

**Frouzins Montagne**  
**Compte Rendu du 13 septembre 2009**  
**La Coume d'or 2826 M**

**Participants:** Charlotte, Mireille, Christine C, Hélène, Danièle, Denis H, Laurence S, Michel F.

**Initiateur:** Christian

Heure de départ : 8h35 / Heure d'arrivée 15h45

Départ depuis le col de Puymorens 1920m .

On suit le chemin empierré qui monte doucement vers le Nord/Nord-Est.. Après avoir traversé le ruisseau, on monte à flanc, à droite, la Coume d'en Garcia vers le captage EDF que l'on dépasse ; rapidement après avoir coupé deux virages de la piste, on atteint le replat de Bassa Mercader. On aperçoit alors aux jumelles des chasseurs ayant attrapé un mouflon qu'ils tirent au bout d'une corde; Que c'est triste de voir ce magnifique animal brinqueballé d'un rocher à un autre ....



Enfin on continue donc notre montée très régulière pleine crête puis dans la combe jusqu'à atteindre facilement la Porteille de la Coma d'en Garcia 2534m .On descend quelques mètres pour atteindre la Porteille de Cortal Rosso 2501m ; et l'on aperçoit immédiatement en dessous de nous, au Sud le petit lac de la Coume d'Or .

On monte alors le sentier en face en laissant le lac toujours à notre droite . En 20mn, on parvient sur un replat et l'on découvre le reste de l'itinéraire jusqu'au sommet . Nous irons jusqu'au premier

sommet où nous laisserons nos sacs pour aller jusqu'au second de 5mètres plus élevé, où un



passage aérien un peu délicat demandera toute notre attention . Et notre ami Christian était là pour nous rassurer et guider nos pas. Du sommet, la vue est magnifique sur le lac du Lanoux, et le pic Pedros tout proche ...

On en profite pour faire de belles photos ....

Comme il est encore tôt, on décide de faire une boucle et de manger au lac de la Coume d'Or , c'est là qu'on bifurquera pour descendre, hors sentier dans le vallon de Cortal Rosso .

En attendant on profite de la pause déjeuner bien méritée et quelques uns trempent leurs pieds dans l'eau ... un peu froide tout de même !

Il nous fait donc repartir ... on contourne le lac jusqu'à son déversoir et on suit à flanc le sentier qui part en direction de la Portella de Lanoux bientôt on distingue clairement le chemin en dessous de nous ,il faut descendre hors sentier (15mn), en zigzagant un peu entre les pelouses et les ressauts rocheux .

En bas, on rejoint le captage que l'on aperçoit depuis le haut et que l'on suit jusqu'à une piste qui nous ramènera vers l'Ouest. Cette vallée est vraiment magnifique, tout le long du ruisseau , un mélange de cascades , de vasques, illuminées par le soleil ...

Une petite pause photos au Refuge pastoral du Cortal Rosso et enfin en suivant le vallon, on bouclera la boucle de cette magnifique journée ...

Un grand merci à notre animateur et à tous les participants !



### **Informations complémentaires**

Course pouvant être entreprise l'hiver en raquettes en circuit.

Jour de reprise de la chasse interdite depuis cinq ans dans ce secteur pour cause de maladie qui avait frappé les isards.

Trail (course à pied) de la Coume le week-end du 21 septembre.

*Rédigé par Charlotte*