

V04 et V04a : Port d'Aula

V04 : 37 à 63 km, 1560 à 1860 m D+, 5 cols (variantes « courtes »)

V04a : 38 km, 1690m D+, 6 cols (variante longue)

- Départs :
1. de Soueix pour 63 km et 1860m de D+
 2. de Moulin Lauga pour 50 km et 1760 m D+ (à 8 min)
 3. de Couflens pour 37 km et 1562 m D+ (à 17 min) pour **V04**
 4. de Couflens pour 38 km et 1690m D+ pour **V04a**

Vu le peu de places à Couflens : privilégier un départ de Soueix ou de Moulin Lauga pour laisser les places de Couflens à ceux qui feront le circuit long, qui demande beaucoup plus de temps.

Au Départ des quatre Chemins prendre la D32b à droite jusqu'à l'entrée de Seix puis la D32c à gauche et de suite la D3 à droite qui remonte la Vallée du Salat. Traverser Moulin Lauga (Parking de 10 places environ qui peut permettre une avancée en voiture), arrivé au Pont de la Taule laisser la D8f vers le Col de Latrape (Vallée d'Ustou) et continuer la D3 en léger faux plat et la Vallée du Salat jusqu'à Couflens.

La D703 à droite débute la longue et rude montée (pentes entre 7 et 11%). Dans la montée après plusieurs séries d'épingles arriver au carrefour des hameaux de Faup et Raufaste que l'on laisse de part et d'autre (début des belles vues), continuer la D703 sur environ 2km jusqu'au Ruisseau des Campets peu après le Panneau de la Forêt Domaniale de Seix (fin du goudron), puis poursuivre sur une bonne piste jusqu'au parking maintenant interdit de l'Aire de Pause.

Juste avant prendre une Piste en Herbe R1 en légère descente jusqu'au **FR-09-1527 Col de Pause** (Panneau). Prendre le Sentier à gauche S1 (S2 court) qui fait le tour du mamelon et rejoint la Piste à l'Aire de Pause (Panneau) qui s'élève à flanc puis en deux séries d'épingles jusqu'à l'Etang d'Areau (prononcer "Aréou"). Au niveau du Refuge Forestier prendre le sentier assez bien marqué S23 à gauche, la pente importante mais raisonnable au départ se redresse nettement ensuite, on arrive toutefois rapidement au **FR-09-1960 Col de Courbe** (belle vue).

Suivre sur la droite la ligne de crête HS1-2, au bout de quelques dizaines de mètres on retrouve un sentier peu marqué S1-2 qui contourne l'Etang et retrouve rapidement la piste dans les épingles.

[Tapez ici]

Continuer jusqu'au prochaines épingles, au niveau de la cabane prendre à droite le sentier S1-2 en direction de **FR-09-1995 Couret des Etangs** puis à gauche le sentier bien marqué S1-2 qui rejoint la **FR-09-1998a Bouche d'Aula**, prendre alors la sente à gauche S2-3 qui permet de rejoindre peu avant une épingle la piste qui passe à l'Etang de Prat Matau avant de rejoindre le **FR-09-2260a Port d'Aula** (Borne Frontière). Retour par le même chemin hormis les cols en plus : c'est la piste R1 puis le goudron.

Variante longue V04a : retour par le Port de Salau

Départ de Couflens pour ne pas trop allonger le temps de parcours.

Au Port d'Aula basculer coté Espagne et suivre à flanc le sentier peu cyclable qui rejoint **FR-09-2087 Port de Salau** (Ruines de l'ancienne station du téléphérique qui transportait du bois coupé de la forêt de Bonabé pour la râperie de Salau). Repasser en France et suivre le Sentier Balisé GRT57. La descente est assez technique plutôt S2 (Passages S1 en fonction du niveau et des zones). Après avoir traversé le Salat (gué) on retrouve la piste de l'Artigue vers 1240m, puis au niveau du Parking des Peyrots on retrouve la route goudronnée. Suivre alors le cours du Salat, traverser le village de Salau puis Couflens.