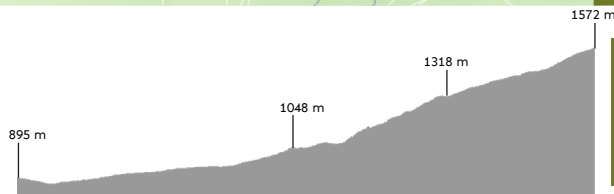
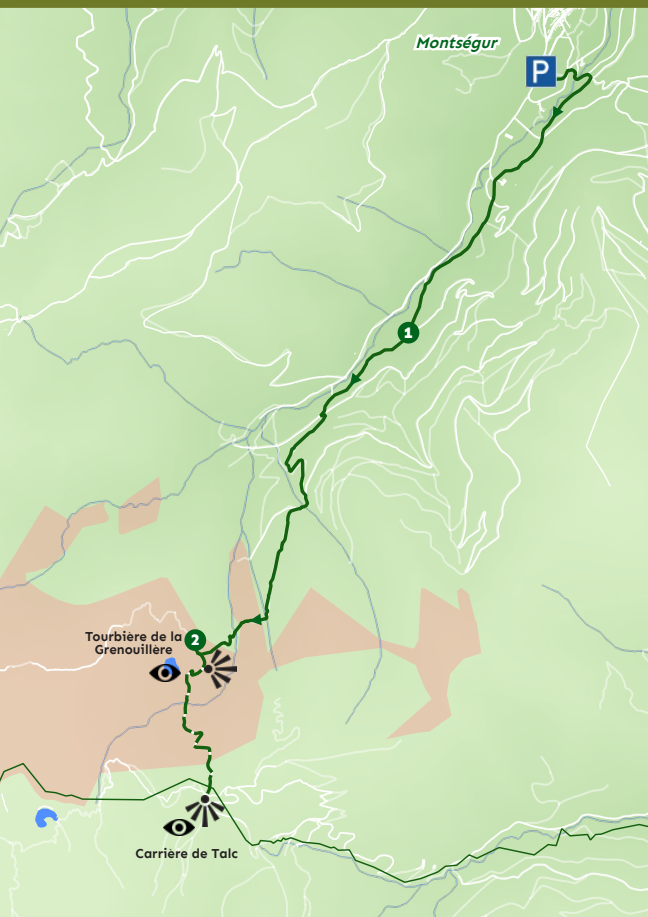


La Réserve Naturelle Régionale du Massif du Saint-Barthélémy par Montségur

Montségur

À partir de Montségur, le sentier ouvre les portes de la Réserve Naturelle Régionale du Massif du Saint-Barthélémy, sanctuaire de biodiversité pyrénéenne.

 Distance 13,4 km A/R	 Difficulté Difficile - 4/5
 Durée 5 h	 Altitude 858 / 1572 m
 Balise 	 Dénivelé + 729 m
P Départ Parking 2 (Aire de camping) Lat : 42.86724 Lng : 1.83211	
IGN Carte IGN de référence 2247OT - Lavelanet/Montségur	



Scannez le QRcode pour obtenir la trace du parcours.



Le pas à pas

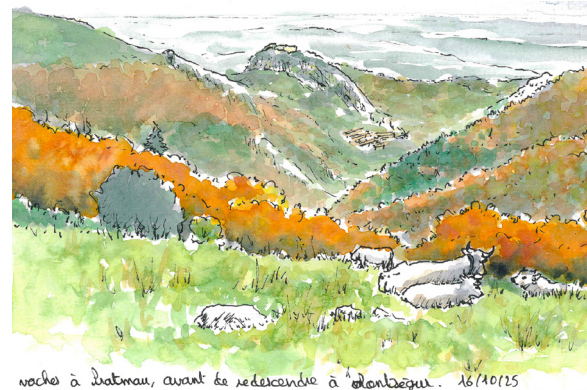


Départ

Depuis le parking du bas du village (P2) de Montségur, prendre le chemin à gauche. Traverser la D9 puis le ruisseau Le Lassat, que l'on longe rive droite, pour s'enfoncer dans la vallée du même nom.



Rejoindre le parking de la Réserve Naturelle Régionale du Massif du Saint Barthélémy. La pente s'accroît, le sentier serpente en sous-bois, dans les hêtres et les sapins pectinés. Traverser à deux reprises une piste forestière pour finir par rejoindre la cabanne de la « Jasse de Pratmau », porte d'entrée de la Réserve Naturelle Régionale.



roches à Pratmau, avant de redescendre à Montségur. 16/10/25



Le retour se fait par le même chemin.

Le p'tit + : Vous pouvez continuer sur la piste pour rejoindre le col de la Peyre où vous pourrez voir la carrière de talc de Trimous (Luzenac).



Nos coups de cœur

LE GRAND TÉTRAS

Le Grand Tétrás est le plus grand gallinacé d'Europe, vivant dans les forêts claires et anciennes des Pyrénées. Le mâle, au plumage sombre rehaussé de caroncules rouge vif, contraste avec la femelle, plus petite et aux teintes rousses. Espèce en déclin, les Pyrénées abritent pourtant 90 % des effectifs français, faisant de ce grand oiseau discret un symbole fragile de la faune de montagne.



LE LYS DES PYRÉNÉES

Le lys des Pyrénées est une plante herbacée vivace endémique des Pyrénées, appartenant à la famille des Liliacées. Il produit une élégante fleur jaune ou rose en forme d'entonnoir, parfumée et pendante. Espèce protégée, il pousse dans les prairies et rocaillies d'altitude, entre 1000 et 2500 mètres, symbolisant la flore pyrénéenne.



LA GRENOUILLÈRE

C'est une zone humide d'altitude remarquable. Cet écosystème fragile abrite une flore spécifique adaptée aux sols acides et gorgés d'eau : sphaignes, droseras carnivores, linagrettes. Site naturel protégé, elle joue un rôle écologique crucial pour la biodiversité pyrénéenne et la régulation hydrique du territoire.

