

## Balades pedestres en Comminges



*Ces propositions de balades en famille, ou entre amis sont des circuits que vous pouvez pratiquer aux beaux jours, hors période d'enneigement. Vous devez vous munir de bonnes chaussures d'un peu d'eau et d'une casquette, et prendre la météo avant votre départ....*

### Le Luchonnais

#### Tour de Castel Vieilh :

*1h30 / Dénivelé : 150m*

Facile/en famille /à partir de 5 ans

-Départ derrière le lac du parc Thermal de Luchon,le chemin monte jusqu'à la chaumière, traverse le bois de « Bagnartigue ».

-Arrivée sur la route de Superbagnères, 500 m au-dessous de la Tour de castel Vieilh, la continuité de l'itinéraire est assuré par le chemin n°4 qui vous mène à la Tour.

#### Chemin des Cavaliers :

*1h / Plat*

Facile/en famille /à partir de 5 ans

-Départ village d'Antignac près du passage à niveaux, le sentier tourne à Cier pour revenir à Antignac.

#### Col de Pierrefitte – Lac de Bareilles :

*1h30-2h15 / Dénivelé 515m*

Moyen/entre amis

-Départ à la sortie de Bourg d'Oueil

-Arrivée au col de Pierrefitte, un sentier facile arrive au Lac de Bareilles ( 45 min )

#### Chemin Portet-Jurvielle-Poubeau :

*1h / Dénivelé 400m*

Moyen/en famille/à partir de 10 ans

-Départ à gauche de l'église de Portet

-Arrivée au village de poubeau

### Autour de L.i sle en Dodon

#### Balades en boucle au départ de L'i sle en Dodon :

Chemin "Lacassagne" : 10 kms

Facile/en famille/à partir de 10 ans

-Par la rue des Escarrères, rive droite de la Save, vous atteignez la route d'Espaon. Le deuxième chemin à droite, bitumé, escalade le coteau (beaux points de vue) et redescend sur

la route de Frontignan que vous empruntez peu avant le pont d'Espienne. Sur environ 4 kms, vous longez le bois de Lacassagne, puis vous remontez vers le village de Mirambeau (beaux points de vue). Vous traversez le coteau et rejoignez la vallée de la Save. Un chemin de terre vous permet d'atteindre les bords de Save que vous suivez sur 3 kms jusqu'à l'Isle-en-Dodon. Aux 2/3 de ce parcours vous rencontrez une aire aménagée en bord de Save.

### *Chemin "Saint-Roch" : 3 kms*

Facile/en famille/à partir de 5 ans

-Par la rue du Pré Commun, puis par la route d'Anan, vous atteignez la chapelle St-Roch (à l'intérieur, fresques de la route de St-Jacques de Compostelle), à environ 1 km du centre-ville. Sur la gauche de la chapelle, par un chemin de terre d'un kilomètre environ, vous escaladez le coteau (beaux points de vue sur la ville) jusqu'à la route de St-Frajou, qui redescend à l'Isle-en-Dodon

### *Chemin "Saint-Pierre" : 7 kms*

Facile/en famille/à partir de 5 ans

-Vous partez du monument aux morts et vous longez le canal jusqu'à la rue du Chemin Vert qui mène route de St-Gaudens. A proximité, par une route communale vous trouvez le chemin de Montplaisir. Sur la droite empruntez le chemin botanique puis franchissez la route de Puymaurin et escaladez le coteau (beaux points de vue) jusqu'à la vallée de l'Arjo. Après le ruisseau, un chemin plat sur la gauche vous conduit à la côte du "Coucut" (beau point de vue). En redescendant par un chemin bitumé, vous passez près du château de Bois-Brunet, ancienne résidence de la famille des Palissards (Juges royaux de l'Isle-en-Dodon).

## Autour de Boulogne sur Gesse

### *Circuit des deux rivières :*

2h / 8 km Balisage « PR5B »

Facile/en famille/à partir de 5 ans

-Au centre ville, dirigez vous vers Blajan par la D69c que vous suivez jusqu'à la bifurcation avec la D633. Juste avant le pont prenez le chemin à droite qui longe la petite rivière : « la Seygouade ». Gardez ce chemin jusqu'à arriver sur la D9 que vous suivrez jusqu'au pont de la Save. Après celui ci, tournez à droite, vous rejoignez le parcours A et la route des Gorges de la Save. A la sortie des Gorges, vous pourrez découvrir les Thermes des Romains de la Hillère, sa chapelle, et sa source.

Le pique-nique est possible sur l'aire de repos, avant de remonter vers le village, toujours en suivant les panneaux PR5B.

## Autour de Barbazan

### *Promenade autour d'Ardiège et de cier de Rivière :*

1h15 / Dénivelé faible / Balisage jaune

Facile/en famille/à partir de 5 ans

-A la mairie d'Ardiège, suivre la direction de Barbazan sur 100 m, puis prendre à gauche le chemin de Lichard. Suivre la petite route jusqu'aux grandes prairies et bifurquer à droite pour

monter un petit col. En bas de ce col, Cier de Rivière suivre la départementale sur 50 m, puis prendre à gauche la rue qui descend. Après le beau lavoir tourner à gauche pour monter dans le village. Au sommet de la côte traverser le village par la rue du Bie. Au premier carrefour prendre à droite puis à gauche. Le carrefour suivant tourner à droite et suivre l'itinéraire qui redescend vers Ardiège.

## Autour d.Aspet

### Aspet par Girosp

*1h35 / dénivelé 200m*

Facile/en famille/à partir de 10 ans

*Balisage : Jaune jusqu'en haut des près de Gèles, puis jaune et rouge jusqu'à Girosp, puis jaune jusqu'à Aspet.*

-Après une montée tranquille à travers le Bois de la Rouère entre les buis, les châtaigniers, les chênes, vous débouchez soudain sur la prairie de Gèles parsemées de granges plus ou moins en ruines. Vous y verrez peut-être des troupeaux, selon la saison. Après avoir traversé ces près, vous passez devant une grange encore utilisée et vous redescendez vers Girosp. Vous pouvez bien sûr faire un détour par ce joli petit village. Poursuivez votre chemin pour rejoindre le point de départ.

### La balade Paysanne :

*2h00 / Dénivelé 250m*

Facile/en famille/à partir de 10 ans

*Balisage : Jaune et rouge jusqu'à Herran, puis jaune jusqu'à Berteille, puis jaune et rouge jusqu'à Fougaron.*

-En suivant la piste longée par le petit cours d'eau le Caillau, et après avoir dépassé le bassin de captage, vous arrivez à une première grange dominant le petit hameau de Pichounes. Autrefois, tout au long de ce sentier, la vie agricole battait son plein : les paysans travaillaient dans les champs cultivés de part et d'autre du chemin, séparés par des murs de soutènement et de délimitation de parcelles, les granges étaient très utilisées...Laissez courir votre imagination : celle de l'agriculture d'un autre siècle ! Vous arrivez ensuite au village d'Herran, puis aux près de Berteille. Poursuivez votre chemin jusqu'au hameau d'Escarbouès et enfin Fougaron.

## Autour de Salies du Salat

### Salies du salat – Mane - Montsaunès :

*2h30 / 9 kms*

Facile/en famille/à partir de 10 ans

-Devant l'Office de tourisme de Salies, direction Mazères. Avant l'ancienne voie ferrée prendre à gauche en direction du donjon. Monter au donjon et à la chapelle castrale (vue exceptionnelle sur la ville et sur le Salat).

Du donjon rejoindre Gourrinou, puis rejoindre le village de Montsaunès.

Au lieu dit St Copin traversez la D117 et empruntez le chemin caillouteux jusqu'aux bourdasses, puis prendre à gauche.

## Autour d'Aurignac

### Tour de Martin :

*1h / 3 km*

Facile/en famille/à partir de 5 ans

-Admirable vue sur la chaîne des Pyrénées du Pic du Midi en passant par le Pic de Bigorre, le Cagire, le Mont valier et son Glacier. Départ situé près de l'ensemble sportif d'Aurignac(piscine, terrain de tennis, club hippique...).

### Circuit de Friquet :

*2h30 / 7 km*

Facile/en famille/à partir de 10 ans

-Départ sous le porche, place de la mairie d'Aurignac. Ce parcours vous conduira d'Aurignac à Montoulieu-Saint-Bernard vous permettant ainsi d'admirer la silhouette féodale du château et les murailles du site d'Aurignac se découpant sur la chaîne des Pyrénées.

## Autour de Saint Martory

### Chemin de nankin :

*2h30 / Dénivelé faible / Balisage à suivre*

Facile/en famille/à partir de 10 ans

-Petit circuit facile convenant tout à fait à une balade en famille.  
Départ à côté de la mairie.  
2h 30 stations d'observation .a côté de la mairie c'est balisé

### Sentier des crêtes :

*2h00 / Dénivelé faible / Balisage à suivre*

Facile/en famille/à partir de 10 ans

-Départ dans le village de Lafitte Toupière, circuit en pleine nature dans un massif calcaire à l'esprit sub-méditerranéen. Dépaysement assuré...

## Autour de Saint Beat

### La fontaine d'Argeles : (depuis Bezins-Garraux)

*Dénivelé insignifiant*

Facile/en famille/avec les tout petits !

-Accès voiture depuis Saint-Béat : prendre direction Toulouse (fléchage pour les voitures), après l'usine de Marbre O.M.G. prendre à droite vers Eup. Au croisement suivant

(clocher de la vieille église) prendre à droite, traverser Eup, à Bezins-Garraux suivre vers la droite jusqu'au hameau de Bezins, parking devant la petite église.

De là, suivre le chemin qui monte, au croisement laisser sur la gauche le sentier vers le Pic du Gar et aller tout droit. Le sentier suit une corniche taillée à flanc de vallée, avant d'arriver au « gué » sur le ruisseau d'Argelés (environ 15 minutes de marche). Un panneau indique que « si tu bois de ce torrent, tu vivras cent ans » !

Les plus téméraires pourront escalader le talus et aller admirer la résurgence à 30 mètres du chemin. Un peu plus loin en suivant celui-ci, on peut descendre pique niquer sur les prairies qui longent le ruisseau principal.

### *Le belvédère du Mail Long* : (depuis Bezins-Garraux)

*Dénivelé 300 mètres*

Facile/en famille/à partir de 10 ans

-Accès voiture depuis Saint-Béat : prendre direction Toulouse (fléchage pour les voitures), après l'usine de Marbre O.M.G. prendre à droite vers Eup. Au croisement suivant (clocher de la vieille église) prendre à droite, traverser Eup, à Bezins-Garraux suivre vers la gauche jusqu'au hameau de Garraux, parking sur une petite esplanade.

De là, à l'extrémité ouest du hameau, monter la piste forestière qui passe devant deux chalets de construction récente. Suivre la piste (1 heure environ) jusqu'au relais de TV et de radio. Négliger l'aspect des pylônes (!) et admirer le panorama sur les vallées de la Garonne et de la Pique, sur les crêtes du Luchonnais et du Burat.

Retour par le même chemin.

### *La cabane Escalette* : (depuis le Col de Menté)

*Dénivelé /140 mètres*

Facile/en famille/à partir de 10 ans

-Accès voiture depuis Saint-Béat : sortie sud du village, prendre à gauche la route de Boutx et de la Station de Ski du Mourtis. A 10 KM, stationner au Col de Menté (petits et grands pourront observer les chiens de traîneaux devant l'Auberge de la Soulan).

-Face à l'Auberge, prendre la piste forestière sur la gauche du refuge en direction de l'Escalette. Le refuge est atteint en 1 heure environ. Panorama sur les Pyrénées centrales, sur le massif de la Maladeta et l'Aneto (point culminant des Pyrénées). Le refuge est utilisable pour les piques niques comme pour les soirées (cheminée) et les nuitées.

Retour par le même chemin, ou par le sentier en contrebas, qui traverse la forêt et vous ramène au Col de Menté.

Cette balade est praticable en hiver avec des raquettes.

En été attention, le refuge est situé sur une « estive » (prairie d'altitude) occupée par des brebis : tenez votre chien en laisse !