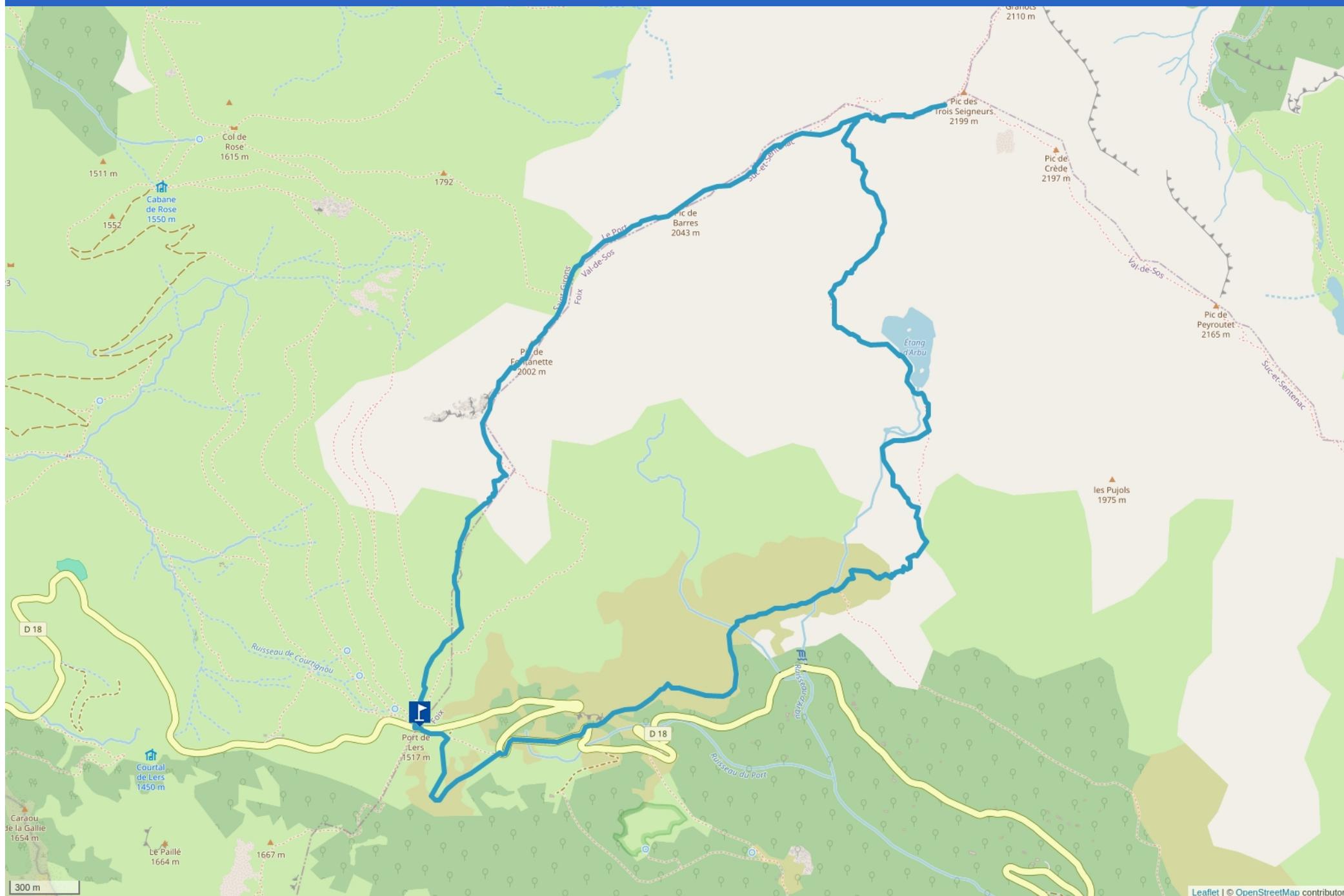


# LE PIC DES 3 SEIGNEURS



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 01/04/25 par Office de tourisme Couserans Pyrénées et généré par [www.cirkwi.com](http://www.cirkwi.com)

Leaflet | © OpenStreetMap contributors

# Le Pic des 3 Seigneurs

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/664980](http://www.cirkwi.com/circuit/664980)



Office de tourisme Couserans Pyrénées



Départ : 09320 LE PORT

10.53 km

5h25

maxi 2169 m

mini 1383 m

Moyen

845 m

La randonnée du Pic des 3 seigneurs est un parcours emblématique du Couserans. Réservé aux sportifs et pratiquants de randonnée, le Pic des 3 seigneurs ne vous laissera pas indifférent par la beauté du point de vue. Cet itinéraire bien balisé par l'étang d'Arbu permet une ascension progressive et plus variée que par l'épaule au-dessus de Port de Lers, qui est ici proposée en descente. Ce point culminant du canton de Massat offre un panorama sans obstacles des Monts d'Olmes à l'Est aux contreforts du Mont Valier à l'Ouest et un accès au milieu montagnard sans difficultés techniques. C'est aussi pourquoi ce lieu est chargé d'histoire : la légende veut qu'au Moyen-âge, les anciens seigneurs de Massat, Rabat et Suc se réunissaient sur la grande dalle de ce sommet leur appartenant et ceci chaque année pour renouveler leur alliance mutuelle, d'où son nom et ses trois croix (sciées en 2003 et remplacées en 2004-2005). Puis sous l'arrête nord, on peut en outre remarquer la persistance de névés durant l'été. Au XIXe siècle des habitants venaient y récolter la glace pour alimenter les dépôts et cafés toulousains.

## TOPO/PAS À PAS

Itinéraire non accessible en cas de neige. Bien s'informer sur les conditions météo avant l'ascension du Pic.

1/ Du Port de Lers 0h00 -

se diriger vers l'Est et la Vallée du Vicdessos, passer sous la clôture à droite au niveau d'une piste terreuse et descendre dans le pâturage sans balisage pour atteindre en contrebas la seconde épingle de la route. Marcher pendant environ 300 m sur la route et suivre le balisage du chemin qui part à gauche dans l'épingle suivante. Le sentier reste à flan jusqu'au pont de Ganioule.

2/ Suivre le balisage qui part à gauche. 0h40 -

Monter progressivement puis plus fortement jusqu'à atteindre un orri et des abris sous dalles rocheuses. Passer deux replats jusqu'à atteindre la pointe sud de l'étang d'Arbu.

3/ Le balisage sur les rochers remonte à l'Ouest de l'étang puis s'éloigne progressivement pour suivre un ruisseau et une ascension en escalier vers le Nord. 1h40 -

Peu après un point de vue dominant de l'étang au Nord au dessus de barres rocheuses, le chemin repart à l'Ouest au niveau d'un replat herbu. Suivre ensuite une petite faille humide un peu raide et arriver à un autre replat herbu sous la crête.

4/ Au croisement situé au niveau d'un gros rocher 2h40 -

suivre le balisage qui part à droite et rester tout d'abord sous la crête sans distinguer le sommet pour une dernière ascension sans difficulté entre et sur de gros blocs.

5/ Le Pic des Trois Seigneurs est atteint au niveau des trois croix. 3h10 -

Retour par le même chemin jusqu'au croisement "D". Suivre le balisage qui part en face pour rejoindre plus ou moins à flan l'arête ouest. Descendre à gauche le petit chemin de crête peu pentu qui oscille entre replats larges herbeux et petites remontées rocheuses

6/ Après le dernier pic (Fontanette), 4h30 -

le sentier descend plus fortement la crête et bifurque à droite. De là, la descente bien balisée avec de nombreux cairns se fait en zigzags à gauche de la clôture de l'épaule herbeuse dominant le Port de Lers. Après le portail de clôture, le sentier est plus direct et mène rapidement au point de départ.

7/ Arrivée au Port de Lers. 5h25 -

## COMPLÉMENTS DE LOCALISATION

De Saint-Girons, prendre la D3 ou la D618 jusqu'à Massat; suivre la D8 jusqu'au village de Le Port. A la sortie du village, prendre vers la droite jusqu'à l'Étang de Lers, puis Port de Lers au croisement face à l'étang. Se garer au parking du Port de Lers.

## NATURE DU TERRAIN

Rocher  
Cailloux  
Terre

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 01/04/25 par Office de tourisme Couserans Pyrénées et généré par [www.cirkwi.com](http://www.cirkwi.com)

## RÉFÉRENCES TOPO GUIDES ET CARTOGRAPHIQUES

Références cartographiques :

Carte IGN TOP 25 2047 ET MASSAT PIC DES 3 SEIGNEURS

## 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](mailto:contact@tourisme-couserans-pyrenees.com)

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

## 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.

