



LE PAS DU FACTEUR

ARABAUX



Accès : Arabaux, 6 km au nord-est de Foix par la D1 puis la D401. Stationnez au-dessus de l'église.



Coordonnées gps départ : 42°59'03.2"N 1°38'32.8"E



Durée : 1h30



Distance : 3km



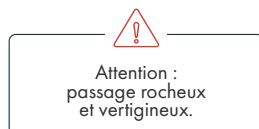
Dénivelé : 180m



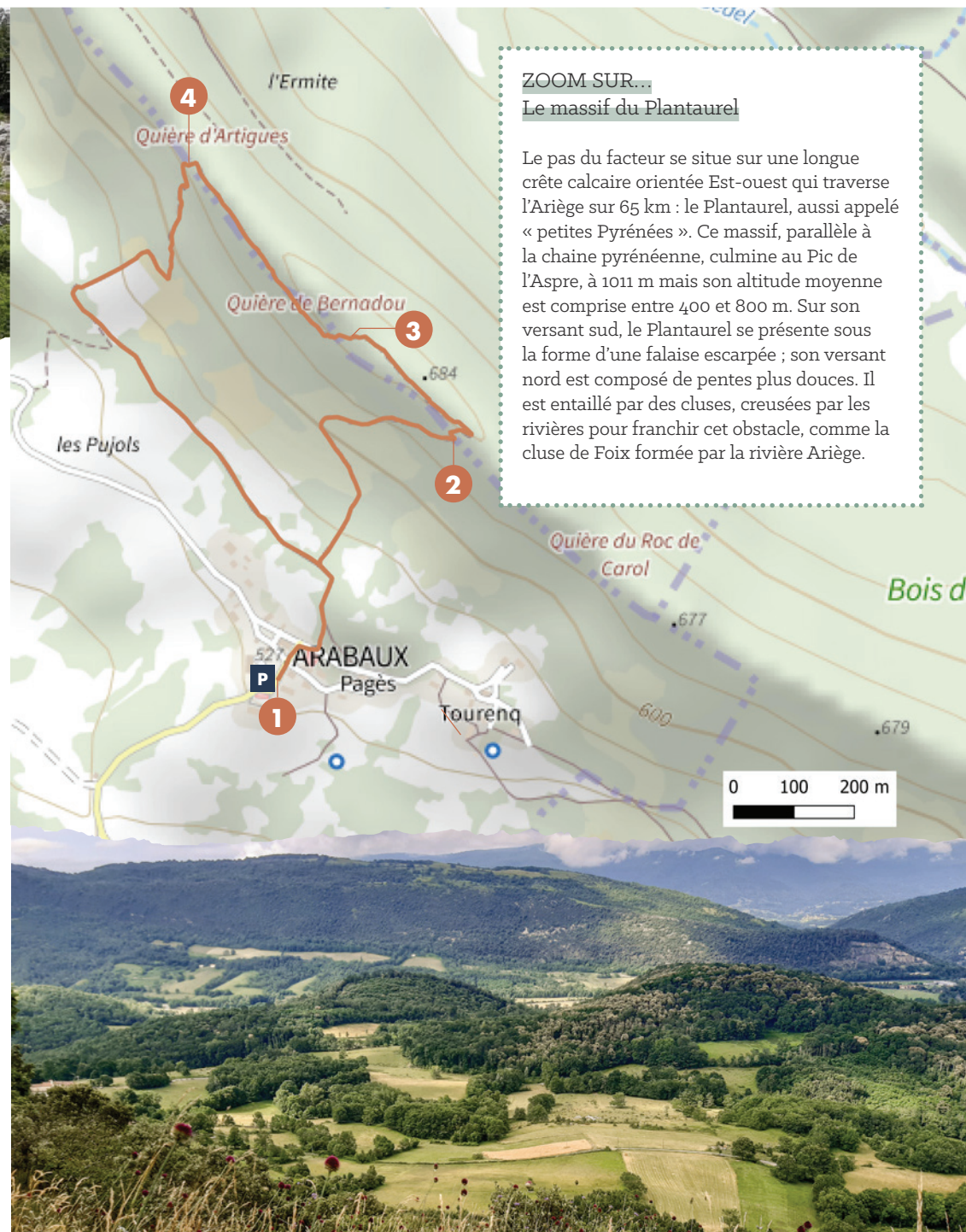
Difficulté : Assez difficile (du fait du niveau technique)

Un concentré d'émotions ! Une courte balade à la fois technique et panoramique sur le versant ensoleillé d'une falaise calcaire.

Situé sur les hauteurs du village d'Arabaux, le Pas du facteur était emprunté tous les jours par le facteur qui passait de la commune d'Arabaux à Villeneuve du Bosc de l'autre côté de la colline. La végétation est typique des terrains calcaires exposés au sud, genévriers, chênes, chênes verts, lavande, orchidées.



- 1** Arabaux église. Depuis le parking, se diriger vers la mairie. À l'arrière de celle-ci débute à gauche le sentier. Peu après, tourner à gauche. Le sentier qui monte en lacets débute un peu plus loin à droite.
- 2** Pas du Facteur. Suivre la crête vers la gauche. Le sentier passe en versant nord avant de repasser au sud à proximité du Roc de Bernadou. La vue s'ouvre sur la vallée.
- 3** Longer le pied de la barre rocheuse sommitale. Prudence pour cheminer dans les rochers (main courante).
- 4** Descendre entre chênes et rochers jusqu'à rejoindre le chemin rural. Le suivre vers la gauche afin de regagner tranquillement le point de départ.



ZOOM SUR...

Le massif du Plantaurel

Le pas du facteur se situe sur une longue crête calcaire orientée Est-ouest qui traverse l'Ariège sur 65 km : le Plantaurel, aussi appelé « petites Pyrénées ». Ce massif, parallèle à la chaîne pyrénéenne, culmine au Pic de l'Aspre, à 1011 m mais son altitude moyenne est comprise entre 400 et 800 m. Sur son versant sud, le Plantaurel se présente sous la forme d'une falaise escarpée ; son versant nord est composé de pentes plus douces. Il est entaillé par des cluses, creusées par les rivières pour franchir cet obstacle, comme la cluse de Foix formée par la rivière Ariège.