

LE CHEMIN DE CANELLES

Belle et courte promenade où vous trouverez rapidement de frais ombrages. Bordé de buis, le chemin file plein sud vers les escarpements de la haute vallée d'Aure. Vous dominerez la neste* et la route qui conduit en Espagne. Vous apercevrez quelques bâtiments de la station de ski du Pla-d'Adet divinement exposés plein sud. Ce parcours vous réserve de nombreux points de vue sur le village de St-Lary.



CARACTÉRISTIQUES de l'ITINÉRAIRE

DURÉE : 1 h 45 **DÉNIVELÉ :** 150 m **ALTITUDE :** 950 m **NIVEAU :** facile (conseillé avec des enfants)

Itinéraire

De la place de la Mairie, vous prenez la rue qui passe devant la maison du parc national. Au stop, vous prenez à droite jusqu'à l'hôtel Le Dahu. Après l'hôtel, vous tournez à gauche et prenez la rue du Chemin-de-Tramezaïgues.

Le sentier démarre au bout de cette rue et atteint très vite une route. Vous l'empruntez sur

50 mètres environ jusqu'à un hangar. Prenez alors à droite, le chemin grimpe légèrement vers le sud entre les buis.

Après quelque vingt minutes de marche, à proximité d'un poteau d'une ligne électrique, un chemin indiqué par une flèche s'en retourne vers Sailhan plein nord. Vous le prenez.

Au village de Sailhan, vous

descendez vers le centre jusqu'à l'église. Votre chemin part en face de l'église, il longe le mur du cimetière. À la croix, il descend jusqu'à Saint-Lary.

À votre arrivée, vous prenez la rue du Chemin-de-Sailhan et la rue des Fougères pour vous retrouver tranquillement au centre du village de Saint-Lary.

La Boutique de PITOU





Tee-Shirt





Tome 1
11,50 €

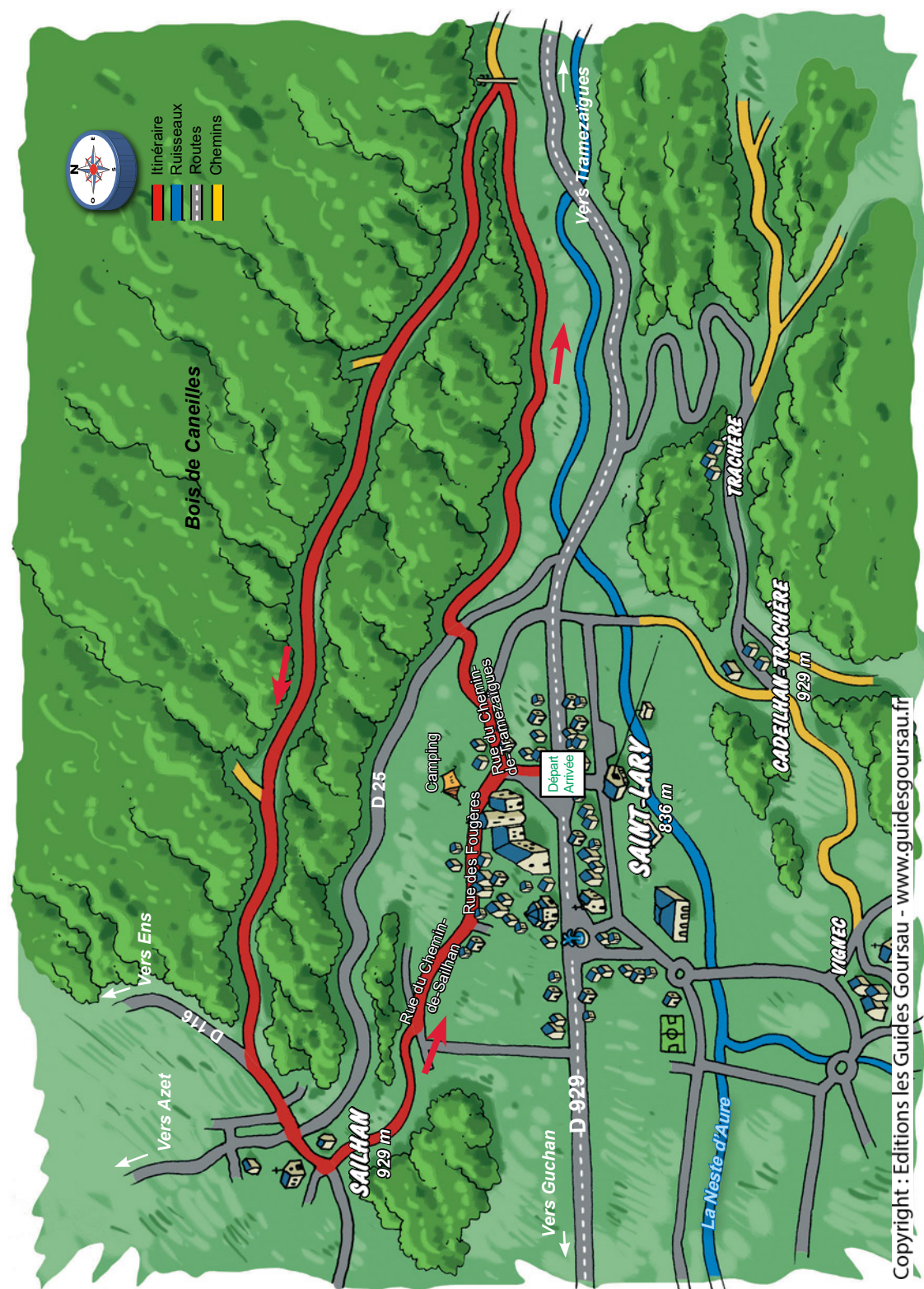


Tome 2
11,50 €



Tome 3
11,50 €

Pour commander : www.guidesgoursau.fr



Copyright : Editions les Guides Goursau - www.guidesgoursau.fr

Copyright : Editions les Guides Goursau - www.guidesgoursau.fr

Pour vous accompagner dans vos balades et randonnées,
Les Guides Goursau vous proposent de télécharger l'application :

Pyrénées sommets

Télécharger dans
l'App Store

ANDROID APP ON
Google play

PICS, COLS, LACS, REFUGES, VILLAGES, CHAPELLES, ATTRACTIONS, ETC.



De la Méditerranée à l'Atlantique, plus de 4000 sommets pyrénéens en France et en Espagne affichés en réalité augmentée. Fonctionne même sans couverture réseau grâce au GPS.

SAINT-LARY-SOULAN

CONSEILS PRATIQUES

La randonnée est une activité physique très saine. On est en contact avec le sol, la terre, la roche, l'herbe et l'eau. Marcher sur la terre ! N'est-ce pas déjà une idée sublime ?

Quand on part en randonnée, on a d'abord des chaussures adaptées, type chaussures de randonnée légères, montant jusqu'à la cheville, avec des semelles crantées (ce type de chaussures est encore très utile quand on visite le marais poitevin ou la côte bretonne et même les jours de pluie). Ensuite, on prend un sac à dos pour deux voire trois personnes maximum, dans lequel on doit y mettre par personne et pour une journée : Un litre d'eau (attention, les bouteilles plastiques se fissurent facilement), un casse-croûte et un en-cas (fruits secs et frais), un vêtement de pluie, un vêtement chaud, une casquette (attention aux insolation), et peut-être l'appareil photo, les jumelles (attention au poids), la crème solaire, le crayon et les feuilles à dessin (ce n'est pas lourd !).

On est prêt. Partez lentement, c'est l'échauffement, la mise en route. Cela dure de 20 à 30 minutes. Après quoi, vous allez trouver votre rythme, votre « horloge intérieure ». Vous ne manquez pas de vous arrêter, surtout avec des enfants. Profitez-en pour souffler une minute, pour contempler, sentir, entendre : on y arrive mieux après un effort. Les petites choses ont aussi une grande importance.

Buvez régulièrement par petites gorgées afin d'éviter la déshydratation. Dans les villages, il y a des fontaines. L'eau est potable sauf s'il est mentionné par écrit un avis contraire. Par contre en montagne, on ne doit pas boire l'eau des torrents, des ruisseaux et autres points d'eau à cause des troupeaux qui paçagent librement. Seule l'eau de source pourrait être bue, mais il faut connaître les sources.

Sur la plupart des itinéraires, vous rencontrerez certainement des animaux domestiques : vaches, moutons, chevaux... ne les dérangez pas. Si vous avez un chien, il est simplement demandé de le surveiller afin de ne pas effrayer les troupeaux. Par contre les chiens sont interdits dans le parc national, les réserves naturelles, les réserves de chasse.

Si vous devez ouvrir une barrière, une clôture, il est impératif de la refermer derrière vous. De même pour les portes des cabanes et des refuges. Soyez vigilant dans ces hauts lieux en

Le Guide des balades familiales de Saint-Lary

réalisé par Michel Chazottes, accompagnateur en montagne à Saint-Lary



Les 15 plus belles promenades
autour de Saint-Lary

En Vente
en librairie ou sur
www.guidesgoursau.fr

les respectant et en les préservant de toute dégradation. N'allumez pas de feu et ramenez systématiquement vos déchets et peut-être aussi ceux des autres.

Il y a souvent des orages les après-midi d'été. Avant de partir, consultez le bulletin météo du jour affiché à l'office de tourisme. Si le risque d'orage menace dans la montée, n'hésitez surtout pas à faire demi-tour. Si vous êtes en haut, descendez rapidement. Le brouillard est aussi à craindre. Soyez vigilant quant à l'itinéraire et surtout restez toujours ensemble, bien regroupés.

Ne partez jamais seul en montagne et prévenez un proche de votre itinéraire (ne pas en changer) et de votre départ.

La pratique des sentiers pédestres proposés dans ce topo-guide reste sous votre entière responsabilité.