



ITINÉRAIRE DE RANDONNÉE PÉDESTRE

- 4h15
- 9 km
- 671 m
- Boucle
- Itinéraire Balisé

COUFLENS

Départ piste pastoral de Salau-d'en-Haut
 Tél : **05 61 96 26 60**
 contact@tourisme-couserans-pyrenees.com

La lanette - cascades de Léziou et de la Bégé

Départ : Départ piste pastoral de Salau-d'en-Haut - Altitude : 883m
 - Point culminant : 1441m

Carte IGN TOP 25 2048 OT AULUS MONT VALIER

Vue sur la haute vallée du Salat et la cascade de Léziou et de la Bégé. Magnifique, à l'ombre et accessible le parcours peut être une très bonne idée de randonnée à faire en été.

BALISAGE : Jaune

NATURE DU TERRAIN : Rocher - Cailloux - Terre - Gravillons

Accès routier :

De Seix prendre la direction Salau/Guzet Neige, rentrer dans Salau et franchir le torrent des Cougnets. Arrêt en face du Café des Myrtilles.

Descriptif étape par étape :

Départ - Prendre le temps de lire les panneaux d'information retraçant l'histoire de cette voie de liaison entre la France et l'Espagne au XIXe siècle. Suivre le large chemin carrossable.

Km. 0.42 - Après 400 m, se trouvent les Neuf Fontaines avec un hêtre magnifique. Poursuivre le chemin.

Km 1.67 - La Cascade de Léziou est annoncée et on l'entend. Suivre le petit sentier sur la gauche qui mène au pied de la cascade. Revenir sur ses pas et reprendre le chemin à gauche jusqu'à son terminus. La pente sur cette partie est légèrement plus importante.



©Office_de_tourisme_Couserans_Pyrénées



©Office_de_tourisme_Couserans_Pyrénées

Km 3.29 - Au terminus du chemin, arriver sur une vaste étendue herbeuse traversée par de nombreux petits ruisseaux. Un panneau indique l'accès à la cascade de la Bégé que l'on atteint en prenant un sentier sur la gauche.

Km 3.53 - Très belle vue de la cascade. Endroit idéal pour se restaurer avant de prendre le chemin du retour jusqu'au parking de départ.

Depuis la cascade de Bégé :

+ 0.73 km - prendre sur votre gauche pour faire un retour sur l'autre rive du salad au niveau de la fin de la route de l'artigue.

Sinon prendre le chemin en sens inverse pour effectuer un aller-retour.

Informations complémentaires :

La cascade de Bégé (seconde cascade de la randonnée) est sujette à de nombreuses avalanches en cas de neige, il est par conséquent fortement déconseillé de prendre le chemin menant à la cascade en cas de mauvaise météo ou durant la saison hivernal.

La randonnée peut également être très agréable à faire en VTT ou à cheval.