0h00 Point d'information à l'extrémité du barrage. Prendre le sentier balisé qui monte à gauche de l'hôtel des Bones Hornes

0h28 Bifurcation (2143m), prendre à gauche vers le Puig Carlit. Un peu plus haut on laisse sur la gauche l'étang noir

0h35 Vers 2180m, on apercoit le Carlit à O/NO

0h37 Etang de la Coumasse (2160m). Un peu plus loin on dépasse l'étang Sec

0h42 Continuer sur la boucle des étangs du Carlit

0h56 Etang Bailleul à droite (2220m) . Un peu plus loin en contre bas à gauche on découvre l'étang Long

1h20 Vers 2350m on laisse sur la droite les étangs de Trebens et de Sibirans

1h38 Vers 2440m la grimpette débute réellement !!

2h00 A **2598m** c'est le **dernier petit étang**, face à vous la masse imposante du Carlit. La montée s'annonce ardue !

2h25 Stèle (2765m) à la mémoire du poète catalan Vicent Andrés Estellés

2h45 Carlit (2921m) .
Redescendre jusqu'au petit col (à gauche c'est la sente qui file vers l'étang du Lanoux).
Monter hors sentier face à vous au N/E le Carlit de Baix
Attention : ce retour est difficile avec des passages exposés, seul les randonneurs très aguerris pourront l'emprunter, les autres redescendront par le même itinéraire.

2h57 Vers 2850m, panorama sur l'étang du Lanoux et la vallée de la Grave .
Attention : Quelques mètres plus loin la descente à droite de la brèche est délicate et la plus grande prudence s'impose.

3h10 Fin de la descente dangereuse GPS = 31T 0412530/471379, on file hors sentier à E/NE vers le Carlit de Baix

3h12 Vers 2760m, une brèche permet de descendre vers l'étang du Lanoux

3h25 Carlit de Baix (2806m), GPS = 31T 0412862/4713897, descendre et continuer au Nord par une sente bien marquée, on trouve d'anciennes balises rouges

3h35 Brèche (2760m) GPS = 31T 0412842/4714071. On suit les anciennes balises rouges

3h37 Brèche (2755m) GPS = 31T0412855/471414

3h45 Orry en pierres sèches et **puig de Sobirans** (2783m). On file vers la crête qui nous fait face

3h48 Brèche, GPS= 31T 0413221/4714414 qui donne encore accès à l'étang du Lanoux par une sente bien marquée.

3h55 Stèle dédiée à Olivier Fornés décédé accidentellement en 1983. Continuer sur un large

plateau herbeux au N/O

4h02 **Promontoire** exceptionnel à (2804m) sur l'étang du Lanoux et la vallée de la Grave

4h07 On dépasse un **brise vent** (2780m). A gauche au N/E c'est la chaîne des Puig Pérics

4h12 **Cairn et brise vent** (2780m), on continue sur la crête en s'aidant des balises rouges

4h22 **Cairn sur un large plateau herbeux (**2720m), GPS = 31T 0413995/4715070. Il faut maintenant amorcer la descente.

4h30 **Promontoire** repéré par un cairn (2660m) et formidable panorama sur tous les lacs des Bouillouses

4h45 On chemine sur la **crête de Quarz de Castella** avec la vallée de la Grave à gauche

4h55 GPS = 31T 0415223/4715243 (2490m), en contrebas au Sud s'étalent les étangs des Bouillouses, on continue sur le fil vers le point **IGN côté 2412.** Reste ensuite à descendre au mieux vers l'estany de les Dugues

5h40 **Torrent des étangs Trebens et Castella** (2240m) qui se jette dans l'étang des Dougnes. Longer l'étang par la droite pour arriver au panneau directionnel "Les Bouillouses". Il ne reste plus qu'à redescendre tranquillement

6h10 **Etang du Vivier** (2137m) et 300m plus loin on retrouve la bifurcation à 2143m

6h35 **Hôtel des Bones Hornes** et point d'information