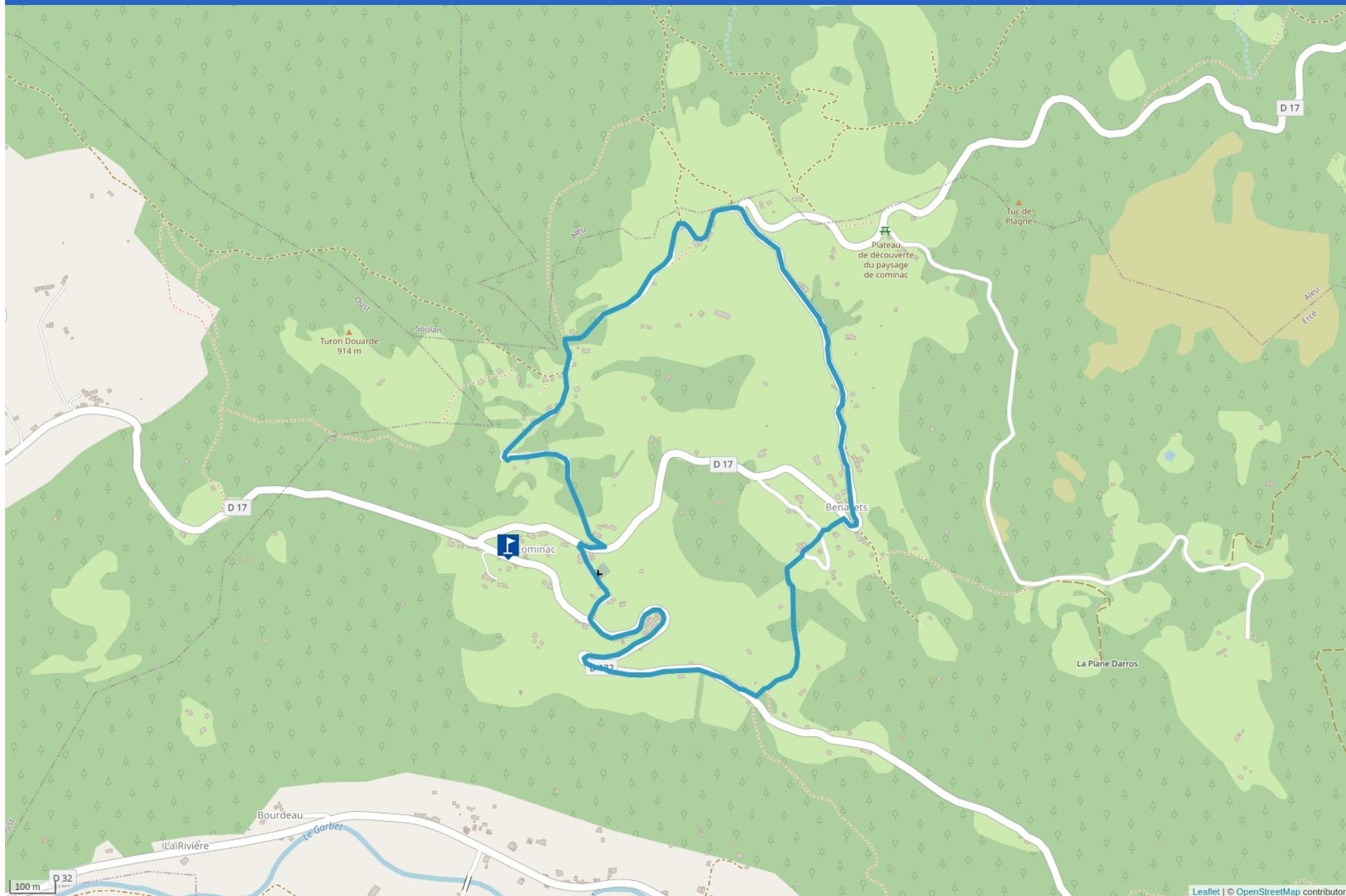


LA BALADE DES MÛRES



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 02/04/25 par Office de tourisme Couserans Pyrénées et généré par www.cirkwi.com

La balade des mûres

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/664889



Garyphr



Départ : Parking hameau de Cominac - 09140 ERCÉ



Balade dans le hameau typique de Cominac, panorama exceptionnel sur la chaîne frontalière. Vous apercevrez les granges "en pas d'oiseaux" classées aux Bâtiments de France.

TOPO/PAS À PAS

- 1/ 0.00 Du parking du village, monter la route en direction du col de Sarailé, après 5 minutes de marche prendre à gauche
- 2/ 0.05 Une large piste monte vers la gauche. Le tracé est commun avec le GR Pays
- 3/ 0.10 jonction avec les itinéraires 25 et 16 continuez tout droit
- 4/ 0.10 Au premier hameau de granges « Coumes », vous prenez à droite et restez sur la piste principale jusqu'à
- 5/ 0.25 Pentussa (départ N°11): Prendre ensuite la route vers la droite en descendant jusqu'au hameau de Bénazet et après le virage en épingle à cheveux,

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

- 6/ 0.40 prendre à gauche un sentier qui traverse un chemin, longe une habitation puis descend jusqu'à
- 7/ 0.50 la départementale 32 (jonction avec la N°11) continuez jusqu'à Cominac par la route, après le 2ième lacet bifurquer à droite pour monter vers l'église.
- 8/ 1.10 fin

PÉRIODE D'OUVERTURE

Toute l'année.

NATURE DU TERRAIN

Terre
Revêtement dur (goudron, ciment, plancher)

RÉFÉRENCES TOPO GUIDES ET CARTOGRAPHIQUES

Références cartographiques :
TPP 25 IGN 20480T Aulus les Bains -Mont Valier

CONTACT

Téléphone : 05 61 96 26 60

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

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.



Mise à jour le 02/04/25 par Office de tourisme Couserans Pyrénées et généré par www.cirkwi.com