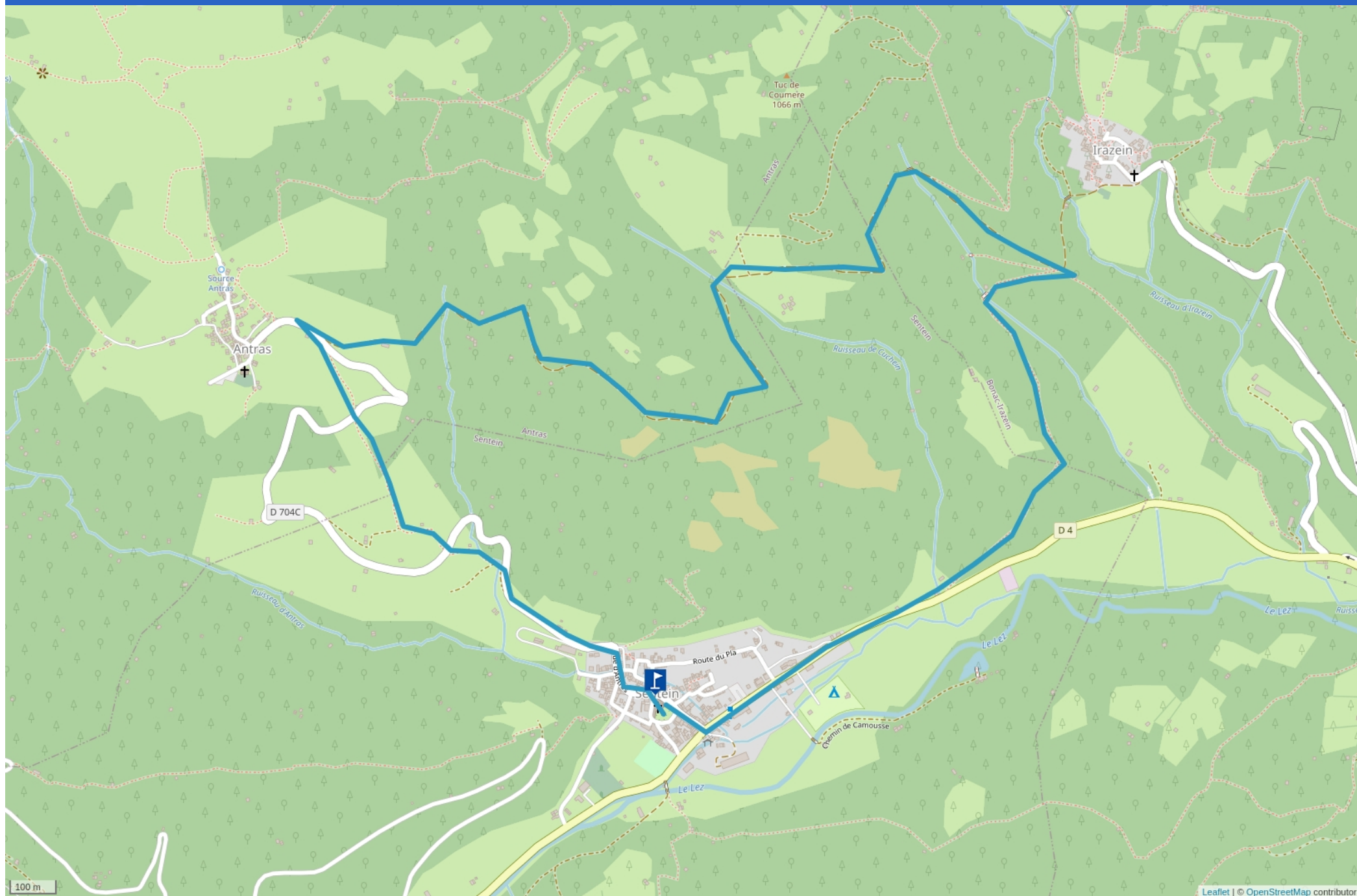


SOULANE DE SENTEIN



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

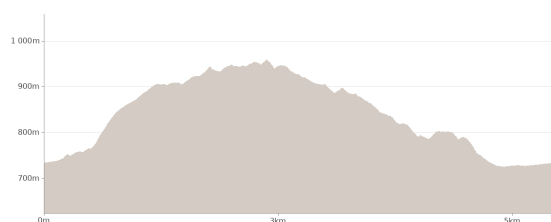


Mise à jour le 27/03/25 par Office de tourisme Couserans Pyrénées et généré par www.cirkwi.com

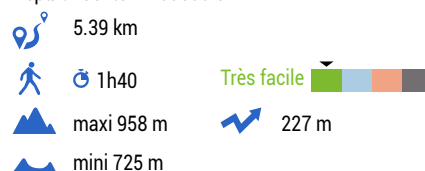
Soulane de Sentein

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/664966



Départ : Sentein - 09800 SENTEIN



Visites des villages biroussans aux belles églises, aux maisons typiques et granges foraines avec leurs toitures d'ardoises grises et vue panoramique sur les sommets voisins et la vallée du Birós.

TOPO/PAS À PAS

1/ Eglise de Sentein 0 h - 735m

Vous remontez la route d'Antras. Après les dernières maisons du village, vous trouverez le sentier sur votre gauche. Ce sentier grimpe, puis traverse la route et remonte en pleine pente. Plus haut on coupe une nouvelle fois la route pour aboutir sur la route et au

2/ Village d'Antras 0h35 - 920m

Profitez en pour faire un petit tour dans le village !

L'itinéraire se poursuit à droite vers Irazein. La route goudronnée devient rapidement piste forestière.

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

Après un long moment elle amorce une descente et en bas de celle-ci un virage à gauche et une 3/ Bifurcation 1h20 - 850m

Vous pouvez en profiter pour visiter le village d'Irazein.

Vous quittez la piste pour prendre le sentier à droite qui descend jusqu'au lieu-dit de Hounal. La route à droite, vous mènera à

4/ L'église de Sentein 1h50 - 735m

COMPLÉMENTS DE LOCALISATION

Accès routier : A Castillon prendre le D4 jusqu'à Sentein.

PÉRIODE D'OUVERTURE

Toute l'année.

Sous réserve de conditions d'enneigement et météorologiques favorables.

NATURE DU TERRAIN

Terre

Revêtement dur (goudron, ciment, plancher)

RÉFÉRENCES TOPO GUIDES ET CARTOGRAPHIQUES

Références cartographiques :

Carte IGN TOP 25 - 1947 OT Aspet - Pic de Maubermé

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, écartez-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.



Mise à jour le 27/03/25 par Office de tourisme Couserans Pyrénées et généré par www.cirkwi.com

- 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.