



## ... les infos pratiques

**à suivre :** De Saint-Girons suivre la D618 puis la D4 et remonter la vallée du Lez. Traverser Castillon en Couserans et Les Bordes sur Lez, prendre à gauche 2 kms plus loin, la route d'Ayer - Vallée du Riberot. Suivre la route jusqu'au parking du Pla de la Lau. Vous pouvez alors, commencer votre ascension vers le refuge en suivant le GR transfrontalier.

**à emmener :**  
Carte TOP 25 IGN N°2048 OT  
Carte des refuges de montagne Ariège Pyrénées

**à contacter :**  
O. T. Castillon 00 33 (0)5 61 96 72 64  
Météo Ariège 00 33 (0)8 92 68 02 09  
PGHM Savignac 00 33 (0)5 61 64 22 58  
Secours en montagne 112

**à faire :** Randonnées tous niveaux ; Observations de la faune sauvage et de la flore ; Alpinisme (cap del Pouech, Arête des Antiques...) ; Via Ferrata ; Pêche en lacs et ruisseaux ; Vols en parapente...

**à savoir :** Le refuge n'est pas équipé pour les cartes bancaires et l'accueil des animaux domestiques.

**à remercier :** Les photographes - Sandrine Rousseau et Mrs Cadiran, Dedieu, Demoulin, Fraisse, Martuchou, Rouby... et tous les autres.  
L'illustrateur : Julien Vergnes  
La conceptrice du Logo : Hélène Roux

© La Boite à Machouillage

## Les gardiens des Estagnous

accompagnateur  
en montagne  
Infirmier



**Stéphane AMIEL**

pompier  
et secouriste  
de montagne  
Responsable  
location ski



**Laurent TRIOLET**

*We speak english, hablamos espanol*

## Les Estagnous,

refuge de 72 places

gardé de juin à septembre en continu,  
week end de mai et octobre  
selon conditions

**sur réservation**

**00 33 (0)5 61 96 76 22**

**Site : [www.ariège.com/refuge-estagnous](http://www.ariège.com/refuge-estagnous)**

Mail hors période de gardiennage  
[refuge-estagnous@club-internet.fr](mailto:refuge-estagnous@club-internet.fr)

**Hiver : refuge 20 places, non gardé.**



# Les Estagnous

refuge de montagne

depuis 1912



à 2246 mètres



Ariège Pyrénées  
Couserans-Castillonnais

## Massif du Mont Valier

**00 33 (0)5 61 96 76 22**

[www.ariège.com/refuge-estagnous](http://www.ariège.com/refuge-estagnous)

Membre de l'Association des Gardiens de Refuge des Pyrénées  
et du Club des Saveurs Pays d'Ariège Pyrénées





... au cœur de la réserve domaniale du Mont-Valier, dans le Parc Naturel Régional Ariège Pyrénées.

Vous allez découvrir une nature intacte et sauvage. Vous pouvez l'observer, la photographier, la respirer, avec tout le respect qu'elle impose.

**Le milieu naturel d'altitude est ici préservé.** En particulier la faune sauvage (isard, gypaète barbu, aigle royal, marmotte...) ainsi que la flore caractéristique de nos montagnes (lys des Pyrénées, gentiane de Koch...).

... après 4h de marche depuis le parking, à 2246 mètres d'altitude, au refuge des Estagnous.

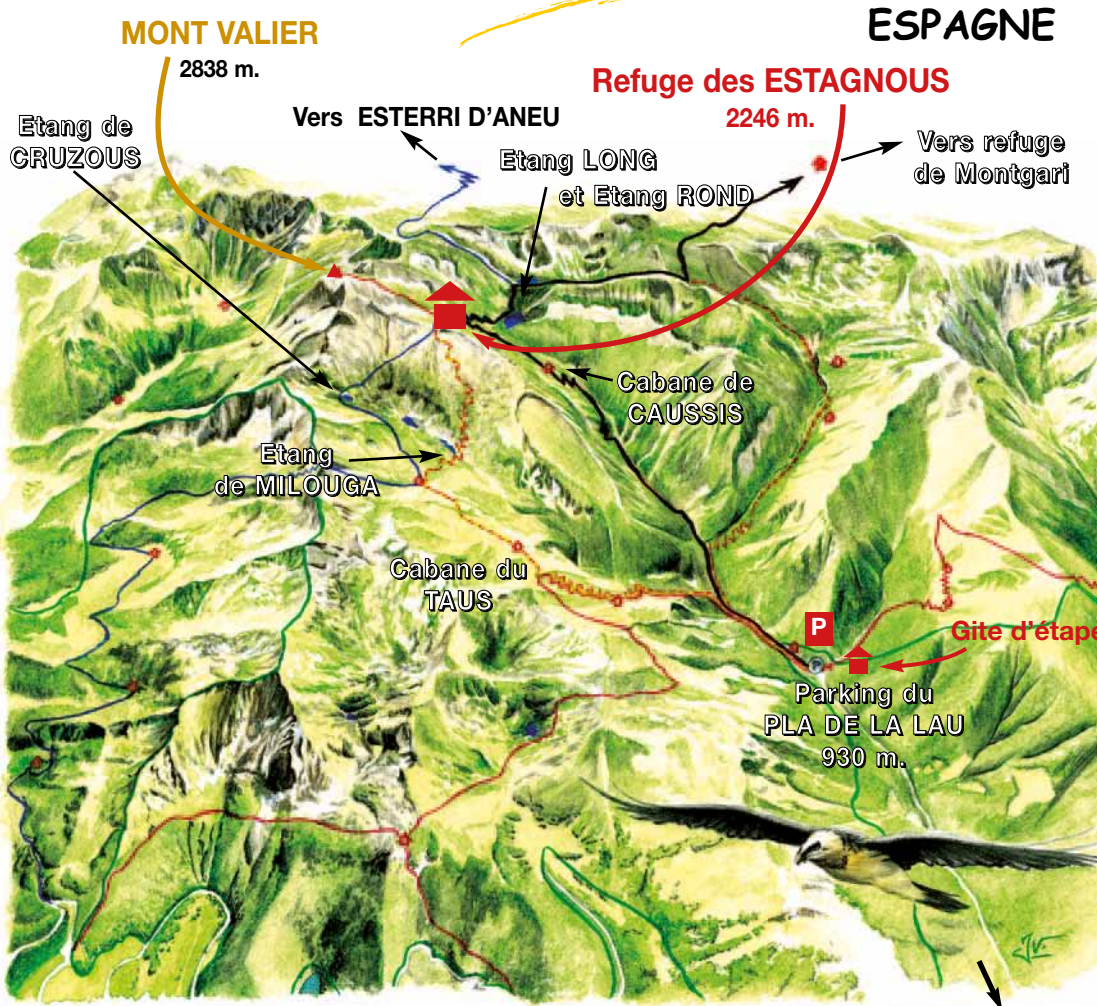
Nous vous accueillons pour **une étape conviviale.** Vous apprécierez les boissons chaudes ou fraîches, la terrasse panoramique et la cuisine traditionnelle pyrénéenne.

**Pour une rando sympa et légère,** nous vous conseillons la pension complète (repas chaud, nuit, petit déjeuner et pique-nique compris).

**D'autres formules à la carte,** sont possibles : repas - nuitée - petit déjeuner - casse croûte - omelette - douche...

Pour tous, matelas, couvertures et chaussons sont fournis. (location de tentes sous conditions).

# ...vous êtes arrivés....



- GR 10
- GR Transfrontalier
- Chemin de la Liberté
- - - Tours de Pays
- Vers CASTILLON

...après 1h30 de marche depuis le refuge, à 2838 mètres d'altitude, au sommet du Mont-Valier. Depuis ce superbe belvédère vous contemplez les vallées du Couserans, les plaines d'Ariège et de la Haute Garonne, jusqu'à la chaîne des Pyrénées ariégeoises. Au delà le Pic du Midi et l'Aneto... accrochent votre regard.

...au pied de la **Via Ferrata des Estagnous.** Elle relie le refuge à l'étang long, en traversée. Surplombant l'étang rond, elle permet une découverte de la verticalité en toute sécurité, et un point de vue original des paysages environnants. Départ possible depuis le refuge ou l'étang long. Itinéraire total de 1200m, dont 620m équipés. Durée allée 2h30. Classée D. (sécurité, matériel, dates d'ouverture : tel refuge ou OT Castillon).

...dans le **Massif du Mont-Valier, à la croisée des chemins et des sentiers.** Sommets (Pic des 3 Comtes, Pic de Barlonguère...) et lacs (étang Rond, étang Long, étang du Milouga...). Retours en boucle vers le parking (Vallée du Muscadet, Port de Barlonguère...) vous offrent de multiples choix. Des itinéraires de plusieurs jours, Pass'Aran (Cf plaquette), les chemins transfrontaliers, le GR10 et le chemin de la Liberté vous invitent à prolonger le plaisir.

...au **Festi'Valier.** Le refuge vous propose de vivre une rencontre inoubliable, avec la musique, les contes, la lecture, la gastronomie... dans un cadre exceptionnel. Tous les vendredis soir de juillet et août, la culture s'invite en montagne au milieu des randonneurs. (Cf prog.)

