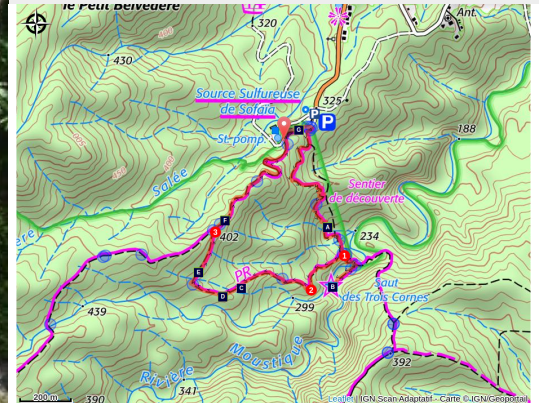


Boucle de Sofaïa / Trois Cornes

Basse-Terre Nord



Saut des Trois Cornes



Une boucle assez facile qui permet de découvrir la forêt tropicale, en passant par le Saut des Trois Cornes. Une douche sulfureuse en plein air vous attend à l'arrivée !

Infos pratiques

Pratique : Pédestre

Durée : 2 h

Longueur : 3.2 km

Dénivelé positif : 179 m

Difficulté : Facile

Type : Boucle

Thèmes : Rivière et cascade, Zone de détente

Itinéraire

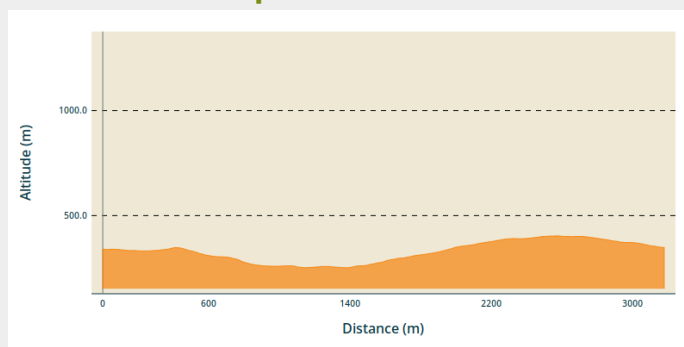
Départ : Site des sources chaudes de Sofaïa

Arrivée : Site des sources chaudes de Sofaïa

Balisage : — PR

Communes : 1. Sainte-Rose

Profil altimétrique



Altitude min 252 m Altitude max 404 m

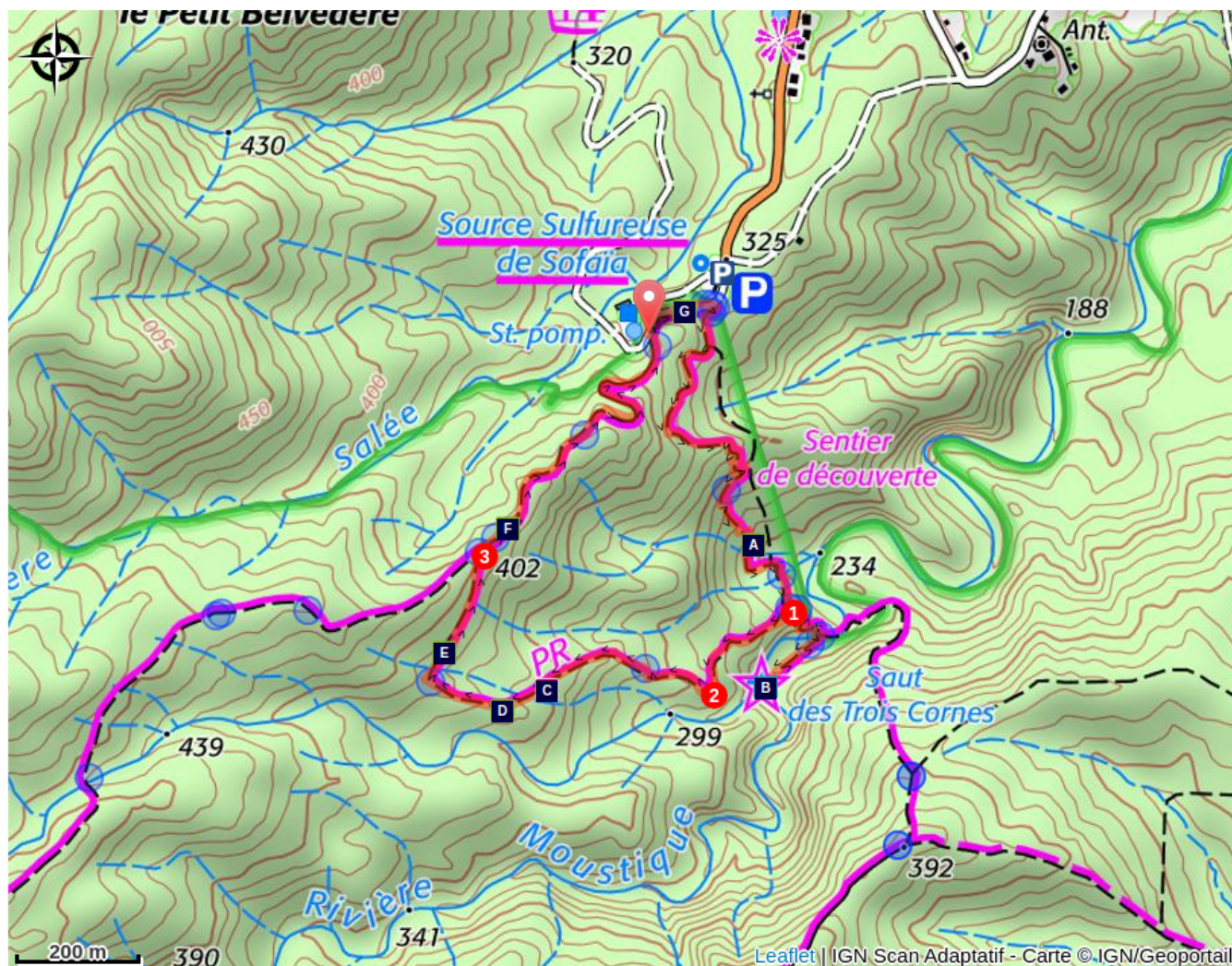
Balisage randonnée : jaune.

Prendre le sentier à partir du panneau d'indication au départ de la randonnée, au fond du parking. La trace descend de façon régulière parmi les grands arbres de la forêt humide. Arriver au carrefour (point 1), continuer la descente pour rejoindre la rivière Moustique. La traverser prudemment, puis continuer en face en direction du Saut des Trois Cornes. Profiter de la tranquillité du lieu. Faire ensuite demi-tour. Revenir jusqu'au carrefour (point 1) et prendre vers l'ouest pour poursuivre sur le restant de la boucle.

Suivre les marquages de couleur jaune. Au petit carrefour suivant (point 2), prendre à droite. Monter régulièrement, jusqu'à atteindre le carrefour de liaison (point 3) [*lien avec la trace de "Baillargent / Belle Hôtesse" ou celle de "Tête Allègre"*]. Prendre à droite à ce carrefour et descendre ensuite jusqu'à rejoindre le site de Sofaïa. Possibilité de faire ensuite une halte aux douches en plein air, situées en contrebas du parking. Ces douches diffusent les eaux sulfureuses et chaudes de Sofaïa.

NB : l'ONF propose le "Sylvascope" sur le sentier d'interprétation. Ce visioguide permet de découvrir la forêt avec des devinettes liées à l'environnement. Des bornes le long du chemin correspondent à des stations. Récupérez les visioguides à la Sylvathèque ONF de Gourbeyre avant de vous rendre sur la randonnée (0590 81 37 57 ou 0590 99 28 99). Sinon l'appli Sylvascope est téléchargeable sur les stores Google Play et Apple.

Sur votre route...



-  Liane (A)
-  Roches (C)
-  "Bois bandé" (E)
-  Bambous (G)
-  Saut des Trois Cornes (B)
-  Gommier blanc (D)
-  Mahogany Petites Feuilles (F)

Toutes les informations pratiques

Recommandations

Attention, traversées de rivière. L'itinéraire peut être dangereux en cas de pluie. Ne pas s'y engager s'il a plu la veille ou si le mauvais temps est annoncé. En cas de montée des eaux, ne pas tenter de traverser la rivière, attendre la décrue.

En milieu naturel, la prudence et la vigilance doivent être multipliées, d'autant que la Guadeloupe est soumise à des risques naturels. Adopter un comportement responsable est indispensable pour que la randonnée reste un plaisir !

Se conformer aux informations relatives à la **qualité des eaux de baignade** affichées sur place par l'Agence régionale de Santé.

Attention : parking et baignade non surveillés.

Comment venir ?

Transports

En Guadeloupe, 2 applications pour le covoiturage :

Dépozé : <https://depoze.fr>

KAROS : <https://www.karos.fr>

Accès routier

Localisation GPS du point de départ : Lat : 16,03459 N - Long : 61,6701 W.

A Sainte-Rose : dans le bourg, prendre la route RD19 en direction de "Pont Canal / Sofaïa". Monter jusqu'à "Sofaïa", passer devant la petite chapelle et se rendre sur le site des sources chaudes de Sofaïa, au terminus de la route.

Parking conseillé

Parking du site des sources chaudes de Sofaïa

Accessibilité

Signalétique

Nouveau dispositif "balises de secours" en Guadeloupe (04.2025).

En vue de faciliter les opérations de recherche et de secours, l'ONF Guadeloupe a mis en place un dispositif de balises de secours sur plusieurs sentiers de randonnée.

Ce dispositif a pour objectif d'aider les randonneurs en difficulté à se localiser et d'améliorer l'action des secours grâce à un système de repérage standardisé. Les sentiers équipés de ces nouvelles balises sont : le Pas du Roy et le Chemin des Dames (zone Soufrière), Carmichaël et la Grande Découverte (Saint-Claude), le saut des Trois Cornes, ainsi que la boucle de Tête Allègre (Sainte-Rose).

i Lieux de renseignement

Maison du tourisme de Sainte-Rose

Place tricolore, 97115 Sainte-Rose

officedutourismest@orange.fr

Tel : 0590 20 20 48

<https://www.facebook.com/Office-de-Tourisme-de-Sainte-Rose-407285159444451/>



Office du tourisme intercommunal du Nord Basse-Terre

le bourg, 97126 Deshaies

contact@nordbasseterre.fr

Tel : 05 90 21 41 09 / 0590 01 01 06

<https://nordbasseterre.fr/>



Source

Rando Guadeloupe

<https://www.randoguadeloupe.gp/>

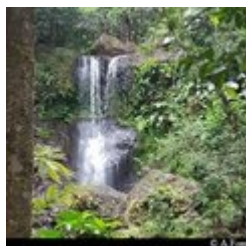
Sur votre route...



✿ Liane (A)

Une magnifique "liane à eau", visible non loin du chemin.

Crédit : Céline Lesponne / PNG



💧 Saut des Trois Cornes (B)

Le Saut des Trois Cornes avec sa belle cascade.

Crédit : PNG



👁️ Roches (C)

Grosse roche à la forme caractéristique. L'eau, principal agent d'érosion, agit mécaniquement sur les roches, entraînant un effet de polissage.

Cette roche a été baptisée "le rocher du dragon" par un club de randonneurs de la région.

Crédit : Céline Lesponne / PNG



✿ Gommier blanc (D)

Le Gommier blanc (*Dacryodes excelsa*) peut atteindre 35 mètres de hauteur. Son tronc et ses racines exsudent, quand ils sont blessés, une résine blanche à forte odeur de térébenthine qui est utilisée traditionnellement comme de l'encens ou pour allumer le feu car elle se consume lentement quelle que soit l'humidité ambiante. Elle aurait pour propriété de chasser les esprits.

Le tronc du gommier était utilisé par les amérindiens pour fabriquer les pirogues (kanawa) et encore aujourd'hui, pour confectionner les bateaux de pêche des populations côtières de nombreux pays tropicaux, dont la Dominique. Les graines de l'arbre sont appréciées des pigeons Ramiers.

Crédit : Emilie Savy / PNG



✿ "Bois bandé" (E)

Le Marbri (*Richeria grandis*) est de la famille des Euphorbiacées. C'est une essence de grande taille reconnaissable à ses feuilles coriaces et à son écorce brun rougeâtre. Ses fruits sont caractéristiques : ils forment de petites capsules ayant l'aspect de raisins verts, qui s'agglutinent en grand nombre sur les branches. Appelé aussi "*bois-bandé*", il est malheureusement trop souvent victime de prélèvements abusifs ; son écorce étant réputée pour ses propriétés aphrodisiaques. Son bois était aussi utilisé pour la construction de charpentes et en menuiserie.

Crédit : Fabien Salles / PNG



✿ Mahogany Petites Feuilles (F)

Le Mahogany Petites Feuilles (*Swietenia mahagoni*) est une espèce robuste originaire d'Ispagnola. Cet arbre de forêt sèche fut d'abord planté en ornement autour des habitations ; il s'est ensuite répandu ailleurs. Malgré son bois extraordinaire, il poussait trop lentement pour être utilisé dans les reboisements. Lorsqu'il a fallu régénérer et enrichir les forêts dégradées, c'est vers le Mahogany à grandes feuilles (*Swietenia macrophylla*) que se sont tournés les forestiers.

Crédit : Céline Lesponne / PNG



✿ Bambous (G)

Le bambou est une espèce envahissante en Guadeloupe, ayant colonisé les bords de routes et de rivières notamment. Un contrôle de l'expansion du bambou est préconisé sur certaines zones, voire son éradication localement. La régulation de cette espèce est très difficile, elle nécessite des inventaires précis et la mise au point de techniques d'intervention sans préjudice pour les espèces locales.

Crédit : Céline Lesponne / PNG
