

### **COL DE LA CORE (09)**



*Lac de Bethmale*



*Etang d'Ayes*

Cette randonnée de montagne permet de traverser une partie préservée du Couserans, au cœur des Pyrénées ariégeoises. Entre estives, cabanes pastorales et lacs d'altitude, l'itinéraire offre une immersion complète dans les paysages de montagne.

Le départ s'effectue au col de la Core (1 395 m) pour les 4 niveaux et se terminera au lac de Bethmale.

Les niveaux 2, 3 et 4, s'élèveront doucement à travers les pâturages. Peu à peu, les vues se dégagent sur les sommets du Couserans et les vastes espaces qui caractérisent ce secteur.

Le niveau 2 se dirigera vers l'étang d'Ayes, les niveaux 3 et 4 vers le lac et la cabane d'Eychelle. Le niveau 4 prolongera jusqu'au col de la Cruzette.

Le niveau 1 se dirigera directement au lac de Bethmale après un passage dans les prairies.

Les 4 niveaux descendront à travers les forêts de hêtres et de sapins qui annoncent l'approche de la vallée de Bethmale. La fraîcheur des sous-bois contraste agréablement avec les espaces ouverts parcourus plus tôt dans la journée.

4 parcours typés montagne vous sont proposés:

<b>Niveaux</b>	<b>Distances</b>	<b>Dénivelés</b>
Niveau 1 :	8 Km	D+ 450m / -750m
Niveau 2 :	11 Km	D+ 600m / -900m
Niveau 3 :	11 Km	D+ 700m / -1000m
Niveau 4 :	13 Km	D+ 990m / -1300m

**⚠** **Départ en car à 7h30** en bas de la station Jolimont. **Rendez-vous à 7h15.**

Inscription : à l'accueil du PyC ou par téléphone au 05 62 735 635.