

Valle de Ossau

NIV
1

CIRCUITO N° 4

Les trois croix



Este circuito es una excelente manera de descubrir los paisajes y el patrimonio del valle de Ossau. La ruta sigue antiguos caminos pastorales a través de prados y bosques para llegar a Sainte-Colome, un pueblo típico Ossalois.

La vista desde las tres cruces que dominan el pueblo ofrece un panorama de las colinas del piedemonte y de las primeras estribaciones de los Pirineos.

D Atraviese el aparcamiento para subir hasta el semáforo de la intersección entre la carretera de Pau y la carretera de Sainte-Colome (D 934 y D 232). Siga la dirección de Sainte-Colome (D 232), hasta que vea la señal de salida hacia el pueblo de Sévignacq-Meyracq.

0h10 **1** 710670 E - 4776287 N Tomar el camino de la derecha que comienza más abajo, seguirlo hasta llegar a la aldea de Meyracq.

0h20 **2** 710616 E - 4776032 N Seguir recto para cruzarlo y pasar la capilla Saint-Saturnin. Continúe por una pista y luego tome el camino bordeado de bojes que sale a la izquierda. Atraviese dos barreras metálicas y luego una tercera que marca un cruce de caminos.

0h40 **3** 710622 E - 4775505 N Tomar el camino de la izquierda que sube. Lleva a una pista que se sigue hasta el cruce con el Camino de Saint-Jacques a la derecha.

0h50 **4** 711100 E - 4775310 N Seguir recto hasta llegar al pueblo. Llega al D232. Gira a la derecha. En el ayuntamiento, gire a la izquierda delante de la iglesia, rodéela y tome el pequeño sendero que sube enfrente.

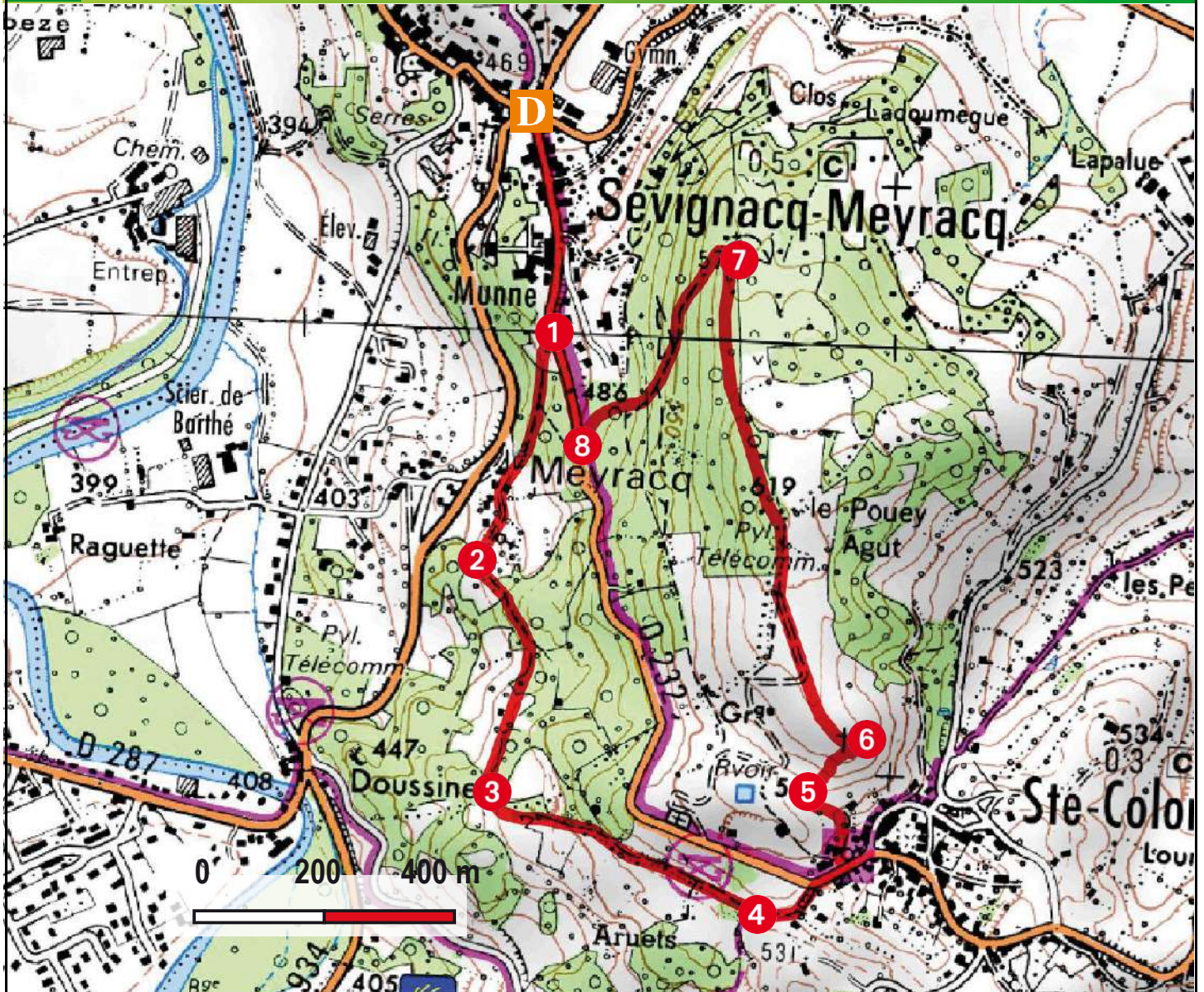
1h05 **5** 711183 O - 4775511 N Atravesar el portal y subir la cuesta que lleva a las tres cruces. Disfrute de las magníficas vistas de 360 grados.

1h15 **6** 711254 E - 4775620 N Continuar por el sendero hacia una relé de antena. Pase al pie de la antena y continúe por el sendero que bordea una plantación de pinos. Después de 400 m, hace una curva cerrada a la izquierda (¡cuidado!).

1h30 **7** 710962 E - 4776454 N El sendero desciende a través de la plantación para unirse a la D 232 más abajo.

1h40 **8** 710721 E - 4776143 N. Gire a la derecha para volver a Sévignacq.





D Aparcamiento de Europa en Sévignacq-Meyracq

GPS WGS 84 UTM 30T
710703 O - 4776694 N

1h50

4,3km

210m

No se lo pierda :

- La aldea de Meyracq.
- La visita de Sainte-Colome : su iglesia gótica, sus casas tradicionales.

Señalización amarilla

Los peregrinos de Santiago de Compostela

A partir de los siglos X y XI, la peregrinación de Santiago de Compostela en Galicia se estableció al mismo tiempo que la Reconquista, bajo la influencia del cristianismo. En el valle de Ossau, los peregrinos llegaban desde Mifaget para dirigirse hacia Sainte-Christine del Somport pasando por Sainte-Colome, Béost, luego Gabas y finalmente el puerto de los Moines al pie del Pico de Midi de Ossau. A lo largo de todo el recorrido, los "Hospitales" tenían la misión de acogerlos. En Bearn, estos albergues estaban dirigidos por abades laicos, de donde viene su nombre de abadías laicas. La concha, símbolo de los peregrinos de Saint-Jacques, decora muchas casas del Ossau.

Información :

Oficina de turismo de Laruns/Artouste : +33 (0)5 59 05 31 41
Oficina de turismo de Eaux-Bonnes/Gourette : +33 (0)5 59 05 33 08
Oficina de turismo de Arudy : +33 (0)5 59 05 77 11

Vallée
d'OSSAU
PYRÉNÉES
Office de Tourisme

Realizado por :

Communauté de Communes de la Vallée d'Ossau
1 avenue des Pyrénées - 64260 Arudy : +33 (0)5 59 05 66 77



Cómo elegir su caminata

Para cada itinerario, encontrará información técnica y práctica que le ayudará a elegir su caminata

Niveles de dificultad

Los recorridos se clasifican por orden de dificultad definido por un código de colores siguiendo las recomendaciones de la Federación Francesa de senderismo:

- NIV 1** Muy fácil, menos de 2 horas de caminata. Ideal para familias, por caminos bien señalizados.
- NIV 2** Fácil, menos de 3 horas andando. Se puede hacer en familia, por senderos con partes a veces menos fáciles.
- NIV 3** Difícil, menos de 4 horas de caminata. Para excursionistas acostumbrados a caminar, con lugares a veces bastante deportivos o desniveles importantes.
- NIV 4** Muy difícil, más de 4 horas de caminata. Para excursionistas experimentados y deportistas. El itinerario puede ser largo y técnico (desniveles, pasos complicados).

GPS 30T 710703O - 4776694N

Coordenadas GPS

D Salida



Tiempo de caminata, expresado en horas. Este valor estimado tiene en cuenta la duración de la caminata, el desnivel y las posibles dificultades.



Diferencia de altura, expresada en metros. Para cada circuito, el valor corresponde a la cantidad total de ascenso.



Distancia, el valor expresado en kilómetros corresponde a la distancia total de la ruta.

Señalización

| Dirección | Sendero de país and PR® | GRP® | GR® |
|----------------------|-------------------------|------|-----|
| Dirección correcta | | | |
| Girar a la izquierda | | | |
| Girar a la derecha | | | |
| Dirección equivocada | | | |



GR®, GRP® y PR® son marcas registradas de la Federación Francesa de Senderismo. Algunas rutas han sido seleccionadas por la Federación Francesa de Senderismo según criterios de calidad. Llevan la etiqueta PR®.

Recomendaciones

Antes de irse

Me aseguro de mi equipo, el nivel del recorrido y las condiciones meteorológicas
Si me voy solo, comunico mi itinerario a mis personas cercanas
Ver el mapa de las quemas

En montaña/ zona de pastoreo

Sigo los senderos marcados y cierro las barreras después de mi paso
Respeto la naturaleza y traigo mi basura
Si estoy acompañado(a) de un perro, me aseguro de que se me permita caminar con él en el recorrido elegido y lo mantengo con correa
En época de caza, evito las zonas de las batidas/ doy la vuelta
No rodeo los rebaños y no me acerco a los perros pastores (no los alimento ni los acaricio)

Parque Nacional

El corazón del Parque Nacional es un territorio natural, abierto a todos pero sujeto a una reglamentación que depende de un código de buena conducta. Los perros están prohibidos incluso con correa. Prohibido hacer fuego, hacer bicicleta, acampar. Sólo se permite el vivac - se puede instalar una pequeña tienda para pasar la noche, a partir de las 19h y desmontarla por la mañana antes de las 9h. Debe instalarse a más de una hora de camino desde cualquier acceso motorizado...

Llamada de urgencia europeo : 112