cris, même s'il aboie, car il vous considérerait comme une menace. S'il vous suit, ignorez-le.
- La baignade dans les lacs est déconseillée. La crème solaire (même bio !) et autres cosmétiques sont source de pollution dans ce milieu fragile.
- Le bivouac est autorisé, mais seulement entre 19h et 9h, et à plus d'une heure de marche d'un parking.
- En période de sécheresse tout feu est interdit. Dans les autres cas, les feux sont autorisés seulement à plus de 200m d'une forêt. Préférer les réchauds aux foyers naturels.
- En cas de rencontre, très peu probable, avec un ours (qui cherche à tout prix à nous éviter) : manifestez-vous calmement, éloignez-vous progressivement, et ne courez pas.

