

Coume Lounque



(@TPM)



De l'Office de Tourisme au balcon panoramique de La Mongie.

Le sentier démarre au cœur du village, devant l'Office de Tourisme de La Mongie (environ 1 800 m d'altitude), au pied du domaine du Grand Tourmalet. La montée emprunte un chemin large et bien tracé qui grimpe régulièrement à travers les estives, offrant très vite une vue dégagée sur les sommets environnants et sur le col du Tourmalet.

Le parcours suit l'axe du télésiège Panoramic jusqu'à son arrivée à près de 2 360 m d'altitude. Ce belvédère est l'un des plus beaux points de vue du secteur : un panorama à 360° s'ouvre sur la chaîne des Pyrénées, avec le Pic du Midi de Bigorre et son observatoire en ligne de mire, ainsi que sur les sommets voisins du massif du Néouvielle.

Infos pratiques

Pratique : A Pied

Durée : 3 h 30

Longueur : 10.2 km

Dénivelé positif : 625 m

Difficulté : Moyen

Type : Boucle

Thèmes : Col et Sommets, Point de vue et paysages

Le retour se fait en boucle par le vallon de Coume Lounque, une descente plus sauvage à travers les pâturages d'altitude, ponctuée d'affleurements rocheux et, avec un peu de chance, de marmottes. Le chemin rejoint progressivement le bas des pistes pour retrouver le village de La Mongie et l'Office de Tourisme, point de départ et d'arrivée de la balade.

Itinéraire

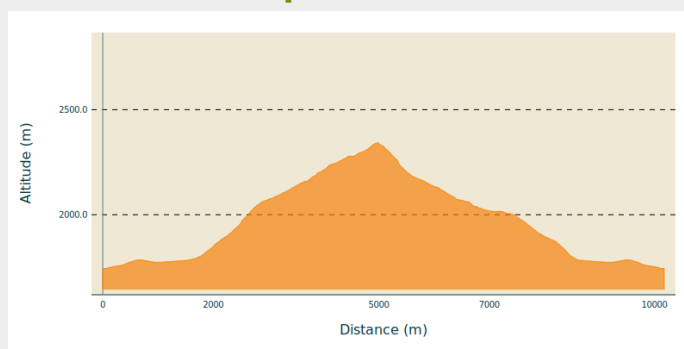
Départ : Office de Tourisme de La Mongie

Arrivée : Office de Tourisme de La Mongie

Balisage :  PR

Communes : 1. Bagnères-de-Bigorre

Profil altimétrique



Altitude min 1743 m Altitude max 2342 m

1. Devant l'office de tourisme, prendre à gauche en face de la billetterie du Pic du Midi puis passer à côté de la gare du téléphérique.
2. Suivre le balisage en remontant le vallon en passant devant le télésiège de Pourteilh.
3. Remonter encore en direction du Tourmalet en passant devant le télésiège Panoramic.
4. Après quelques lacets vous arrivez à 2360m en haut du télésiège. Il vous faut alors descendre le vallon de Coume Lounque.
5. Redescendre vers la droite.
6. Récupérer le sentier sur la gauche pour revenir au point de départ.

This topographic map illustrates a hiking route in the Tourmalet region. The red line represents the trail, starting at point 1 near 'la Mongie' and ending at point 6 near 'Adou'. The route passes through 'la Mongie-Tourmalet', 'Boucle du Capéra', and 'Col du Pic d'Espade'. Key geographical features include 'Pic d'Espade' (2467m), 'Col du Pic d'Espade' (2358m), and 'Col du Tourmalet' (2122m). The map also shows various streams like 'Hount Barrade' and 'Hount des Liz', and a scale bar for 300 meters.

Toutes les informations pratiques

Chien autorisé

Sur cet itinéraire, les chiens sont autorisés mais doivent être tenus en laisse.

Zone pastorale

Cet itinéraire se situe dans une zone pastorale. Vous êtes donc sur le territoire des troupeaux de vaches et de brebis, et pas l'inverse. Pour rappel, vous devez garder vos distances avec les troupeaux et votre chien doit être tenu en laisse. Une signalétique rappelle la conduite à tenir dans ces zones.

Recommandations

Equipement nécessaire:

La randonnée nécessite un minimum de matériel. Vous trouverez une liste ci dessous de nos indispensables (source ffrandonnee.fr):

- une paire de chaussure adaptée à votre pratique,
 - un chapeau, important pour se protéger en cas de soleil,
 - un sac à dos avec une gourde d'eau,
 - une polaire et/ou coupe-vent en fonction des températures que vous risquez de rencontrer,
 - une boussole et une carte, utiles en cas de brouillard,
 - trousse de secours avec des pansements afin de lutter contre les ampoules au pied et une couverture de survie,
 - un appareil photo ou votre téléphone pour garder un souvenir de l'excursion.
- Pensez à emmener une batterie de recharge.

Préparation physique:

Comme toute activité physique, il est fortement recommandé d'effectuer quelques échauffements afin d'éviter les blessures ; chevilles, genoux, hanches, épaules et cou doivent être mobilisés.

Période de praticabilité :

Itinéraire à n'entreprendre qu'en l'absence de neige (en saison estivale)
Pensez à consulter la météo avant toute sortie et vous renseigner auprès de l'Office de Tourisme.

Comment venir ?

Parking conseillé

Parking P1 à l'entrée de La Mongie

i Lieux de renseignement

Office de Tourisme Tourmalet - Pic du Midi Bagnères-de-Bigorre

3, allées Tournefort, 65200 BAGNERES-DE-BIGORRE

info@tourmaletpicdumidi.fr

Tel : 05 62 95 50 71

<https://www.tourmaletpicdumidi.fr/>



Office de Tourisme Tourmalet - Pic du Midi La Mongie

info@tourmaletpicdumidi.fr

Tel : 05 62 95 50 71

https://www.tourmaletpicdumidi.fr



Accessibilité :

1.