

## Le Balisage en montagne:



**GR** Itinéraire de grande randonnée, en ligne ou en boucle. Il est balisé en blanc et rouge et permet de découvrir, en randonnée itinérante, un territoire ou une région.

**GR PAYS** Lorsqu'il demeure au sein d'une même entité géographique, il peut être appelé GR<sup>®</sup> de Pays. Dans ce cas, il est balisé en jaune et rouge.

**PR** Itinéraire linéaire ou en boucle d'une durée égale ou inférieure à la journée. Il est identifié par un numéro et un nom. Il peut être proposé seul ou en réseau de boucles, à dimension variable, adaptés aux pratiques des différents publics. Dans le cadre d'un réseau de boucles, chacune sera identifiée séparément soit par une appellation, soit par un numéro



## Etang Bleu



**Point de départ : Parking Le Ressec**

**Temps de marche : 4H**  
**Distance : 10 km**

**Dénivelé : 840 mètres**

**Balisage : Jaune**

### Les signaux de détresse en montagne



Urgences : 112  
Météo Ariège : 08 99 71 02 09  
Gendarmerie de haute montagne: 05 61 64 22 58





## Etang Bleu



### Thématique : Cirques glaciaires, lacs

- 1** Du parking, prendre le sentier balisé jaune sur la droite. Il rejoint une piste. Prendre à gauche. A la prochaine intersection de pistes, prendre à droite celle qui monte direction « Embanels ». Arriver à la prairie, continuer tout droit jusqu'à une cabane qui sera sur votre droite.
- 2** 0h30. A la cabane, traverser la prairie sur la gauche en direction du cours d'eau. Prendre la passerelle. Le sentier, peu marqué, part sur la droite. Il longe de plus ou moins près le cours d'eau puis amorce un virage sur la gauche et monte franchement dans la forêt de hêtres.  
1h30. A la sortie de la forêt, après un court replat, traverser le cours d'eau et monter jusqu'au superbe cirque d'Embans. Le sentier longe un petit ruisseau sur 150m avant d'entamer une montée raide qui vient border la paroi à travers quelques éboulis. En haut, le sentier traverse le cours d'eau et monte dans la pente jusqu'à une croupe qu'il suit jusqu'à l'étang bleu : 2h30.
- 3** Après un repos bien mérité, prendre à gauche un sentier qui descend. Un virage à droite vous mène à d'anciennes cabanes. Le sentier reprend sa descente et traverse un cours d'eau.  
Vous progresserez sur un faux plat descendant jusqu'au prochain ruisseau.  
3H. Ensuite, une descente plus raide et continue vous amène à une piste.
- 4** 3h30. Prendre à gauche. Au bout de 5 minutes, quitter la piste et prendre la passerelle sur la gauche.  
Vous retrouvez la piste de la montée. Prendre à droite et continuer jusqu'au parking. 4h

### Ne pas oublier :

- A boire et à manger
- Vêtements adaptés à la météo
- De la crème solaire
- Trousse de premiers secours
- Un téléphone portable
- Un couteau et une lampe

