

Le Pic de Nore



Une randonnée proposée par P.O Express

Une randonnée fantastique au départ du Lac de Pradelles-Cabardès menant au Pic de Nore, plus haut sommet de la Montagne Noire et son 360° époustouflant allant de l'Hérault au Tarn en passant par l'Aude, les Pyrénées Orientales, l'Ariège et la Haute Garonne.



Randonnée n°21777099

Durée :	4h30	Difficulté :	Moyenne
Distance :	11.44km	Retour point de départ :	Oui
Dénivelé positif :	436m	Activité :	A pied
Dénivelé négatif :	436m	Régions :	Massif central, Montagne noire
Point haut :	1200m	Commune :	Pradelles-Cabardès (11380)
Point bas :	769m		

Description

Se garer sur le parking du camping du Lac de Pradelles.

(D/A) Rejoindre le Lac, et longer ce dernier en rive Sud jusqu'à rejoindre le GR®36.

(1) Prendre le GR®36 sur la gauche et rejoindre la route D112.

(2) Monter dans le village de Pradelles, dépasser l'église (inscrite aux Monuments Historiques) et prendre le GR®36 sur la droite. Plus haut, rester sur le balisage Rouge et Blanc en prenant à droite à l'intersection.

(3) Traverser le Rec de Cuin et monter progressivement jusqu'à atteindre le Roquo d'Astié.

(4) Profiter du magnifique panorama qui s'offre à vous et continuer à monter jusqu'à la route D87.

(5) Traverser la route pour prendre le sentier en face et plus loin, couper une nouvelle fois la D87 en prenant le sentier qui monte jusqu'au Pic de Nore.

(6) Somptueux panorama à 360° avec des tables d'orientation vous indiquant les sommets visibles.

Prendre le petit sentier (non balisé) qui descend au niveau de la 1^{re} table d'orientation.

Vous retrouvez la route D87.

(7) Traverser la route et prendre la piste qui part complètement à droite (toujours pas de balisage, mais l'itinéraire est évident). Plus loin, rejoindre une piste.

(8) Prendre cette dernière sur la droite jusqu'à ce qu'elle se termine (le balisage Jaune fait son apparition).

(9) Descendre quelques mètres avant de prendre le sentier sur la droite. Suivre l'itinéraire de la Cabane d'Hélène qui vous conduit, plus loin à une intersection.

(10) Laisser l'itinéraire Menhir partir en face afin de prendre celui de la Cabane d'Hélène sur la gauche.

Après une centaine de mètres de dénivelé en descente plein Sud, vous rejoignez la Cabane d'Hélène.

Points de passages

D/A - Lac de Pradelles

N 43.401925° / E 2.440417° - alt. 782m - km 0

1 Intersection et GR36

N 43.402072° / E 2.443847° - alt. 778m - km 0.28

2 Route D112

N 43.407464° / E 2.445999° - alt. 814m - km 0.94

3 Intersection - Arnette (rivière) - Affluent du Thoré

N 43.411754° / E 2.447676° - alt. 837m - km 1.5

4 Roquo d'Astié

N 43.414795° / E 2.457098° - alt. 1057m - km 2.76

5 Route D87

N 43.418813° / E 2.461421° - alt. 1107m - km 3.35

6 - Pic de Nore (1211m)

N 43.424246° / E 2.463346° - alt. 1200m - km 4.06

7 Route D87

N 43.421442° / E 2.463223° - alt. 1143m - km 4.4

8 Piste

N 43.422007° / E 2.457328° - alt. 1090m - km 4.9

9 Fin de piste. Balisage Jaune

N 43.421144° / E 2.44752° - alt. 1044m - km 6.14

10 Intersection d'itinéraires

N 43.422573° / E 2.440506° - alt. 1032m - km 6.8

11 Cabane d'Hélène

N 43.419427° / E 2.440352° - alt. 967m - km 7.18

12 Intersection Route D87 - Cote de Pech

N 43.408345° / E 2.441913° - alt. 852m - km 8.71

D/A Lac de Pradelles

N 43.401919° / E 2.440408° - alt. 782m - km 11.44

(11) Continuer de descendre et retrouver la route D87 que vous prendrez sur la droite.

Poursuivre environ 250 m avant d'arriver à un croisement.

(12) Prendre complètement à gauche par Côte de Pech. Retrouver l'église et regagner la route D112.

(2) Cette fois-ci, prendre la route à gauche sur quelque mètres avant de prendre la route à droite qui devient piste quelques mètres après. Vous êtes de nouveau sur le GR® 36.

Dépasser l'Ancienne Glacière avant de prendre la piste à droite, à l'intersection.

Traverser l'Arnette et poursuivre sur le GR® 36 jusqu'à retrouver la toute première intersection.

(1) Il ne vous reste plus qu'à longer de nouveau le Lac afin de terminer votre randonnée (D/A)

Informations pratiques

Vous pouvez retrouver cette randonnée en vidéo sur le lien suivant <https://www.youtube.com/watch?v=k1JT7XQE...>

La grande Cabane d'Hélène au point (11) permettra de s'abriter en cas d'intempéries.

A proximité

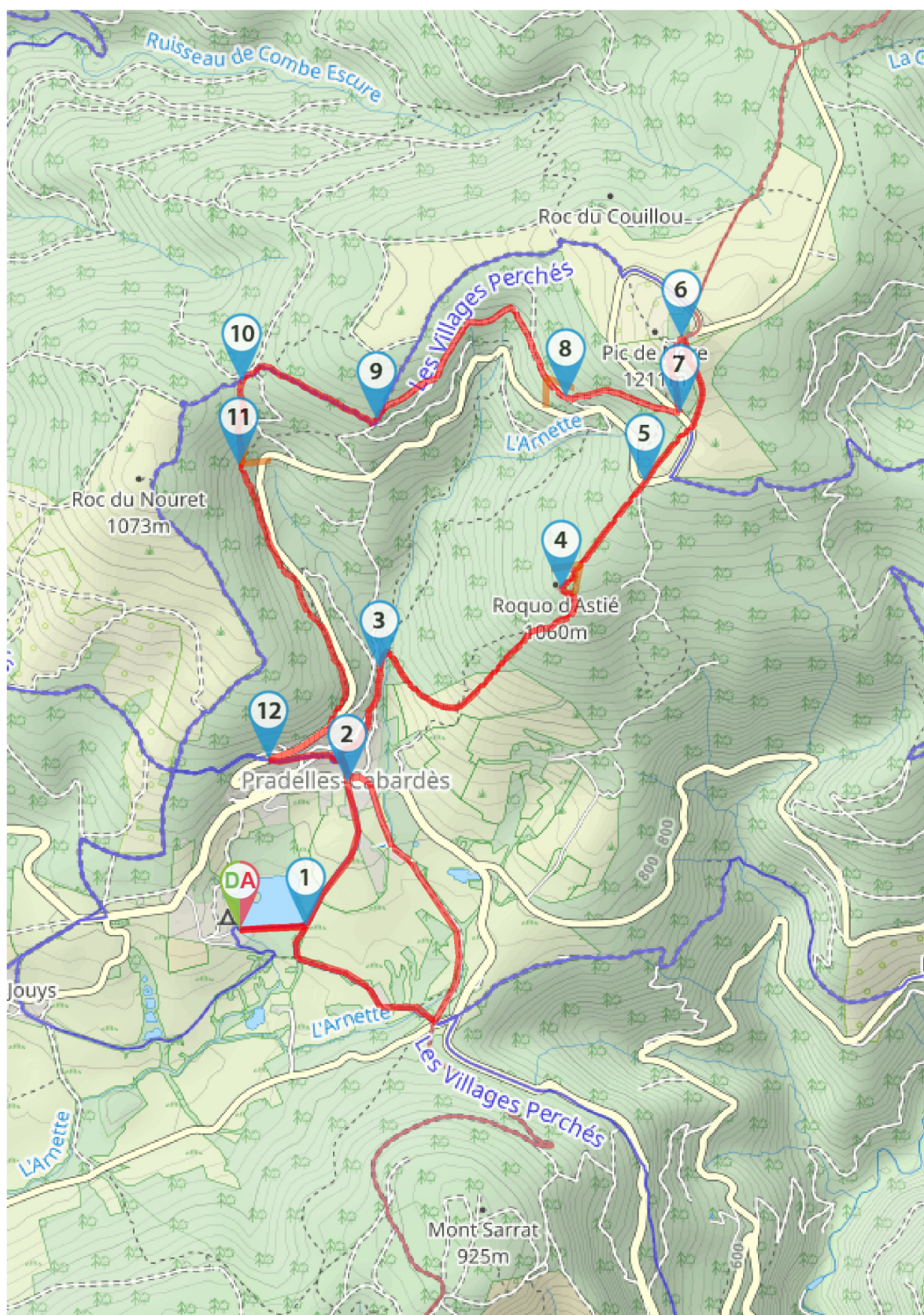
Possibilité de réaliser également Le Sentier des Glacières.

Possibilité, Au Pic de Nore, de poursuivre le GR® 36 puis le GR® 7 afin d'atteindre le tripoint (Hérault/Aude/Tarn) à la Fontaine des Trois Évêques à proximité du Roc de Peyremaux

Gouffre de Cabrespine à une dizaine de kilomètres de Pradelles-Cabardès.

Donnez-nous votre avis sur : <https://www.visorando.com/randonnee-le-pic-de-nore/-9>

Téléchargez l'application Visorando pour suivre cette randonnée



↑ N 1km
All maps © CC-BY-SA OpenStreetMap contributors

Visorando et l'auteur de cette fiche ne pourront pas être tenus responsables en cas d'accident survenu sur ce circuit.

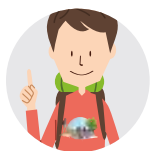


Visorando
Préparer et partager ses randos

LA CHARTE

du *visor* randonneur

Préparation de sa randonnée



BIEN CHOISIR SA RANDONNÉE

en fonction de sa durée, et de sa difficulté, en fonction de ses compétences et de sa condition physique.



CONSULTER LA MÉTÉO

et se renseigner sur les particularités du site : neige, température, horaires et coefficient des marées, vent, risque d'incendie...



S'ÉQUIPER EN CONSÉQUENCE

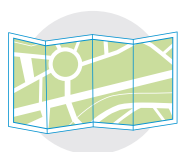
équipement particulier, moyen d'alerte, trousse à pharmacie, vêtements... et prendre de quoi boire et s'alimenter.



PRÉVENIR

au moins une personne du projet de randonnée.

Comportement pendant la randonnée



RESTER SUR LES SENTIERS

(sauf cas exceptionnel).



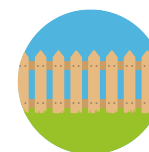
RESPECTER

les cultures et les prairies, ne pas cueillir ou ramasser les fruits.



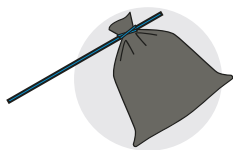
RESPECTER LES INTERDICTIONS

propres au site : ne pas cueillir, ne pas faire de feu, ne pas camper...



REFERMER

les clôtures et barrières après les avoir ouvertes, demeurer prudent en cas de troupeau et s'en écarter.



RAMENER SES DÉCHETS

ne pas laisser de traces de son passage.



ÊTRE DISCRET

respectueux et courtois vis à vis des autres usagers.



GARDER LA MAÎTRISE DE SON CHIEN

le tenir attaché, l'avoir auprès de soi à chaque croisement d'autres usagers, pouvoir le rappeler à tout moment. Randonner avec son chien est à proscrire en présence de troupeaux.



LA NATURE EST UN MILIEU VIVANT

qui évolue avec le temps, randonner c'est partir à l'aventure avec les risques qui y sont liés. Savoir renoncer et faire demi-tour est aussi un geste responsable.

Qu'il soit privé ou public, vous randonnez toujours sur un terrain ne vous appartenant pas, particulièrement s'il est privé, les propriétaires autorisent (généreusement, gracieusement ou aimablement) le passage.

Merci de ne pas poursuivre en justice en cas d'accident ceux chez qui vous randonnez au risque de se voir interdire ce loisir; mais vous pouvez signaler tout risque rencontré.