

# LE CIRQUE DE LA PLAGNE



Leaflet | © OpenStreetMap contributors

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](http://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](http://www.cirkwi.com)

# Le cirque de la Plagne

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/664906](http://www.cirkwi.com/circuit/664906)



cr. Claude Teranne



Départ : Bocard d'Eylie - 09800 SENTEIN



C'est la balade idéale de mise en jambes, de pique-nique familial et de farniente. Praticable du printemps à l'hiver. A éviter en hiver ou après une grosse chute de neige.

## TOPO/PAS À PAS

1/ Départ du Bocard (ancienne laverie de la mine) 0h - 920 m

Poursuivez la piste et franchissez le ruisseau. La piste forestière s'enfonce dans une gorge étroite avant de déboucher, après 30 minutes au grand replat de l'entrée du cirque. Vous la quitterez au premier lacet pour aller tout droit, puis vous traversez le ruisseau à gué et remontez à droite vers la

2/ Cabane de la Plagne 1h20 - 1210 m

Si vous poursuivez la piste forestière qui monte en lacets, vous arriverez en 3 h au site des anciennes mines du Bentailou.

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](http://www.ffrandonnee.fr/la-federation/espace-professionnels/labellisation-des-itineraires-pr)

Nous vous conseillons de ne pas vous engager vers les cascades avant la fin mai (risques d'avalanches)  
Même itinéraire en sens inverse pour le retour  
3/Bocard 2h30 - 920 m

## COMPLÉMENTS DE LOCALISATION

Depuis Castillon, prenez la D4, traversez Sentein et poursuivez sur 4 kms. Après l'usine EDF, à gauche jusqu'au parking du Bocard.

## NATURE DU TERRAIN

Cailloux  
Terre

## RÉFÉRENCES TOPO GUIDES ET CARTOGRAPHIQUES

Références cartographiques :  
TOP 25 IGN 1947 OT Aspét Pic du Maubermé

## PÉRIODE D'OUVERTURE

Du 01/01 au 01/12.  
Sous réserve de conditions d'enneigement.

## CONTACT

Téléphone : 05 61 96 26 60  
Email : [contact@tourisme-couserans-pyrenees.com](mailto:contact@tourisme-couserans-pyrenees.com)  
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, 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.



Mise à jour le 02/04/25 par Office de tourisme Couserans Pyrénées et généré par [www.cirkwi.com](http://www.cirkwi.com)

- 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.

