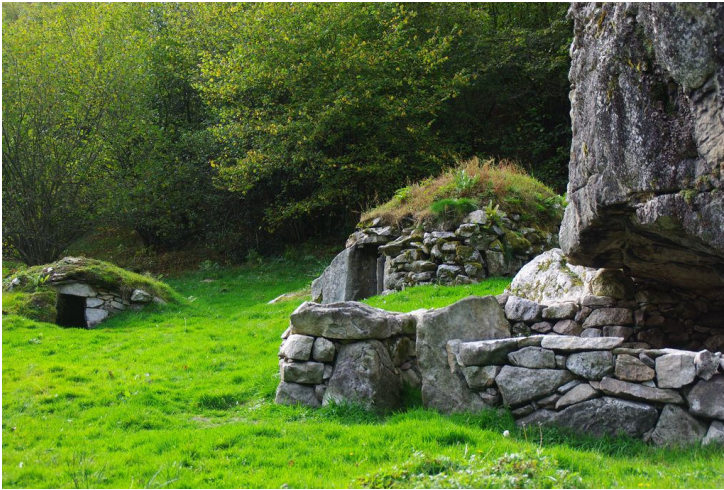


LES 3 VALLEES

90km au départ de nos chambres d'hôtes. Environ 2h15 sans compter les arrêts dans la version. De préférence dans le sens des aiguilles d'une montre. Compter 3h de plus pour la rando à la cascade d'Ars, 2h pour celle de Cagateille.

À tout seigneur, tout honneur. Voici l'itinéraire roi, qui boucle les vallées de l'Arac, de l'Alet et du Salat. Depuis le Col d'Agnes, vous pourrez admirer sans aucun doute la plus belle vue sur les monts d'Aulus et le massif du Valier qui ensemble constituent la chaîne frontalière du Couserans.

Quelques visites possibles, nombreuses étapes très bien placées pour boire un coup ou se restaurer, mais surtout des panoramas majestueux et, pourquoi pas, quelques randonnées au passage.



En quittant la chambre d'hôtes, au débouché de la petite route de l'Échappée Belle, descendre en direction de Lacourt. À la centrale EDF, prendre la D618 à droite, en direction de Massat.. Cette portion, le long du Salat, vient d'être refaite et le revêtement est un véritable velours pour les motos. Plus loin, vous arrivez au grand rond-point de Kercabanac, qui marque la confluence entre le Salat et l'Arac. Prendre en face, en direction de Massat. La route le long des gorges de l'Arac jusqu'à Biert est un vrai régal de pilotage. Attention toutefois ! Elle est en moins bon état que la précédente, et la DDE, à certaines périodes de l'année, a une fâcheuse tendance à abuser des gravillons. Pensez à prendre la température avant de vous lâcher !

Au niveau de la petite place de Massat (bars, commerces), quitter la 618 pour prendre à droite vers Le Port et l'Étang de Lers. La route est nettement moins bonne... Normal, vous attaquez la montagne.

Vous quittez peu à peu la forêt pour arriver aux premières estives. Sur votre droite, un petit parking et de l'autre côté du ruisseau se trouve le Courtal de Peyre Auselère. En catalan, le cortal ou courtal est une bergerie. On dit courtil dans les Alpes du Sud. Ici, autour d'un abri sous roche, quelques oris (igloos de pierre) et cabanes en pierres sèches récemment restaurés par une association locale.

Un peu plus loin, un atterrissage de parapentes. Si la météo est favorable, vous les verrez peut-être décoller plus haut, en face de vous.

Au carrefour, si vous avez envie, vous pouvez faire un rapide crochet en aller/retour jusqu'au Port de Lers en passant par le décollage parapentes, puis retour vers votre itinéraire.

Vous arrivez enfin à l'Étang de Lers. Une halte s'impose au Restaurant de l'Étang de Lers, chez Momo et Marie Pierre. Cuisine sans prétention, mais bonne, dans un cadre sympa.

La montée jusqu'au Col d'Agnès n'est plus qu'une formalité. Quelques belles courbes, et vous voilà au sommet. Prenez le temps de mettre pied à terre pour une petite halte. Du parking, une sente monte en moins de 5 minutes jusqu'à la crête qui vous surplombe, et là... Bingo !!! Continuez à gauche le long de la crête jusqu'à une table d'orientation et profitez du panorama. Parfois, on aperçoit des bouquetins dans le secteur.

La descente vous amène vers la vallée du Garbet. En bas, Aulus les Bains, station thermale qui a connu des jours meilleurs, mais haut lieu de la randonnée en Couserans.

Pour les enrégés, dans le premier lacet de la route du Col de La Trappe, au sortir d'Aulus, se trouve le parking de départ de la randonnée qui va vers la Cascade d'Ars (240m composés d'une chandelle de 110m puis d'une multitude de gradins sur environ 130m). Compter 3h A/R.

Pour les autres, un p'tit coup de pilotage jusqu'au Col de La Trappe et vous voilà rendu devant Le Champ des Neiges, la 2ème bonne adresse resto de cet itinéraire. On peut pas dire que le bâtiment soit très reluisant, mais la terrasse est une bonne option, la cuisine vaut le détour et les profiteroles sont une tuerie. Uniquement sur réservation.

Il est temps de redescendre vers la vallée. À main gauche, à l'entrée de Trein d'Ustou, se trouve une variante A/R qui vous mène au départ de la randonnée du Cirque de Cagateille, réputé pour être le 2ème cirque des Pyrénées après celui de Gavarnie. Compter 2h de rando A/R.

Après Trein d'Ustou, la route est fluide jusqu'au Pont de la Taule, confluence avec le Salat. Quelques plans baignade le long de la route qui mène jusqu'à Seix (petit village agréable: commerces, bars restos château). Le retour vers Kercabanac peut se faire soit en rive droite, soit par l'ancienne route via Soueix (intéressant musée des Colporteurs).

Encore un effort jusqu'à la centrale EDF, puis à gauche par la route d'Alos jusqu'à la route d'accès à votre chambre d'hôtes préférée et à sa table d'hôtes où vous attend un apéritif bien mérité.

Option de retour : À Seix franchir le pont et prendre la rue à gauche en face de la boulangerie, direction Sentenac d'Oust. Quelques kilomètres plus haut, à Sentenac d'Oust, vous pouvez soit prendre à droite vers Alos / La Soumère et rentrer à L'Échappée Belle par la Boucle N°1, via le Col De Catchaudégué, Alos et La Rivière (Compter 30mn depuis Seix au lieu des 20 nécessaires par la centrale), soit, pour les irréductibles, continuer tout droit vers le Pas de La Core et enchaîner avec la boucle N°1, dans le sens des aiguilles d'une montre.



90km au départ de nos chambres d'hôtes. Environ 2h15 sans compter les arrêts dans la version. Compter 3h de plus pour la rando à la cascade d'Ars, 2h pour celle de Cagateille.



LES BONNES ADRESSES DES ROAD-BOOKS DE L'ÉCHAPPÉE BELLE



Outre les adresses liées à chaque road-book, voici quelques adresses d'ordre général pour rendre votre séjour plus confortable:

Station service la plus proche: Carrefour Market à Saint Girons.

Garage moto: - **Stand Moto**, route de Toulouse, 09190 Lorp-Sentaraille, 05 61 66 23 27.

- **Motoshop 09**, sur Saint Girons, à éviter absolument.

Magasins de bricolage: - **Catena**, en centre ville à Saint Girons

- **Bricomarché**, route de Toulouse, 09190 Saint Lizier.

- **Auto shop du Couserans**, avenue Charles de Gaulle, 09190 Lorp-Sentaraille

Supermarchés: Carrefour Market à Saint Girons, **Lidl et Intermarché** à Saint Lizier.

LEGENDES



Station Service



Bar / Restaurant



Produits Régionaux



Point de Vue



Visite



Randonnée



Baignade

II)- LES 3 VALLÉES

Bar - Restaurant de l'Étang de Lers, Étang de Lers, 09320 Le Port, 05 61 04 93 22

Saisons et vacances scolaires: tlj de 9h00 à 19h00.

Le Champ des Neiges, La Trappe, 09140 Aulus-les-Bains, 05 61 66 79 71

Ouverture non communiquée, le midi uniquement, réservation fortement recommandée.

Château de Seix, Montée du Château, 09140 Seix, 05 34 14 02 11

Ouvert tlj en saison de 14h30 à 19h00.

<https://www.tourisme-couserans-pyrenees.com/activites/centre-dinterpretation-du-patrimoine-des-vallees-du-couserans/>

Musée des Colporteurs, 6 rue Principale, 09140 Soueix-Rogalle, 05 61 66 92 74 - 05 61 66 80 83

En Juillet / Août, de 14h30 à 18h30. Hors saison: sur demande.

https://www.soueix-rogalle.fr/le-musee-des-colporteurs_fr.html