

**ITINÉRAIRE DE  
RANDONNÉE PÉDESTRE**

-  **4h15**
-  **8 km**
-  **682 m**
-  **Boucle**
-  **Itinéraire Balisé**

**AULUS-LES-BAINS**

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

## Le Mont Ceint

**Départ :** Parking de Coumebière - Altitude : 1400m - Point culminant : 2088m

TPP 25 IGN 20480T Aulus les Bains - Mont Valier

Située sur le GR10, ce sentier vous conduira au mont Ceint, appelé aussi pic de Girantès, en passant par le port de Saleix, véritable point d'encrage entre les vallées du Couserans et du Vicdessos.

**BALISAGE :** Itinéraire balisé en jaune, jaune et rouge (GR Pays) et blanc et rouge (GR 10)

**NATURE DU TERRAIN :** Terre

Très beau point de vue sur le piémont et la crête frontière.

Pas à pas :

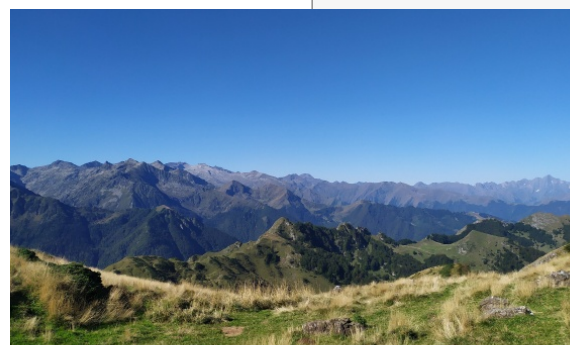
0:00 Prendre le sentier près du corral. Le suivre pour traverser le plateau jusqu'à la

0:10 fontaine abreuvoir : tout droit sur le GR10

0:30 Laisser la bifurcation à gauche et continuer sur le GR10 (vers le Port de Saleix)

0:35 Nouvelle bifurcation sur votre droite, rester tout droit sur le GR10 qui monte par des lacets réguliers vers

1:30 Port de Saleix : continuez la montée à gauche et vers le Nord (remarquer à l'Est le champ de dolines) par le GR de pays et suivant la ligne de crête vers le



©Carole Bayard - Ariège Pyrénées Tourisme

2:30 Mont Ceint (ou Pic de Girantés) : descendez toujours par la ligne de crête vers le Nord-est sur une centaine de mètres puis vers le Nord-Ouest sur 250 m., au niveau d'un creux vous trouvez des dolines sur votre gauche

2:50 Quitter le GRP en tournant à gauche et en contournant donc les dolines par le Nord puis la descente s'amorce vers l'Ouest progressivement ; après avoir cheminé à flanc pendant une quarantaine de minutes avec une vue au nord vers

l'étang de l'Hers, vous basculez au Sud-Ouest au niveau d'un petit col sous le Tuc des Paloumères, pour redescendre sur le

3:45 Plateau de Girantés : continuer à droite et à flanc en descendant légèrement vers le pas du Roc où vous longez le ruisseau et une petite mare ; ensuite redescendre par le bois traverser la prairie et rejoindre la route

4:15 départementale N°8 : l'empruntez à gauche pour revenir vers Coumebière  
4.30 fin