

Valle de Ossau

NIV
4

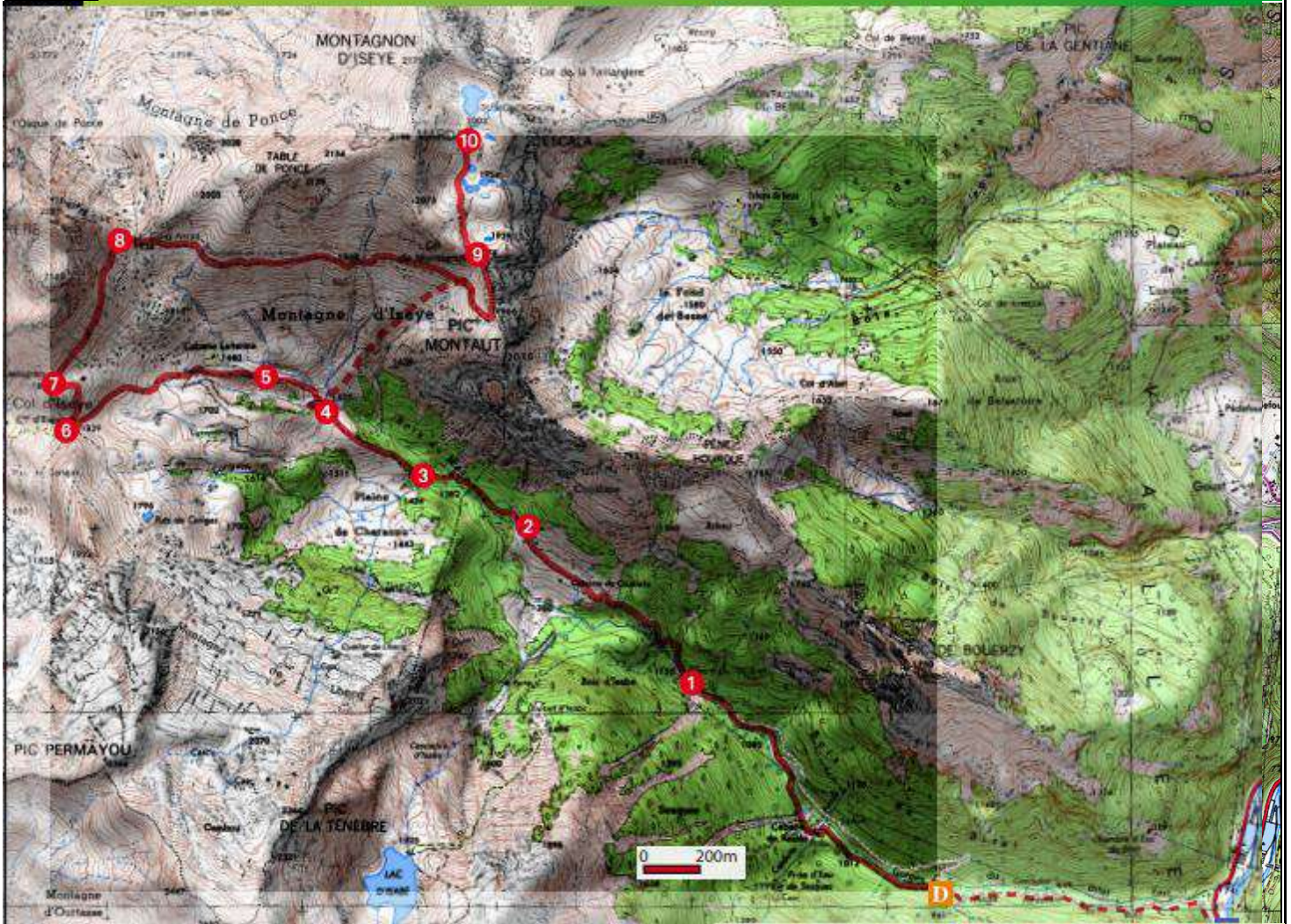
CIRCUITO N° 32

La cabane Laiterine et les lacs du Montagnon



Esta magnífica excursión deportiva ofrecerá al excursionista experimentado la oportunidad de descubrir uno de los valles más salvajes entre Aspe y Ossau. En la cima, un hermoso lago en forma de corazón será la recompensa.

- D** 50 m antes del puente, tomar el camino de la izquierda. Sube por la orilla derecha del Gave du Bitet, que acaba vadeando y llega al final de la pista.
- 0h40** **1** 705490 E - 4757237 N A la derecha, tomar el camino que sube hacia una tubería forzada. Al final del bosque, pasar por encima de la cabaña de Cujalate.
- 1h20** **2** 704543 E - 4758110 N Entrar de nuevo en un bosque, caminar por el lateral y luego cruzar el arroyo a la izquierda. Escala una cresta.
- 1h30** **3** 704073 E - 4758298 N A la derecha, al final del bosque, permanecer en la cresta y seguir el borde del bosque, no bajar a la llanura de Characou. En la cima de la cresta, gire a la derecha hacia el arroyo.
- 1h40** **4** 703515 E - 4758649 N Crúzalo y luego subir por un pequeño valle colgante.
- 1h50** **5** 703209 E - 4758785 N A la altura de una zona llana, dirigirse hacia la cabaña Laiterine. Desde la cabaña, se puede volver por el mismo camino. Para continuar, gire a la izquierda hacia una pequeña zona de lapiaz y luego camine hacia el paso de Iseye.
- 2h20** **6** 702290 E - 4758465 N En el paso de Iseye, girar a la derecha y atravesar la ladera. En el puerto de Lasbignes,
- 2h30** **7** 702187 E - 4758699 N a la derecha, atravesar una pendiente con pedregal. En un pequeño paso, seguir la cresta hacia la derecha. En el paso de Cotcharas,
- 3h00** **8** 702570 E - 4759455 N bajar a la derecha y tomar la cuesta hacia la fuente de las Cotcharas y un corral de retención. Continúe por la ladera de la montaña, siguiendo siempre el camino más ancho. Al final de la cuesta, gire a la izquierda.
- 4h00** **9** 704324 E - 4759432 N En el puerto de Montagnot, girar a la izquierda en la ladera por encima de pequeños lagos.
- 4h30** **10** 70422 E - 4760148 N En el lago de Montagnon, volver por el mismo camino. En un día despejado y para montañeros experimentados, es posible descender fuera de pista desde el paso de Montagnot hasta el punto **4** por debajo de Laiterine. Desde allí, tome el camino utilizado en la subida para unirse al sendero Bitet.



D Por encima de Eaux Chaudes. Aparcamiento en el camino de Bitet cerca del puente y la prohibición de tráfico

GPS WGS 84 UTM 30T
706758 E - 4756299 N

9h

23km

1200m

★ No se lo Piedra :

- ♦ Las cabañas de Cujalate y Laiterine.
- ♦ La vista panorámica entre Aspe y Ossau desde el paso de Iseye.
- ♦ Los lagos de Montagnon y su lago corazón.

¡Ciudad!

- ♦ Aunque esta opción alarga el circuito de 3 km, es preferible aparcar en el aparcamiento situado antes del inicio de la pista Bitet, dado su estado en algunos puntos.
- ♦ No haga esta ruta con niebla, especialmente desde el refugio de Laiterine.
- ♦ La ruta de regreso punteada en el mapa está fuera del sendero y no está señalizada.

Señalización amarilla

Relaciones entre los valles

Desde el punto de vista orográfico, Iseye se encuentra en el valle de Ossau. Administrativamente, a partir del bosque de Métoura, la montaña forma parte de Aspe. Se dice que Laruns perdió su montaña en una partida contra el pueblo de Accous. Una historia sobre un lanzamiento desde el paso de Iseye habría determinado el límite ¡2 km más abajo!

Lo más probable es que se trate de una deuda impagada o de una venta que habría permitido a los "Larunsois" reconstruir su iglesia. La cabaña Laiterina está ocupada ahora por un pastor de Accous que cuida de los rebaños de vacas y caballos.

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



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

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®.

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:

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

Coordenadas GPS

30T 7107030 - 4776694N

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.

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