

21 Lac de Cestrède, 1962 m, et Lac d'Antarrouyes, 2009 m

4 h 15

Une charmante vallée d'altitude au pied du sommet du Cestrède

La Vallée de Cestrède supérieure est une très longue vallée entourée de murailles formant une cuvette. À l'entrée de la vallée d'altitude, le Lac de Cestrède s'étale dans un endroit idyllique au milieu de grandes prairies marécageuses dans lesquelles le ruisseau de montagne du même nom forme de nombreuses ramifications. Le Lac d'Antarrouyes voisin se cache derrière un autre bassin de granite situé plus haut.

Localité dans la vallée : Gèdre, 1011 m.

Départ : Parking au bout du chemin carrossable dans la Vallée de Cestrède, 1436 m. Accés depuis Gèdre : prenez, à la sortie sud du village dans le virage en épingle à cheveux, la direction « Ayruès » à droite, continuez après la bourgade jusqu'au bout par un bon chemin carross-

sable.

Dénivelée : 573 m.

Difficulté : Randonnée avec des montées en majorité rudes sur des chemins visibles ; passage légèrement exposé vers le Lac d'Antarrouyes.

Balisage : GR par endroits, cairns.

Restauration : Gèdre.

Prenez au **parking (1)** le chemin de gauche qui conduit entre autres destinations au Lac de Cestrède. Il tombe rapidement sur le **GR 10 (2)**, 1540 m, venant de Trimbareilles que vous suivez sur la droite. Tout en admirant les belles cascades dans la cuvette, montez vers la vallée par des prairies en pente jusqu'à l'embranchement avant un petit bois où le GR bifurque maintenant à gauche vers le Plateau de Saugué. Continuez à droite vers une cascade enjambée par un pont en béton. Juste après, le chemin se divise à nouveau. Prenez ici à nouveau à droite à travers des prairies en pente. Après un petit bois, le chemin sinue jusqu'à hauteur de la large cascade. La série suivante de lacets escarpés vous amène à une bifurcation (le sentier de droite

mène à un tunnel rocheux) où vous prenez à gauche. Traversez la pente vers le sud, puis après un lacet serré, vous arrivez à un replat de la vallée où se rejoignent les deux voies d'écoulement du lac avant de se jeter dans la Cascade de Soutarra que vous venez de dépasser. Entre la jonction des ruisseaux et la cascade, l'eau disparaît provisoirement. Dans le lit du ruisseau, vous pouvez voir un petit mur de régulation et, devant vous, la cascade du Lac d'Antarrouyes. Descendez maintenant légèrement jusqu'au ruisseau du Lac de Cestrède en passant par des blocs de granite, des rhododendrons ferrugineux et des fougères. À gauche du torrent, le chemin remonte le versant sur du granite, change de berge par la passerelle puis arrive au haut plateau longiligne où s'étale le **Lac de Cestrède (3)**, 1962 m. Pour vous rendre au Lac d'Antarrouyes, bifurquez au bout du plan d'eau sur un chemin de prairie au début invisible sur la droite puis contournez une colline qui masque la Cabane de Cestrède. À côté de la cabane, prenez le sentier vers l'est qui passe devant un pluviomètre. Le chemin s'étire ensuite par de petites collines de granite, redescend, se redresse brièvement puis passe dans une vire partiellement exposée en bordure de versants de prairie tombant à pic. Par temps de pluie, soyez prudent sur ce passage !

Dans la Vallée de Cestrède.

À proximité de la cascade, vous arrivez au **Lac d'Antarrouyes (4)** qui s'étale à 2009 m d'altitude.

