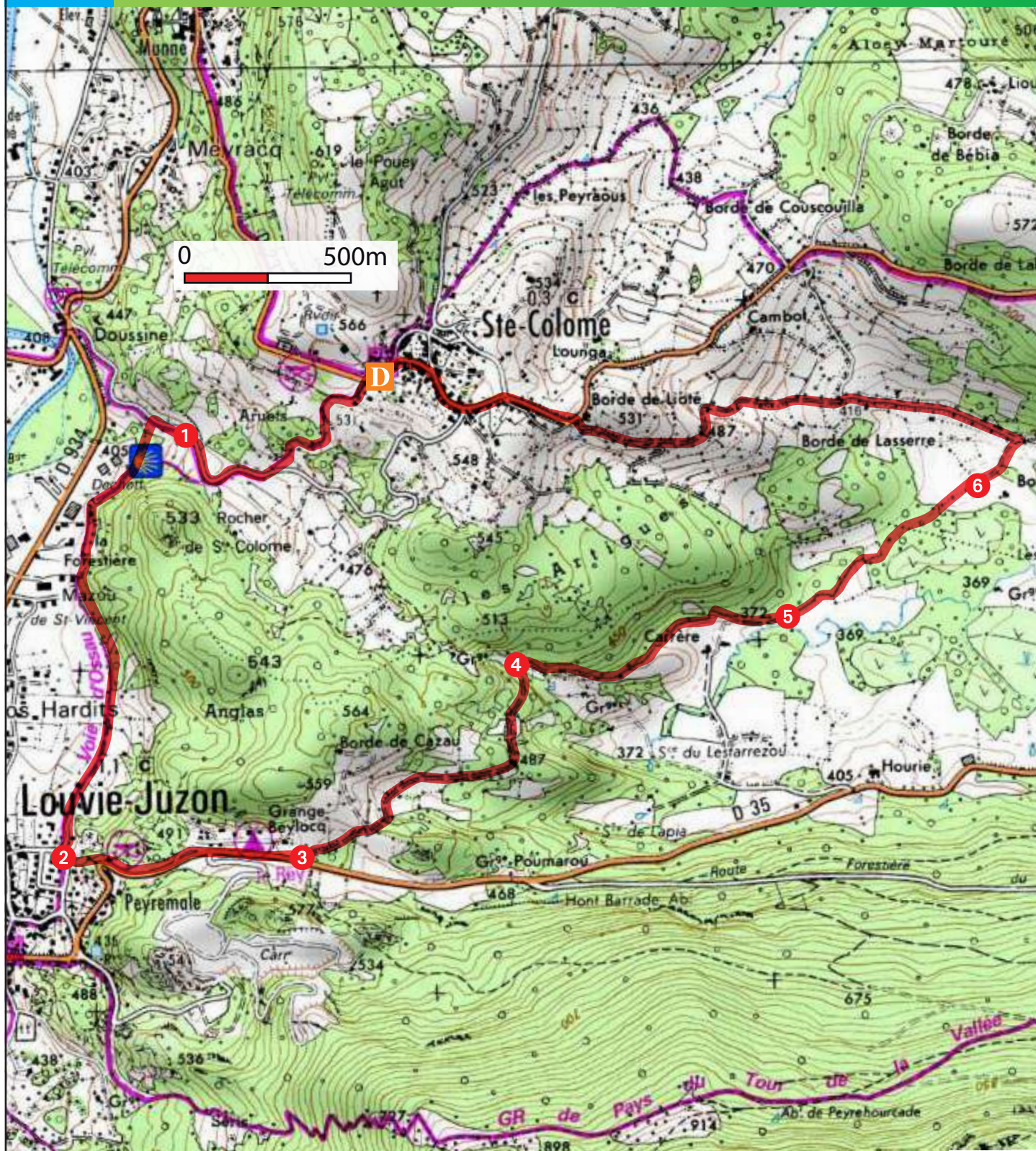


NIV  
2

CIRCUIT N°5

# La Tourbière



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](http://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**



Bien que relativement courte, cette randonnée n'en est pas moins physique et technique, avec des passages parfois périlleux au départ, et quelques sections avec portage au fond du vallon du Lestarezou, en partie sud-est du tracé.

**D** Sur le parking de l'église, prendre la rue principale en laissant la mairie sur votre gauche, puis à 30m, engagez-vous dans le chemin de Coungues. La rue devient piste empierrée que l'on suit sur 80m avant de descendre dans un sentier sur la gauche. Attention, c'est un peu technique sur la fin.



Vous rejoignez une voie goudronnée que vous descendrez jusqu'à l'amorce la première difficulté : une descente technique et difficile sur un substrat délicat et souvent humide. Cassures de terrain, dalles glissantes et galets instables au programme sur 200m.

**1** 710704 E - 477517 N Lorsque le tracé redevient plus facile, prendre à gauche sur le sentier en pied de coteau. Il vous conduit en sous-bois jusqu'à Louvie-Juzon. Pensez à vérifier la fermeture des portails après votre passage.

**2** 710325 E - 4773981 N Au premier croisement de voies goudronnées, prendre à droite le sentier de plus en plus abrupt qui rejoint la D35, puis continuer l'ascension jusqu'au sommet de la côte.

**3** 711042 E - 4773951 N Quitter la D35 au sommet de la côte en prenant la piste empierrée sur la gauche. Suivre la piste principale sur 1 km.

**4** 711664 E - 4774528 N Dans la descente et dans un virage en épingle à droite, prendre en face dans un sentier étroit et cassant en pied de coteau. Longer les murets de pierres puis lorsque le paysage s'ouvre de nouveau, contourner les prairies par la gauche sur le dévers d'une fougeraie. Attention, le tracé est peu marqué et les fougères peuvent le dissimuler. Viser le point bas de la prairie et reprendre la piste qui s'y trouve sur une centaine de mètres.

**5** 712454 E - 4774707 N Prendre à gauche un petit sentier irrégulier et cassant qui s'engage dans un sous-bois humide et parfois très boueux. Vous comprendrez ici le nom choisi pour cet itinéraire ! Rester en lisière du boisement puis traverser une fougeraie pour remonter vers une piste dans un bosquet de chênes. Le tracé rejoint les abords de prairies clôturées.

**6** 713050 E - 4775136 N Prendre à gauche sur la piste empierrée à suivre jusqu'à Sainte-Colome. Au contact du goudron, prendre à gauche sur la route ramenant au centre-bourg.

**D** Place de l'église et de la mairie de Sainte-Colome

**GPS** WGS 84 UTM 30T  
711224 E - 4775405 N



1h45



8,1km



280m

**★ À ne pas manquer**

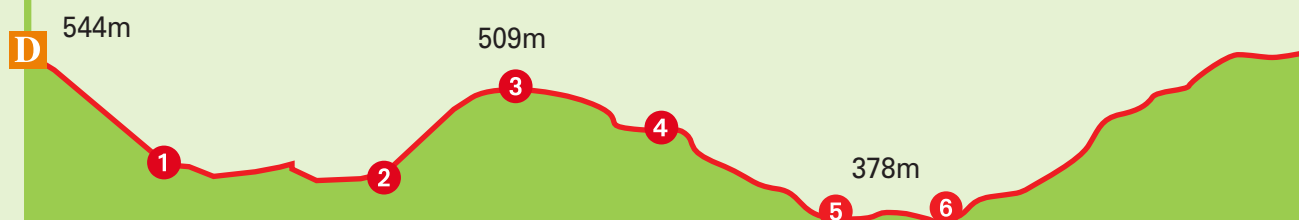
- Les sentiers en sous-bois entre les murets de pierre.
- La montagne du Rey.

**⚠ Attention**

- Descente périlleuse après 800m de parcours sur sentier creux avec nombreux galets et dalles glissantes. Il est conseillé de descendre à pied !
- Sentiers boueux par temps de pluie en secteur de sous bois très humide dans la vallée du Lestarezou.



Source en bord de piste dans le quartier Quatrou



# 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. Pratiquant occasionnel de la randonnée VTT

**NIV 3** Difficile, sentier technique. Pratiquant 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](http://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'entravez 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>).