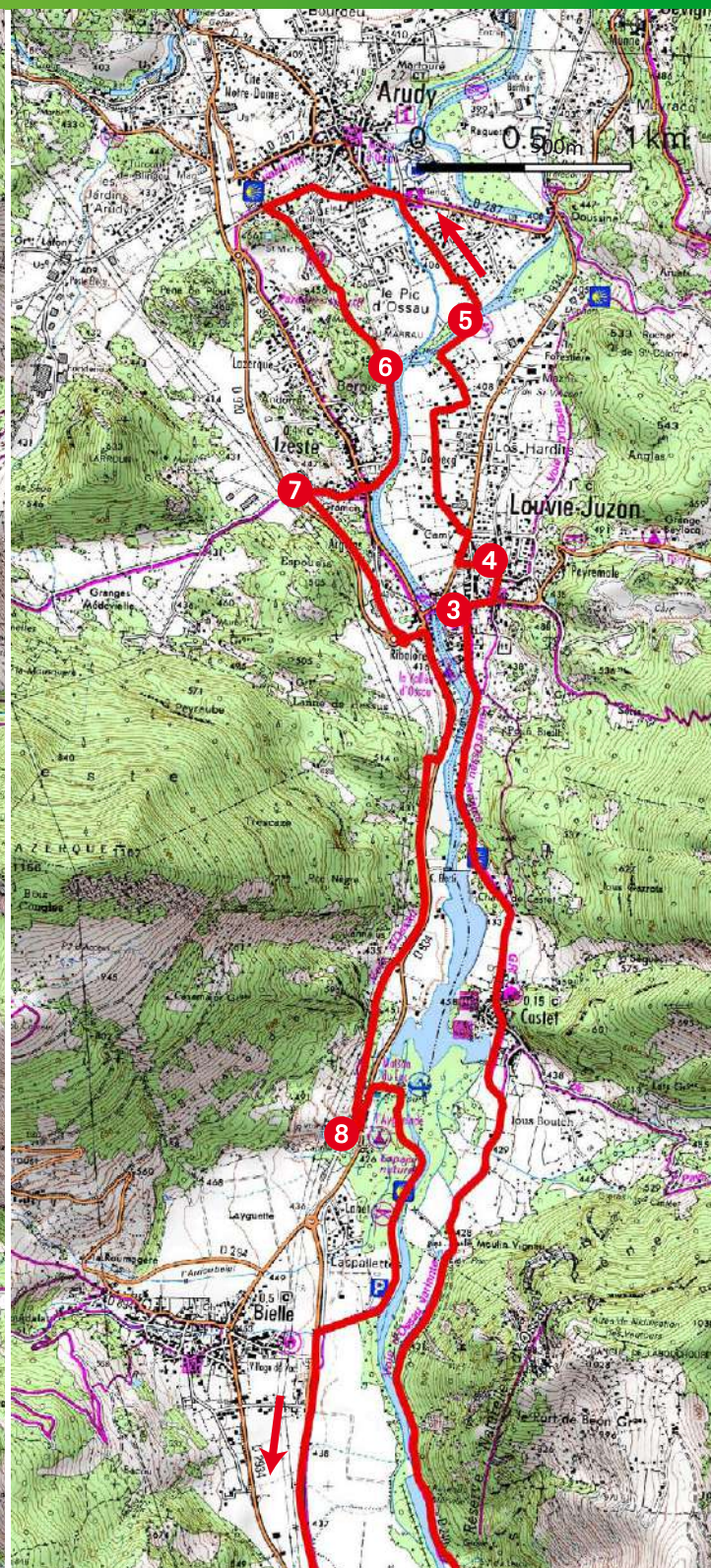
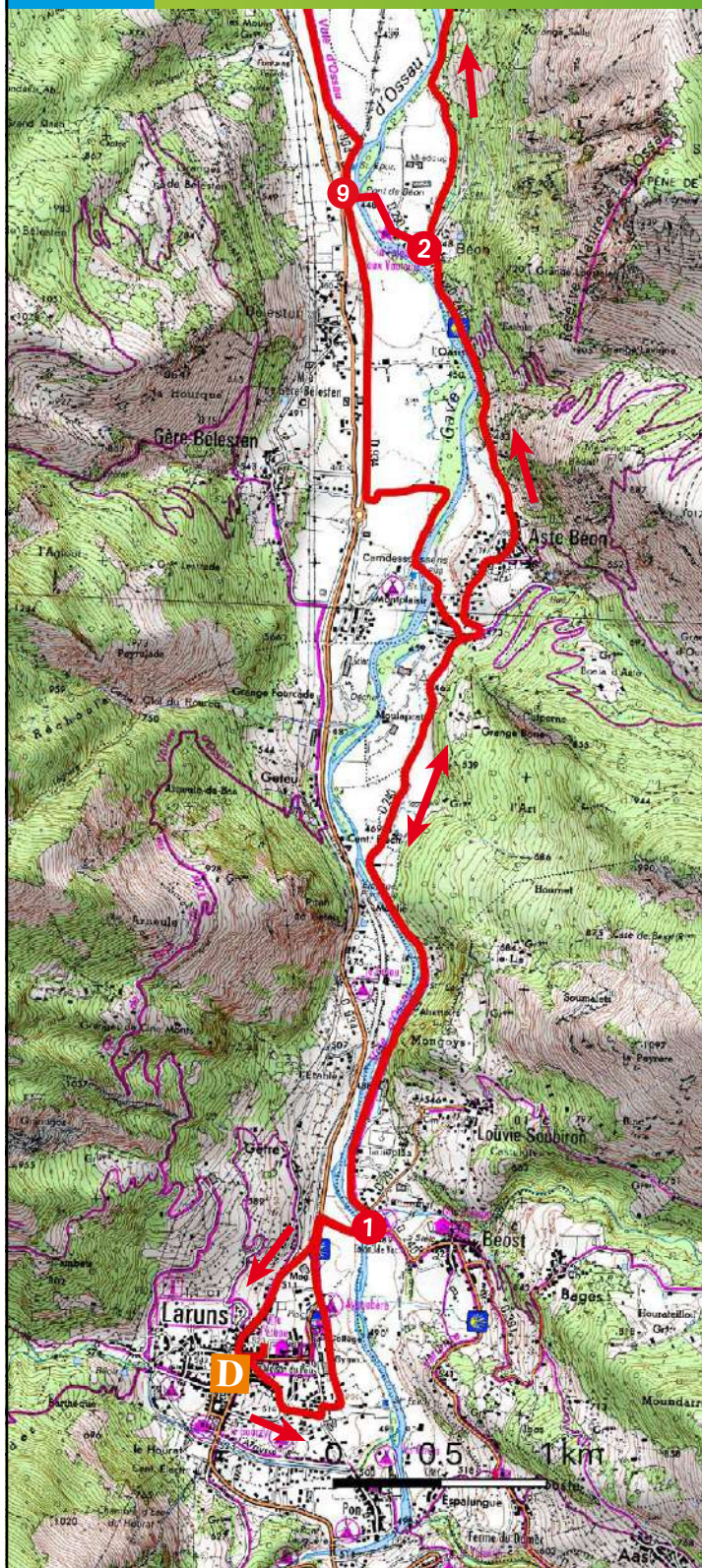


NIV
2

CIRCUIT N°3

Le gave d'Ossau Départ Laruns

Extrait de Carte 1 : 25 000 Institut géographique National



Programme réalisé par :

Communauté de Communes de la Vallée d'Ossau - 1 avenue des Pyrénées - 64 260 Arudy - 05 59 05 66 77
www.valleedossau-tourisme.com

Renseignements complémentaires auprès de :

l'Office de Tourisme de la Vallée d'Ossau Pyrénées
Bureau principal de Laruns - 05 59 05 31 41

Toute l'offre des sports de nature sur l'application mobile **Vallée d'Ossau Pyrénées**

A la découverte des villages ossalois par un tracé très roulant sans difficulté, sur des voies goudronnées peu fréquentées en rive droite, avec davantage de pistes en rive gauche.

D 709925 E - 4762766 N À Laruns, départ devant l'office de tourisme (place de la mairie). Prendre à gauche la rue du Bourgneuf Claa en laissant la mairie sur votre droite. Au carrefour de la croix, prendre la seconde sortie entre les deux impasses, puis au stop, à gauche et tout de suite à droite (impasse). 100m plus loin, tourner à gauche sur un chemin longeant l'ancienne gare et le collège. Après la piscine, prendre la D934 jusqu'au carrefour de Béost, tourner à droite et passer le pont sur le gave. Au rond-point tourner à gauche en prenant la D240.

1 710381 E - 4763346 N Suivre la D240, voie peu fréquentée jusqu'à Béon.

2 710304 E - 4767983 N Possibilité de couper pour la petite boucle sud en prenant à gauche dans le bourg pour rejoindre le gave et le point **9** ou continuer en direction de Castet, jusqu'à Louvie-Juzon.

3 710033 E - 4773626 N À Louvie-Juzon, prendre à droite sur la place du centre puis à gauche devant l'église (rue du général Peyrègne) et de nouveau à gauche sur la petite place Abadie.

4 710164 E - 4773829 N Rejoindre la route départementale, prendre à droite sur 150m puis à gauche le chemin Darré Camy. Il rejoint des lotissements récents et la rue de la Pachère que l'on prend vers la gauche pour atteindre une piste empierrée jusqu'à la passerelle permettant de franchir le gave d'Ossau.

5 709984 E - 4775036 N Le tracé décrit une large boucle dans Arudy, par la rue d'Anéou jusqu'à son croisement avec l'avenue des Pyrénées. Prendre à gauche et suivre la direction «Oloron». En haut de la côte, prendre à gauche vers le parcours sportif et les tennis puis, en longeant l'ancienne carrière et la piste de BMX, rejoindre ce parcours et le suivre jusqu'à la berge du gave.

6 709624 E - 4774752 N Prendre à droite vers la rue du moulin et suivez les pistes en bord de rivière jusqu'à la mairie d'Iseste que vous contournez. Traverser la route vers le parking et prendre la rue de Lazerque jusqu'au portail du cimetière. Prendre à gauche la portion de voie verte.

7 709263 E - 4774091 N Poursuivre jusqu'au rond-point de la D934. Traverser puis prendre en face l'ancienne route d'Ossau, en direction du camping. 300 m après ce dernier, trouver sur la droite une allée passant sous la départementale et, par une rampe, donne accès à une nouvelle portion de piste cyclable. Rouler sur cette allée rectiligne sur 1700m jusqu'à une petite voie goudronnée descendant vers le restaurant l'Ayguelade.

D Devant l'office de tourisme de Laruns

GPS WGS 84 UTM 30T
709925 E - 4762766 N



2 à 3h



33km et 14,8km
(petite boucle)



250m

★ À ne pas manquer

- Un parcours sur tout le fond de vallée de part et d'autre du gave.
- Les traversées de villages, les pistes sur les versants qui donnent envie d'aller voir le paysage de plus haut...

8 709709 E - 4771143 N Prendre à gauche sur la départementale. Après 100m, tourner à droite, passer le pont pour rejoindre la maison de l'espace naturel du lac de Castet. Tourner à droite sur la piste qui suit le gave jusqu'au parking. Continuer sur 200m et prendre à gauche la piste parallèle à la route.

9 709926 E - 4768163 N Au niveau du rond-point, traverser la route et prendre en face dans le sentier herbeux rejoignant une piste toujours parallèle à la route. A l'approche des bâtiments (garage), prendre à droite la piste en terre menant aux abords du gave puis traverser le cours d'eau par la passerelle.

10 710381 E - 4766476 N Suivre le sentier jusqu'au hameau de Moulaprat. Le traverser et rejoindre la D240 empruntée à l'aller jusqu'au point **1**.

1 710381 E - 4763346 N Tourner à droite et traverser le gave. Au stop tourner à gauche puis à droite pour remonter la rue du Bourguet qui vous mènera au point de départ.



Gave d'Ossau en amont du lac de Castet

Bien choisir votre randonnée VTT

Pour chaque itinéraire, vous trouverez des informations techniques et pratiques pour vous permettre de choisir votre randonnée :

Les niveaux de difficulté.

Les différentes boucles sont classées par ordre de difficulté défini par un code couleur suivant les recommandations de la Fédération Française de Cyclisme :

NIV 1 Très facile, chemin large et roulant. Tout public, praticable en VTC.

NIV 2 Facile, chemin assez roulant. Praticant occasionnel de la randonnée VTT

NIV 3 Difficile, sentier technique. Praticant averti, avec obligation de maîtrise technique.

NIV 4 Très difficile, sentier très technique. Niveau confirmé sur le plan technique et physique.

Les coordonnées GPS.

D GPS 30T 710703O - 4776694N

Pour chaque point de référence du circuit, vous trouverez des coordonnées GPS. Le système géodésique retenu compatible avec les GPS est le WGS84, la projection est en UTM et la zone 30T pour le Sud-Ouest de la France. Les valeurs du point en longitude et latitude sont données en mètre suivi de O pour Ouest ou E pour Est et N pour Nord. Téléchargez les tracés GPS des boucles sur : www.valleedossau-tourisme.com.



Durée, donnée en heure. Cette valeur estimée tient compte de la longueur de la randonnée, du dénivelé et des éventuelles difficultés, sans les arrêts.



Dénivelé, exprimé en mètre. Pour chaque circuit, la valeur correspond au cumul des montées.



Distance, la valeur exprimée en kilomètre correspond à la longueur totale de l'itinéraire.

Le balisage

Bonne direction



Tourner à droite



Tourner à gauche



Mauvaise direction



Prudence, danger



Liaison



Recommandations

Météo 08 99 71 02 64 - **Appel d'urgence européen** 112

Parcourir les chemins du Béarn et du Pays Basque nécessite d'être vigilant et d'adopter un comportement respectueux, envers la nature, et ceux qui font vivre ce territoire. Voici quelques conseils pour bien randonner en VTT.

Préservez-vous

Empruntez les chemins balisés pour votre sécurité et respectez le sens des itinéraires.

- Ne surestimez pas vos capacités et restez maître de votre vitesse en toutes circonstances.
- Pour votre sécurité n'oubliez pas votre casque.
- Prévoyez ravitaillement, boissons et vêtements adaptés.
- Si vous partez seul, communiquez votre itinéraire à votre entourage.

Préservez la nature

- Ne troublez pas la tranquillité des animaux sauvages.
- Évitez la cueillette sauvage des fleurs, fruits et champignons.
- En période de chasse, attention aux battues et aux palombières.
- Gardez vos détritiques, soyez discret et respectez l'environnement.

Respectez les activités et les hommes

- Sur les zones pastorales, gardez vos distances avec les troupeaux et les chiens.
- Soyez prudent et courtois lors des dépassements ou croisement de randonneurs.
- Le vététiste sait que le piéton est prioritaire, et il respecte le code de la route.
- Respectez les propriétés privées et les zones de culture, refermez les barrières.
- Attention aux engins agricoles et forestiers, n'entrez pas leur circulation.
- Pour agrémentez vos sorties, n'hésitez pas à contacter les professionnels.

Votre avis sur nos sentiers

Les itinéraires que nous vous proposons ont fait l'objet de la plus grande attention. Vos impressions et observations sur l'état de nos chemins, nous intéressent et nous permettent de les maintenir en état.

Nous vous invitons à faire part de vos remarques par le biais du dispositif Suricate (<http://sentinelles>).