



Vallée
d'OSSAU
PYRÉNÉES
Office de Tourisme

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

Gravir le col d'Aubisque à vélo est une expérience incontournable de la vallée d'Ossau. L'Aubisque est même emblématique des cols pyrénéens. Les vélos à assistance électrique offrent l'opportunité à tout sportif occasionnel, correctement équipé et casqué, de tenter l'aventure d'une ascension de col, l'un des plus redoutés du Tour de France. L'effort n'étant plus aliénant, vous aurez tout le loisir d'amadouer le fauve en profitant de l'ombrage de ses arbres centenaires sur la route des Eaux-Bonnes, d'observer vasques et cascades du Valentin, de suivre du regard les troupeaux de brebis pâturant en file indienne sur les pentes sommitales.



D Laruns, place de la mairie

GPS WGS 84 UTM 30T
709828 E - 4762709 N

18,2km

510 m
Mini

Maxi
1709m

1220m

1220m

★ À ne pas manquer

- La station de Gourette et son cirque de montagnes calcaires
- Le point de vue depuis les Crêtes blanches, à moins de 2 km de l'arrivée

⚠ Attention

- En sortie de Laruns (« Villa Caprice »), prudence à l'intersection D918/D934
- En aval de Gourette, passage étroit contre un paravalanche (bien serrer à droite)

D 709828 E - 4762709 N Sur la place centrale de Laruns, contourner la fontaine et suivre à gauche la rue ascendante (« toutes directions »). Prendre deux fois à gauche pour passer derrière le fronton, puis à droite vers « Espagne » pour sortir du village en légère descente. Après le pont Lauguère, la route monte vers une intersection entre col d'Aubisque et col du Pourtalet (1,8 km).

1 710317 E - 4761607 N Bifurquer à gauche pour débuter l'ascension de l'Aubisque. Cette première partie, facile, décrit de grands lacets sous des arbres centenaires et conduit à la station thermale des Eaux-Bonnes (5% de moyenne sur 4 km). Le mode Eco de votre batterie semble suffisant.



2 712530 E – 4761182 N Entrer dans les Eaux-Bonnes en passant devant les arcades du Casino (5,7 km) et contourner la place centrale par la droite. Après une courte descente, prolonger vers Gourette avec une section de route plus sérieuse (pente à 8%), puis une accalmie à 4% jusqu'à franchir un pont (7,8 km). Un panneau indiquant une rampe à 13% marque alors le début d'une longue section soutenue jusqu'à Gourette (8,5% de moyenne sur 6 km), avec toujours des rampes coriaces au passage sous les paravalanches (10%). Autant dire que l'assistance électrique devient salvatrice si l'on veut apprécier le paysage et les gorges du Valentin.

3 717561 E – 4759620 N La station de Gourette accorde un court répit horizontal ; devant le Bureau d'information touristique (14 km), poursuivre l'ascension à gauche. L'assistance toujours généreuse, votre VAE sort de la station et sillonne dans un bois clair (8%), puis découvre une vue aérienne sur le dénivelé déjà parcouru. Au belvédère des Crêtes Blanches (16,5 km, pause intéressante face au cirque de Gourette), il reste deux kilomètres à gravir au milieu des estives. Solliciter sans retenue votre batterie pour rallier le panoramique col d'Aubisque.



Bien choisir votre randonnée

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.



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 agréments 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>).