





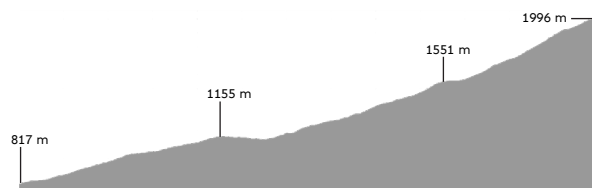
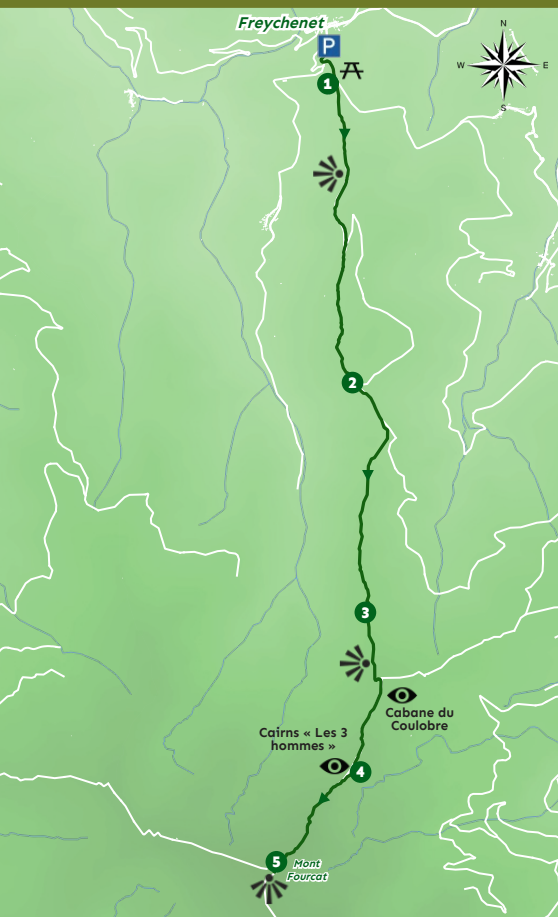


# Vers les estives du Fourcat

## Freychenet

Atteindre le sommet ne se fera pas sans effort ! Mais l'aventure sera belle. Elle débute en traversant de magnifiques forêts et mène vers les estives. Un petit salut aux « Trois hommes », un dernier effort et vous profiterez d'un magnifique panorama à 360° sur la plaine, la chaîne ariégeoise et le cirque de la station des Monts d'Olmes.

 <b>Distance</b> 13 km A/R	 <b>Difficulté</b> Difficile - 5/5
 <b>Durée</b> 7 h 20	 <b>Altitude</b> 817 / 1996 m
 <b>Balisage</b> et 	 <b>Dénivelé</b> + 1201 m
<b>P</b> <b>Départ</b> Parking du village Lat : 42.90708 Lng : 1.72039	
<b>IGN</b> <b>Carte IGN de référence</b> 2147ET - Foix	



Les horaires sont donnés à titre indicatif pour une marche plutôt paisible. Ces derniers peuvent être différents de ceux indiqués sur d'autres supports.



Scannez le QRcode pour obtenir la trace du parcours.

## Le pas à pas

**P** **Départ**  
Depuis le parking en haut du village, prendre le chemin à gauche qui retrouve la D209.

**1** Quitter la D209 sur la droite par un chemin abrupt dans un premier temps puis qui monte plus doucement. Lorsque l'on pénètre dans la forêt, les noisetiers laissent la place aux hêtres et épicéas.

**2** On rejoint ensuite une piste forestière qu'il faut quitter par la droite dans la hêtraie.

**3** Passer la clôture à l'entrée des pâtures, rejoindre le petit refuge du « Coulobre » ouvert aux randonneurs. Suivre le balisage Jaune/Rouge (GR de Pays®). L'itinéraire pénètre dans une zone de pâture où il est impératif de rester sur le sentier pour préserver la quiétude des troupeaux.



**4** Passer à proximité des trois « cairns » (dits des Trois Hommes), rester sur le sentier de gauche pour rejoindre la crête qui mène au sommet.

**5** Le retour s'effectue par le même itinéraire.



## Nos coups de cœur

### L'ISARD

L'isard est un mammifère herbivore de la famille des caprins, proche du chamois alpin. Endémique des Pyrénées, il se reconnaît à ses cornes fines et recourbées, sa robe fauve en été et gris-brun en hiver. Animal agile vivant en altitude, il symbolise la faune pyrénéenne et bénéficie d'une protection réglementée.



### LA DIGITALE POURPRE

La digitale pourpre est une plante bisannuelle aux fleurs en clochettes rose-pourpre tachetées. Hautement toxique, elle contient de la digitaline, substance utilisée en cardiologie pour traiter l'insuffisance cardiaque. Elle pousse dans les sous-bois et zones montagneuses d'Europe. Dangereuse si ingérée.



### LES TROIS HOMMES

En montant au Mont Fourcat (2001 m), on trouve trois imposants cairns appelés « les Trois Hommes ». Situés vers 1650 m d'altitude sur la crête, ces grands cairns ajourés constituent un repère emblématique pour les randonneurs avant d'atteindre le sommet panoramique de cette montagne ariégeoise.

