

RECOMMANDATIONS

Vous êtes en vacances, la montagne vous est ouverte, elle est belle, accueillante, cependant vous devez la respecter et prendre quelques précautions :

► Votre équipement

- De bonnes chaussures de marche et un sac à dos.
- Des vêtements contre le froid et la pluie.
- Une gourde et de la nourriture.
- Des lunettes de soleil, de la crème solaire, un chapeau ou une casquette.
- Cartes IGN Top 25-2047ET, 2147ET et carte Rando-Éditions n°7 1/50 000^e
- Haute-Ariège; et un topo-guide, voire une boussole et... un sifflet.
- Une petite pharmacie.
- Du petit matériel : sparadrap, couteau de poche, pince à tiques, spray anti-moustique, allumettes, poches plastiques.

► Respectez la montagne

- N'effrayez pas les troupeaux.
- Tenez vos chiens en laisse en zone d'estives.
- Refermez les barrières après votre passage.
- Un petit effort : redescendez tous vos déchets et évitez toute cueillette...

► SÉCURITÉ ET SECOURS

SAMU, gendarmerie, pompiers : **112** (appel centralisé)
Gendarmerie Nationale : **05 61 05 60 17** ou le **17**
Gendarmerie de haute montagne (Savignac les Ormeaux) : **05 61 64 22 58**
Météo montagne : **32 50** (2,99€ TTC + prix appel local)

► Et aussi...

- Prévenez toujours quelqu'un de votre itinéraire.
- En cas d'orage, évitez de rester en crête, sous les abris rocheux; éloignez le matériel métallique que vous possédez et restez à découvert à genoux.
- Attention aux tiques : portez des vêtements couvrants, munissez-vous d'une pince à tique et prévenez votre médecin si une inflammation apparaît.
- Essayez de partir avec la fraîcheur matinale.
- Équilibrez votre sac, mettez les charges lourdes en haut.
- Alimentez-vous et buvez régulièrement.
- Prenez garde aux périodes de chasse (de septembre à mars généralement).
- Utilisez les services d'un guide ou d'un accompagnateur professionnel : il vous expliquera tous les charmes de la montagne, tous les pièges à éviter et tous les itinéraires possibles pour réussir une belle course...

Cette randonnée extraite du topo guide «Balades en Pays de Tarascon» a été éditée par la Communauté de communes du Pays de Tarascon.

Toute reproduction, même partielle est interdite.

Cet itinéraire peut être modifié dans l'avenir, dans ce cas un balisage transitoire est maintenu deux années.

La pratique de la randonnée reste de la responsabilité du randonneur. Les sentiers sont entretenus pour un usage d'avril à octobre.

Il est souhaitable de requérir toutes les informations utiles auprès de :

l'Office de Tourisme des Pyrénées Ariégeoises
Avenue Delcassé - 09110 AX LES THERMES
Tél : 05 61 05 94 94

Site : <https://www.pyrenees-ariegeoises.com>
E-mail : info@pyrenees-ariegeoises.com

PRÉSENTATION

Les circuits proposés sur ce topo-guide sont accessibles à toute personne en forme lorsque les conditions météorologiques sont favorables. Cependant, toute randonnée demande une certaine habitude de l'effort physique, si vous êtes un peu engourdi, débutez par de courtes randonnées !

Soyez prudent, les informations de ce topo-guide ne sont qu'indicatives, vous êtes seul responsable de votre sortie.

► Niveau de difficulté

Le niveau de difficulté des circuits est évalué selon la durée de la randonnée, la dénivellation et la qualité des chemins et les difficultés techniques rencontrées.

Nous vous proposons, les niveaux de difficultés utilisés par la FFRP :



Les horaires sont proposés à titre indicatif !

Ils varient selon le randonneur, son entraînement, sa forme, sa charge, la météo, etc. De plus, une marche en groupe ou avec des enfants met en jeu des variables difficilement évaluables. Ainsi précisés, ces horaires permettront de mieux apprécier votre allure et de moduler vos parcours.

Ces durées correspondent à une randonnée à allure moyenne pour un adulte faiblement chargé. Elles sont évaluées en rapport d'une base de 300 mètres de dénivelé par heure en montée, 450 mètres de dénivelé par heure en descente, et 4 km par heure à plat. Bien sûr, elles sont appréciées pour une marche en continu; **ni les arrêts ni les pauses ne sont donc comptabilisés** dans ces calculs !

► Balisage

Vous trouverez une **signalétique d'accueil et d'informations à chaque départ** de randonnée sur un panneau dédié (voir page 7). A partir de ce point, des pancartes gravées indiqueront le parcours, les itinéraires recoupés et les sites à proximité.

Sur le fil du chemin, **vous éviterez les directions marquées d'une croix** et suivrez le balisage placé sur les arbres, les poteaux, etc.

Sachez que vous pourrez trouver un balisage de tour de pays ou GR10; ceux-ci sont prioritaires sur le balisage jaune local, vous pourrez donc retrouver deux types de balisage sur votre itinéraire.

Le tableau ci-dessous vous éclairera sur les marquages* que vous serez amenés à trouver sur le chemin :

	PR®	GR de Pays®	GR®
continuité du sentier	—	—	—
changement de direction	F	F	F
mauvaise direction	X	X	X

* Les signes de couleur ci-dessus sont des marques conventionnées et utilisées par la FFRP. Contacter l'autorité compétente ainsi que les propriétaires du site pour tout balisage.

Topo-guide des Pyrénées Ariégeoises Balades en Pays de Tarascon

Ornolac & Ussat



ARIÈGE
Libres comme l'Air

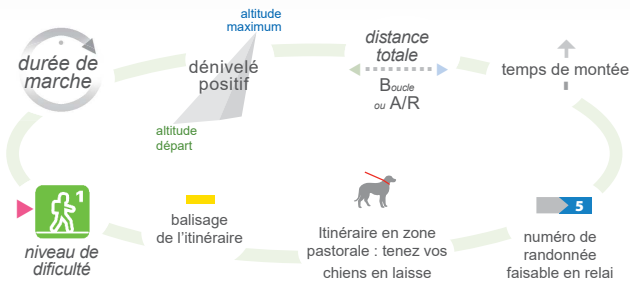
PAYS DE TARASCON
Communauté de communes

PYRÉNÉES ARIÉGOISES
TOURISME

Pour bien utiliser cette fiche :

Le Col de la ...

n°



Balisés présentes sur le terrain (calés sur le descriptif)

Correspond aux repères situés sur la carte, page de gauche

couillade. De l'autre côté de la vallée vous voyez le haut randos n°9 et 19).
1 20 min. - Vous êtes au pied du **château de Miglos** (775 effort. Mais de la route, 25 m après la rupture de pente, l raide à droite, semble inverser la tendance. L'illusion est descend rapidement en ouvrant une vue sur Niaux. Peu

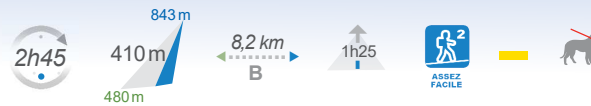


PETIT LEXIQUE

Artigue : pâturage, terres défrichées
Bac-baga : ubac
Borde : grange, ferme
Cairn : repère formé de pierres entassées
Corral : enclos à bétail
Cortal : abri pastoral
Couillade : forme molle en creux, large col
Coume : vallon étroit, pentu
Estan, estany : étang, lac
Estibe : pâturage
Estives : pâturages d'altitudes
Font, Fount : source, fontaine
Gispet : herbe ronde glissante

Jasse : herbage plat
Lacquel, lacquet : petit étang
Orri : basse cabane de pierre
Pla, plan : terrain assez plat
Port, porteille : col fréquenté
Prat, pradère : pré
Rio, riu : cours d'eau
Sarrat, serre, sierra : chaînon de montagne
Soulat, soulane, souleilhian, adret : versant ensoleillé
Thalweg, talweg : ligne joignant les points les plus bas ; fond de vallée, souvent emprunté par les cours d'eau.

Ornolac & Ussat



Cette belle boucle qui s'apprécie à toutes les saisons évolue sur les villages d'Ornolac-Ussat-les-bains et Ussat. Il s'agit de communes distinctes (Ornolac, ayant été augmenté d'«Ussat-les-bains» lorsque l'urbanisation se fit autour de la station thermale). Malgré la facilité du parcours, sa relative longueur ainsi que la descente des Naoquettes hausse sa cotation.

Accès routier : du sud de Tarascon, prenez la N20 vers l'Andorre. Dans Ornolac-Ussat-les-Bains, passez le pont de l'Ariège à gauche et garez-vous près de l'intersection de cette voie avec la D123, sous les platanes du parc thermal.

ITINÉRAIRE

D De l'**intersection du parc thermal d'Ussat-les-Bains** (480 m), boudez la rue des thermes qui joint l'hôtel et allez au nord en longeant le parc thermal vers Ussat et les anciens thermes Fraxine. A la fin du parc vous trouvez le rond-point d'Ussat. Montez à droite la D723 sur le tronçon à sens unique. La montée s'achève, vous descendez un peu et vous êtes déjà...

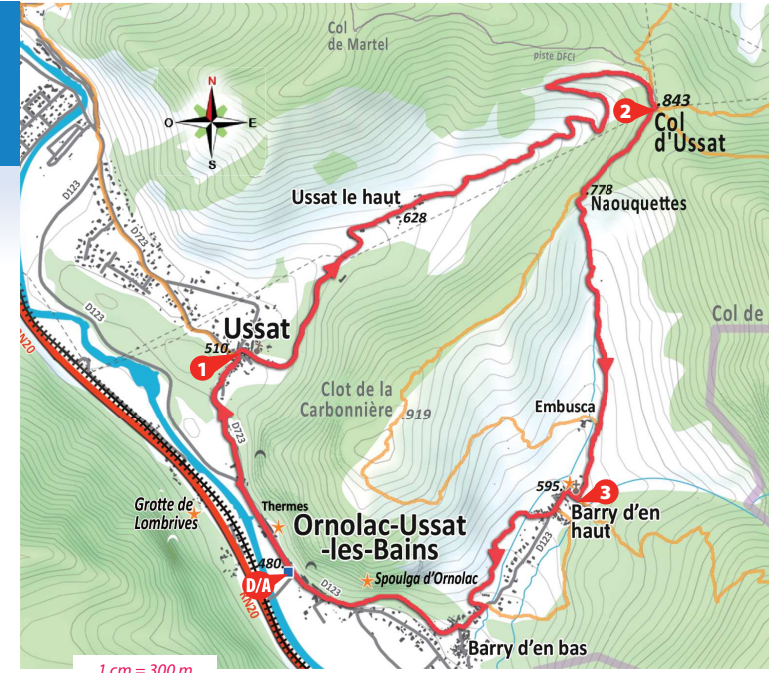
1 25 min. - ... à la **place de la Mairie d'Ussat** (510 m). De l'intersection, visez l'abreuvoir et montez à droite la rue vers l'église. Vous dépassez celle-ci et restez sur la route. Elle s'élève d'abord doucement, rencontre le cimetière et s'arrête au hameau d'Ussat-le-haut. Poursuivez l'ascension sur la piste qui borde les prairies et vergers de Lauzinal. Le dernier pré est utilisé comme parking et marque le terme de la voie carrossable. Poursuivez au-delà de la barrière sur la piste qui reste caillouteuse. Un dernier lacet à droite et vous traversez une petite chênaie. Vous virez à droite vers le sud et visez le grand pylône électrique, terme de la piste.

2 1h30 - Vous êtes déjà au **col d'Ussat** (843 m) : profitez de la vue sur le vallon d'Ussat. L'endroit est le carrefour des chemins d'Arnave, de Lugeat et d'Ornolac-Ussat-les-bains. C'est ce dernier que vous ciblez en glissant à droite sous le pylône. Le sentier revient illico à flanc et s'abaisse en sous-bois au S-O.

A l'intersection du **haut des "Naoquettes"** situé à 778 m (**1h40**), petit col en limite des deux communes, vous dévalez la pente à gauche dans le vallon. Vous atteignez vite la route goudronnée de Plas qui vous amène vers le village...

3 2h10 - ... à l'**église Saint-Pierre d'Ornolac** (595 m). Poursuivez la descente sur la D123. Vous laissez la place du Barry-d'en-haut à gauche et avancez encore 35 m : abandonnez la route et bifurquez à droite dans le quartier d'En Soussat. Le chemin se glisse entre les demeures, vire à droite, enjambe le ru de Jouanos, et monte droit vers l'ancienne carrière d'ardoises (vous la devinez à droite). Dirigez-vous alors à gauche au S.-O. pour achever la petite montée. Le chemin de la Bue décline paisiblement jusqu'à la Départementale 123. Descendez celle-ci 155 m jusqu'à la place du Barry-d'en-bas. A droite de la place, vous saurez trouver le chemin du Rival du Loum qui part à flanc puis descend en passant en contrebas de la fameuse splouga d'Ornolac. Passez les derniers robiniers, vous retrouvez encore la D123. La suite est à droite, quelque 600 mètres...

A 2h45 - ... jusqu'à l'**intersection du parc thermal d'Ussat-les-Bains**.



La Station thermale d'Ussat-Les-Bains

Les Romains, pourtant spécialistes en la matière, n'exploitèrent pas le site thermal d'Ussat. On sait qu'au XV^{ème} les paysans remarquent l'effet sur les animaux aimant se souiller de la boue fumante !



Dès 1771, le lieu est manifestement reconnu pour ses « sources d'eau bienfaisantes ». C'est Louis de Fraxine qui développe l'activité thermique sur la zone d'Ussat-les-Bains. Il était alors baron d'Ornolac - son grand-père, Jean de Fraxine (illustre famille de Pamiers), avait acheté cette seigneurie, en 1668, à Pierre d'Arnave -. Du petit établissement qui vit le jour, le seigneur de Fraxine, y développa l'activité thermique en lançant des travaux de canalisation (1783). Il laissa en 1787 l'exploitation à l'Hôpital Notre Dame de la Guaride de Pamiers, à charge de loger, nourrir et soigner 16 pauvres durant les trois mois d'été. L'établissement ne devint une station connue qu'à la suite du succès de la cure de Louis Bonaparte, Roi de Hollande et frère de l'Empereur. Ainsi, la renommée d'Ussat est faite et les personnalités affluèrent, telle l'écrivain et poète Alphonse Lamartine.

Les « puits » primitifs (5 griffons) de la station d'Ornolac-Ussat-les-Bains datent de la période napoléonienne. Ils ont été remplacés par un forage réalisé en 1996 afin de trouver une eau pure de 55° à plus de 1 000 m.

L'édifice des anciens Thermes Fraxine est inscrit au titre des Monuments Historiques par arrêté du 10 avril 1991 vous pouvez jeter un coup d'œil à la frise sculptée sur la partie supérieure de la façade fermant l'exceptionnelle nef voutée. Vous noterez que le parc thermal possède un bel attrait.