

# Sentier de Friquet

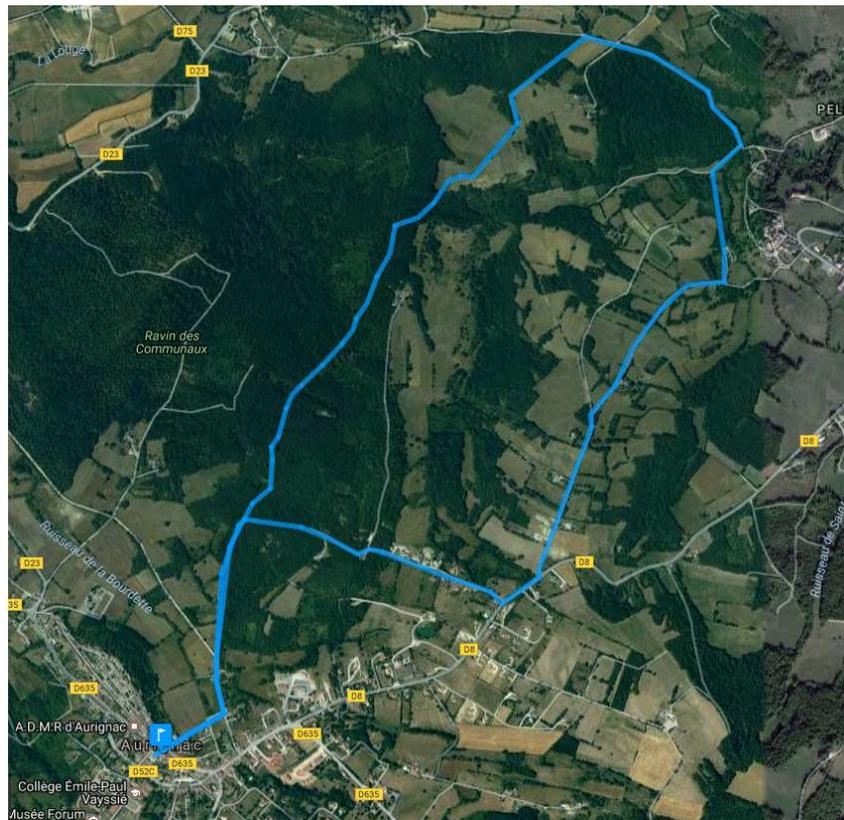
Départ d'AURIGNAC



Style du circuit : **A la campagne \ Forêt \ Randonnée**

Difficulté : **2h 30m**

Distance : **7.8 km** 461 m 334 m -336 m



## Description du sentier

Ce sentier se parcourt dans le sens des aiguilles d'une montre.

Depuis la place de la mairie, engagez-vous dans la rue St Michel puis aussitôt à gauche, sous la porte de Benque. Descendez jusqu'à l'ancien abattoir, passez devant. Prenez alors le chemin de droite dans le bois où débute le sentier.

Suivez le chemin jusqu'au troisième croisement, (sur la gauche vous pouvez rejoindre le sentier du Patrimoine), continuez tout droit et suivez les marques jaunes. Vous longez alors une zone de palombières. Amusez-vous à la chercher des yeux, nichée dans les hauteurs des arbres. Lorsque vous arrivez à une deuxième fourche prenez le chemin de droite qui descend, bordé de part et d'autre d'une haie (profitez de la très jolie vue à votre droite sur Montoulieu), jusqu'à une petite route goudronnée que vous empruntez par la gauche. Cent mètres plus loin, prenez à droite (également emprunté par le sentier du Patrimoine) par le chemin blanc (panorama). Au bout de ce chemin blanc, (le Patrimoine continue vers la gauche) tournez à droite, longez le petit ruisseau, remontez, puis tournez à gauche avant la métairie. Laissez le petit gué sur votre gauche, puis la pisciculture et remontez vers la cascade de la Piche (296m). Profitez-en pour vous rafraîchir avant de revenir sur vos pas pour attaquer la rude montée vers Guilhot (404 m). Ne manquez pas de vous retourner pour profiter du joli panorama sur Montoulieu et Benque plus à gauche. Tournez à gauche sur le chemin goudronné puis une première fois à droite au niveau de la route D.10, que vous empruntez sur une centaine de mètres pour la quitter en tournant une deuxième fois à droite. Poursuivez jusqu'au pylône. Passez au pied de ce dernier puis descendez tout droit le sentier empierré que vous quittez dans le virage (panorama sur les Pyrénées) pour continuer par le chemin en herbe dans les bois jusqu'à un carrefour marqué d'une croix blanche. Descendez à gauche. Vous êtes alors sur le sentier que vous avez emprunté au départ de votre randonnée. Au sortir du bois, remontez sur Aurignac par la porte de Benque.

## Trail description

*This trail runs in a clockwise direction.*

*From the Place de la Mairie, take the Rue St Michel and then immediately left under the door of Benque. Go down to the old slaughterhouse, go past. Then take the path on the right in the woods where the trail begins.*

*Follow the road to the third crossroads, (on the left you can reach the Heritage Trail), go straight ahead and follow the yellow marks. You then skirt a zone of palombières. Have fun looking for her, nestled in the heights of the trees. When you reach a second fork take the path on the right which descends, bordered on both sides of a hedge (take advantage of the very nice view to your right on Montoulieu), to a small paved road that you take By the left. A hundred meters further, turn right (also taken by the Heritage Trail) by the white path (panorama). At the end of this white road, (the Patrimoine continues to the left) turn right, go along the small stream, go up, then turn left before the farm. Leave the ford on your left, then the fish farm and go up to the waterfall of the Piche (296m). Take the opportunity to refresh yourself before you retrace your steps to attack the rugged climb to Guilhot (404 m). Do not miss to return to enjoy the beautiful panorama on Montoulieu and Benque more left. Turn left on the paved road and then first right at the road D.10, which you take on a hundred meters to leave it by turning a second time on the right. Continue to the pylon. Go to the foot of the latter then go straight down the stony path that you leave in the turn (panorama on the Pyrenees) to continue by the path in grass in the woods to a crossroad marked with a white cross. Go down to the left. You are then on the trail you have taken at the start of your hike. At the exit of the wood, rise on Aurignac by the door of Benque.*