

**oH00** **Départ du Pla de Mounégou (1963m)**. Prendre le **GR7B** (balisage rouge et blanc) direction **sud**.

**oH07** Après le plat herbeux, on arrive à une bifurcation (2030m), GPS = 31T 0416659//4730574 et panneau "Pic de Tarbesou".

Laisser le **GR7** qui part à gauche et la piste à droite pour monter tout droit au O//SO vers les **crêtes du Tarbésou**. Cette sente nous amène sur la **crête du Mounégou** que l'on suit au SO en admirant le panorama sur l'Ariège et ses sommets.

**1H00** **Cairn (2275m)**, GPS = 31T 0415774//4729863. Monter vers le sommet.

**1H10** **Pic du Tarbésou (2364m)**.

Descendre un peu plus bas (2340m) pour jouir d'un superbe point de vue sur les étangs Noir et Bleu en contrebas. Remonter quelques mètres (2345m), GPS = 31T 0415737//4729482 et descendre hors sentier à l'Ouest, (descente raide).

**1H15** **Vers 2280m**, en contrebas à droite se sont les 2 étangs Bauzeille (1955m).

Rejoindre et cheminer ensuite sur la crête du **Sarrat des Escales**.

Le superbe sentier file en suivant la ligne de crête en nous offrant des paysages saisissants. Sur notre gauche en contrebas, on passe **l'étang Noir**, puis **l'étang Bleu**.

**1H25** **Petit sommet (2172m)**. La sente redescend vers "**la Sarrat de Cabensa**".

**2H30** **Petit col (2154m)** sous "le roc de Bragues". La sente plonge à gauche au S//SE pour rejoindre le **GR7B** au niveau d'un col. A droite c'est le petit étang de Bragues. Suivre le **GR7B** qui file maintenant au Nord.

**3H10** **Étang Bleu (1920m)** et endroit idyllique pour faire une pause. Longer **l'étang Bleu** par la droite puis remonter en direction du déversoir de l'étang Noir.

**3H30** **Étang Noir (1980m)**. Longer **l'étang Noir** (**GR 7B**) par la droite en restant en hauteur.

Après **l'étang Noir**, le sentier traverse un replat très humide. On entame enfin la rude montée jusqu'au **Col de la Coumeille de l'Ours (2150m)**.

**4H15** **Col de la Coumeille de l'Ours (2150m)**. Descendre le **GR7B** direction **nord** et rejoindre notre intersection de l'aller au point, GPS = 31T 0416659//4730574 et panneau "Pic de Tarbesou". Reprendre la piste herbeuse vers la D25.

**5H00** **Pla de Mounégou**.