**LES PASSÉJAÏRES DE VARILHES FICHE ITINÉRAIRE**

**AX LES THERMES n° 103**

|  |
| --- |
| **Commune de départ et dénomination de l’itinéraire :**   * **Orgeix** – Parking de La Llau au terme de la route forestière - **Lac d'Ayguelongue et Pic de l'Homme depuis le Pla de La Llau** |
| **Date, animateur(trice), nombre de participants (éventuel) :**   * 26/08/2018 – Pierrette Emlinger – 15 participants (Photos) |
| **L’itinéraire est décrit sur les supports suivants :**   * Guide Rando "Ariège" de Jean-Pierre Siréjol – Pages 89 et 90 * Site Internet : <https://www.visorando.com/randonnee-lac-d-aygue-longue-et-pic-de-l-homme/> * Site Internet : <http://www.photosariege.com/article-12446313.html> |
| **Classification, temps de parcours, dénivelé positif, distance, durée :**   * Montagnol (4.3.3) - 6h00 - 1065 m - 10 km - Journée |
| **Balisage :** Jaune et rare jusqu’au lac d’Ayguelongue. Absence de balisage ensuite. |
| **Particularité(s) :** |
| **Site ou point remarquable :**   * Le vaste panorama qu’offre le sommet malgré sa modeste altitude (2431m quand même !) |
| **Trace GPS :** Xx |
| **Distance entre la gare de Varilhes et le lieu de départ :** 62 km |
| **Observation(s) :**   * Il existe une autre voie d’accès au pic à partir de la passerelle côté 1636 : Après avoir traversé le ruisseau, prendre à gauche le sentier montant vers le Sarrat d’En Sur et le col des Clotes ou d’En Sur. Passer par le Sarrat de Coste Rebenc et la Serre de Canras. On peut donc faire la boucle mais des névés persistent très tard de ce côté. * Le Pla de la Llau est à 7km d’Orgeix. La piste est plutôt bonne. * En faisant un aller-retour, il est possible pour les plus fatigués d’attendre au lac. |

Date de la dernière mise à jour : **8 octobre 2018**

**Des repères : D/A** : km 0 - alt. 1418m - Parking la Llau ; **1** : km 1.3 - alt. 1639m – Passerelle ; **2** : km 2.5 - alt. 1918m - Prise d'eau ; **3** : km 3.46 - alt. 2079m - [Lac d'Aygue Longue](https://www.visorando.com/randonnee-lac-d-aygue-longue.html) ; **4** : km 4.14 - alt. 2236m - Col de la Parade ; **5** : km 4.69 - alt. 2431m - [Pic de l'Homme](https://www.visorando.com/randonnee-pic-de-l-homme.html) ; **D/A** : km 9.39 - alt. 1418m - Parking la Llau.

Cette randonnée part de La Lau dans la vallée d'Orgeix. Le sentier traverse le bois jusqu'à la cabane de l'orri de la Coume. Il y traverse le ruisseau et une pancarte indique la direction du lac d'Aygue Longue. Le sentier contourne le lac d'Aygue Longue par la gauche et monte ensuite au col de la Parade. De ce col un sentier part à gauche et suit la crête qui mène au sommet du pic de l'Homme.

**La carte**

