

Séjour VTT en Ariège – Les randonnées pédestres

Le 18 août : La randonnée des dolmens à Le Mas d'Azil

Trois marcheuses, Marie-Claude accompagnée des deux Françaises, partent pour la randonnée des 3 dolmens (15 km et 400 m de dénivelé).

La route devient pentue dès le passage du vieux pont, après avoir quitté le parking ; en haut de la première côte, jonction inattendue avec les vététistes au niveau du premier dolmen. La distraction des vététistes nous vaut un aller-retour imprévu de 2 km.

De retour sur le bon itinéraire, le suivi des balises à travers un site natura 2000 conduit à de beaux points de vue sur les vallées proches et sur Le Mas d'Azil. Cet itinéraire, bordé de bosquets de genévrier, de chênes, de pins ..., et tracé sur des sentiers recouverts de pierres sèches (aïe ! aïe ! aïe ! nos pieds), amena la rencontre de chèvres aux longs poils, la traversée de champs, de fermes, de petits villages et des 3 dolmens en très bon état. Cette randonnée, effectuée sous le soleil et en bonne compagnie, est à refaire avec le groupe marche de l'ARB.

19 août : St Girons et St Lizier

Temps nuageux avec pluie fine mais pénétrante, le départ des cyclos sera retardé à 10 heures ; en attendant, nous partons à la découverte du fameux et incontournable marché du samedi.

Sa renommée n'est pas exagérée, on y trouve de tout : de quoi se vêtir, se nourrir, bricoler, décorer, le tout dans une ambiance baba cool intergénérationnelle et presque internationale. Le bio et le naturel sont partout présents, fruits, légumes, fromages, pains, gâteaux d'ici ou d'ailleurs ; leurs odeurs se mélangent agréablement avec les nombreux plats cuisinés qui mijotent. Dommage ! à midi nous nous contenterons du pique nique préparé par l'hôtelier.

Après le départ des vététistes, 8 marcheuses (Cathy, Françoise F, Françoise C, Marie, Marie-Claude, Monique, Béatrice et Nicole F) décident d'aller visiter **la Cité d'art et d'histoire de Saint-Lizier, qui est un souvenir vivant de la grande époque du pèlerinage de Compostelle. A ce titre ses principaux monuments sont inscrits au Patrimoine Mondial de l'UNESCO.**

Flânerie en attendant la visite guidée de la Pharmacie XVIIIe, sur la place envahie par une brocante, dans l'église romane appelée cathédrale et dédiée à saint Lizier, et, dans son joli petit cloître roman situé dans l'ancien hôtel Dieu. Après avoir passé quelques portes et traversé quelques couloirs nous arrivons dans l'ancien **jardin en terrasses exposé plein sud, avec une superbe vue sur les Pyrénées.** Ce jardin de forme carrée était le lieu où les Sœurs de l'Hôtel-Dieu cultivaient les plantes médicinales pour leurs remèdes. Aujourd'hui des bénévoles tentent de cultiver de nouveau une partie de ses herbes aromatiques et de redonner à ce jardin l'aspect qu'il avait au moyen-âge.

Nous arrivons enfin à la pharmacie, lieu superbement bien conservé, qui abrite une superbe collection de faïence bleue renfermant encore tout les secrets des apothicaires, tel "le Vinaigre des Quatre Voleurs", « Huile de petits chiens » sans oublier les instruments de chirurgies.. .

La pluie a cessé, nous pouvons prendre notre pique-nique au bas Palais des évêques en admirant la cité de Saint Lizier et le clocher octogone à deux étages en brique de l'imposante cathédrale. Après le repas, promenade le long de charmantes petites ruelles bordées de maisons anciennes, dont certaines à colombages. La promenade se poursuit à travers le village pour trouver enfin la possibilité d'une pause-café.

La fin d'après-midi est passée dans l'espace bien-être du centre aquatique de St Giron, pour une relaxation, détente et fou rire, en alternant, jacuzzi, sauna, hammam et natation !
Journée bien remplie, nous avons quand même parcouru 9 km !

20 août : Randonnée autour d'ALOS - Le chemin du pic de Quère - 5 marcheuses (Françoise F, Françoise C, Marie, Marie Claude et Nicole F)

Tout de suite après la cimetièrre, le circuit monte pendant près de 1 h $\frac{3}{4}$. Le tracé chemine à travers un sentier bien ombragé qui ressemble parfois à un tunnel, la forêt de hêtres est très dense, mais les sous-bois sont propres. Après une partie un peu plus découverte nous atteignons le col du Plantach situé à 973m, puis nous partons en direction du Pic de la Quère.

Les derniers mètres sont plus escarpés. Déception au sommet du pic (1135 m) car la végétation empêche de voir le panorama. Après une courte pause et le grignottage de nos provisions, nous descendons jusqu'au col de l'Artigue (880 m) pour atteindre le col de Catchaudégué (893 m). Là, des tables et des bancs sont les bienvenus pour finir notre pique-nique et prendre une pause bien méritée.

Descente dans la vallée par une piste forestière, toujours sous un beau ciel bleu, passage devant une croix en pierre pour suivre la direction La Cillère-Alos, et cueillette de pieds de giroilles, avant de rejoindre la voiture, puis les vététistes, déjà arrivés à St Giron où ils se désaltéraient à la terrasse d'un café.

Aujourd'hui la randonnée nous a offert des panoramas imprenables sur les Pyrénées, des sentiers ombragés, des sous bois odorants et des champignons naissants, nous avons parcouru 15 km !