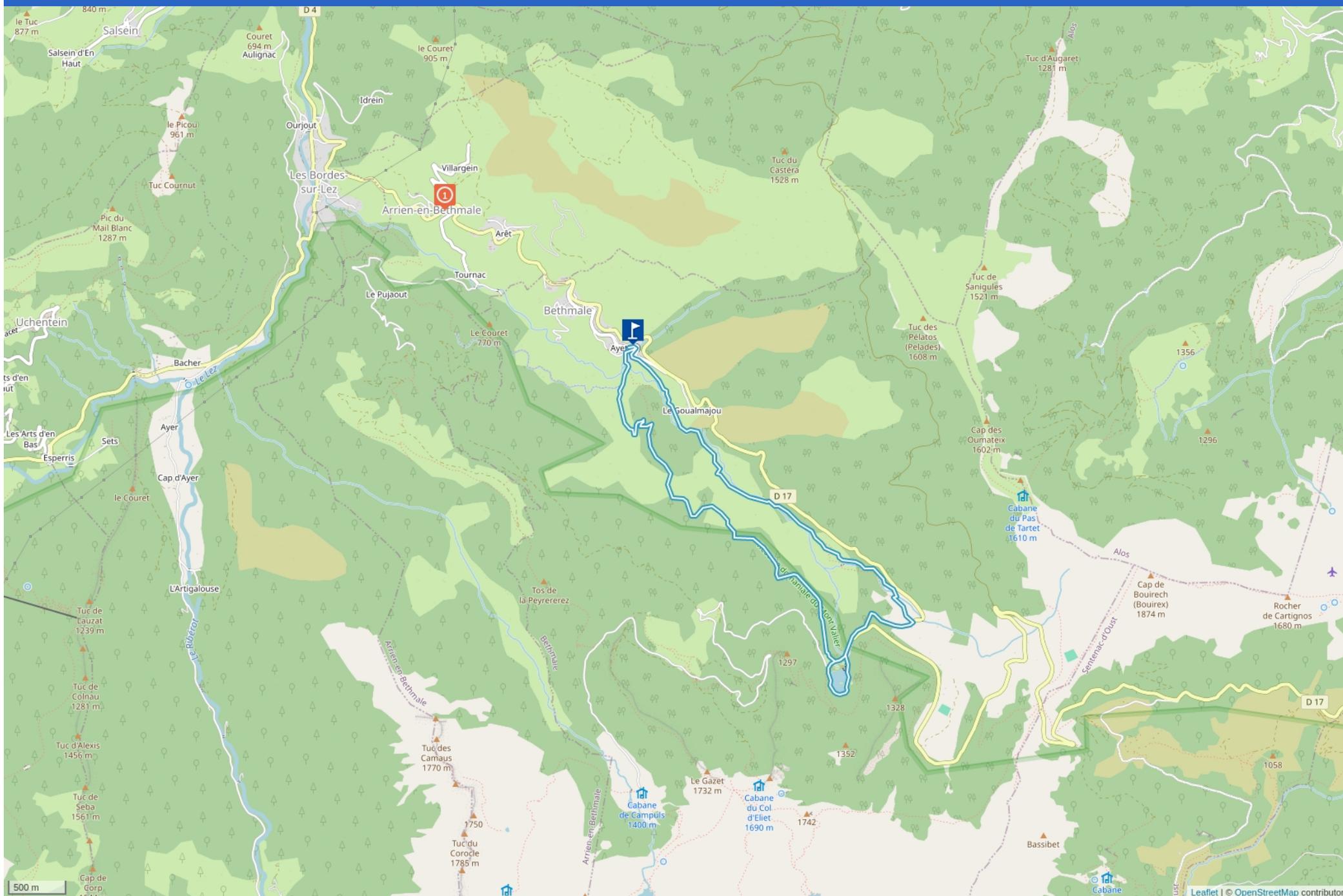


AYET - LAC DE BETHMALE



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



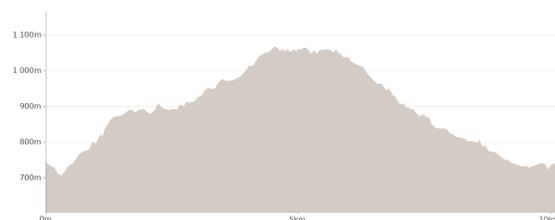
Mise à jour le 08/02/25 par Office de tourisme Couserans Pyrénées et généré par www.cirkwi.com

Ayet - lac de Bethmale

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/664959



Départ : Ayet - 09800 BETHMALE

 9.93 km

 3h15

 maxi 1066 m

 mini 705 m

Très facile 

 405 m

Randonnée au départ du dernier hameau de Bethmale qui rejoint le lac de Bethmale. Vous cheminerez sur les anciens sentiers aux murets empierrés.

CONDITIONS D'ACCUEIL DES ANIMAUX

Nous vous conseillons de tenir les chiens en laisse, surtout dans les zones d'estive dans lesquelles il serait dangereux, pour vous et votre chien, qu'il s'approche des troupeaux en raison de la présence de Patous.

TOPO/PAS À PAS

Départ 0h - 726m

Du parking, revenez vers le village et prenez la route qui descend à gauche puis tournez à droite 50 m plus loin après l'abreuvoir. Vous traverserez la passerelle d'Artigenu au-dessus du Balamet. De suite à gauche, enjambez

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

un petit ruisseau et empruntez le sentier montant à travers prés et bois de noisetiers et de hêtres. La montée est assez pénible (raide et soutenue), l'essentiel du dénivelé se situant dans cette portion.

Récupération GR10 40 min - 830 m

Rejoignez le GR 10 bis venant d'Arrien que vous suivrez jusqu'au lac. Le sentier, presque horizontal, vous fera passer près de granges (ancien village de Salabert), mais aussi cheminer entre deux murets de pierre sèche, puis sous des barres rocheuses pour ensuite arriver au

lac de Bethmale 1h 15 - 1 020 m

Nous vous proposons de faire le tour du lac

Pour le retour, engagez-vous sur le chemin goudronné jusqu'à la route du Col de la Core (D17) que vous descendrez sur un petit kilomètre.

Vers les rives droite et gauche du Balamet 1 h 25 - 1013 m

Avant le pont, quittez la route pour prendre à gauche, à la hauteur d'un bouleau. Le sentier qui traverse bois et prairies, descend la vallée sur la rive gauche du Balamet, puis la rive droite, puis de nouveau la rive gauche à la passerelle d'Aiguillou.

Un peu après, vous arriverez au pré de la "Peyro Quillado" (un mégalithe de plus de deux mètres de haut). La légende veut que le propriétaire d'alors qui avait vendu son âme au diable, l'ait fait dresser afin de pouvoir atteindre des cerises...!)

Le chemin passe rive droite au niveau de la réserve d'eau (captage EDF pour alimenter l'usine à Bordes-sur-Lez) et vous ramène au village d'Ayet. 3 h 15 - 726 m

ENVIRONNEMENTS

Lac ou plan d'eau à moins de 300 m

Rivière ou fleuve à moins de 300 m

Vue lac

Vue montagne

Itinéraire G.R. à moins d'1 km

Au bord de l'eau

PÉRIODE D'OUVERTURE

Toute l'année.

Sous réserve de conditions d'enneigement et météorologiques favorables.

CONTACT

Téléphone : 05 61 96 26 60

Email : contact@tourisme-couserans-pyrenees.com

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

COMPLÉMENTS DE LOCALISATION



Mise à jour le 08/02/25 par Office de tourisme Couserans Pyrénées et généré par www.cirkwi.com

Depuis l'Office de Tourisme de Castillon en Couserans, empruntez la D4 vers SENTEIN puis à 2 kms sur la gauche prenez la D17 en direction du Col de la Core. A 5 km, prenez l'embranchement d'AYET, puis gardez vous sur le parking à la sortie du village (attention le village est très étroit!)

RÉFÉRENCES TOPO GUIDES ET CARTOGRAPHIQUES

Références cartographiques :
Carte IGN TOP 25 - 20480T "Aulus-les-Bains Mont Valier"

NATURE DU TERRAIN

Terre
Revêtement dur (goudron, ciment, plancher)

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.
- 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.



Le village Le village - 09800 ARRIEN-EN-BETHMALE - Altitude : 700m

Restaurants



Restaurant Auberge de la Core

Agréable restaurant, au coeur de la vallée de Bethmale, proposant une cuisine traditionnelle.

CONTACT

Téléphone : 0561048053

Email : auberge-de-la-core@orange.fr

Facebook : <https://www.facebook.com/profile.php?id=100057655500656>

