



Vallée  
d'OSSAU  
PYRÉNÉES  
Office de Tourisme

**Realizado por :**

Communauté de Communes de la Vallée d'Ossau - 1 avenue des Pyrénées - 64 260 Arudy  
+33 (0)5 59 05 66 77

**Información :**

Oficina de Turismo del Valle de Ossau  
Oficina principal de Laruns - +33 (0)5 59 05 31 41

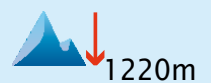
## Circuito de Bicicletas con asistencia eléctrica

Subir el paso de Aubisque en bicicleta es una experiencia imprescindible en el valle de Ossau. Las bicicletas con asistencia eléctrica ofrecen la oportunidad a cualquier deportista ocasional, debidamente equipado y con casco, de intentar la aventura de subir uno de los puertos más temidos del Tour de Francia. Disfrute de la sombra de los magníficos árboles de la ruta de Eaux-Bonnes, las cascadas de Valentin y los rebaños de ovejas.



**D** Laruns, plaza del Ayuntamiento

**GPS** WGS 84 UTM 30T  
709828 E - 4762709 N



### No se lo pierda :

- La Estación de esquí de Gourette
- La vista desde "Crêtes Blanches"



### ¡Cuidado!

- A la salida de Laruns ("Villa Capirce") cuidado al cruce D918/D934
- Saliendo de Gourette, pasaje estrecho contra un paravalanchas (quedarse en la derecha)

709828 E - 4762709 N En la plaza central de Laruns, rodee la fuente y siga la carretera ascendente («toutes directions») hacia la izquierda. Gire dos veces a la izquierda para pasar por detrás del frontón, luego a la derecha hacia «Espagne» para salir del pueblo ligeramente cuesta abajo. Después del puente de Lauguère, la carretera sube hasta una intersección entre los puertos de Aubisque y Pourtalet (1,8 km).

**1** 710317 E - 4761607 N Gire a la izquierda para iniciar la ascensión del Aubisque. Esta primera parte, fácil, describe grandes zigzagueos bajo árboles centenarios y conduce a la estación termal de Eaux-Bonnes (un 5% de media en 4 km). El modo Eco de su batería parece suficiente.

525m

**D**

**1**

**2**

**3**

1710m

## Circuito de bicicletas eléctricas

② 712530 E - 4761182 N Entre en Eaux-Bonnes pasando los pórticos del Casino (5,7 km) y rodee la plaza central por la derecha. Después de una corta bajada, continúe hacia Gourette con un tramo de carretera más serio (un 8% de pendiente), luego una calma al 4% hasta cruzar un puente (7,8 km). A continuación, una señal que indica una pendiente del 13% marca el inicio de un largo tramo sostenido hasta Gourette (un 8,5% de pendiente media en 6 km), con rampas aún duras al pasar por debajo de los paravalanchas (10%). Esto significa que la asistencia eléctrica se convierte en un salvavidas si quiere apreciar el paisaje y las gargantas de Valentín.

③ 717561 E - 4759620 N La estación de Gourette ofrece un breve respiro horizontal; frente a la Oficina de Turismo (14 km), continúe subiendo hacia la izquierda. Con la asistencia aún generosa, su BAE abandona la estación y serpentea a través de un ligero bosque (un 8%), para luego descubrir una vista aérea del desnivel ya recorrido. En el mirador de Crêtes Blanches (16,5 km, pausa interesante frente a Gourette), aún quedan dos kilómetros por subir en medio de los pastos panorámicos de montaña. No dude en utilizar su batería para alcanzar el paso panorámico de Aubisque.







# ¿Cómo elegir su recorrido ?

Para cada itinerario, encontrará información técnica y práctica que le ayude a elegir su ruta:

## Niveles de dificultad

Los diferentes circuitos se clasifican por orden de dificultad definido por un código de colores siguiendo las recomendaciones de la Federación Francesa de Ciclismo:

-  Sendero muy fácil, ancho y rodante. Todo público, practicable en BTC.
-  Sendero fácil y bastante rodante. Para ciclistas de montaña (BTT) ocasionales
-  Ruta difícil y técnica. Para practicantes experimentados, con la obligación de dominar la técnica.
-  Ruta muy difícil y muy técnica. Para practicantes con experiencia técnica y física.



30T 7107030 - 4776694N - Para cada punto de referencia del circuito, encontrará las **coordenadas GPS**. El sistema geodésico utilizado es el WGS84, la proyección es en UTM y la zona 30T para el Suroeste de Francia. Los valores de longitud y latitud del punto se indican en metros seguidos de O por Oeste o E por Este y N por Norte. Descargue los tracks GPS de los circuitos en: [www.valleedossau.com](http://www.valleedossau.com).



Duración, expresada en horas. Este valor estimado tiene en cuenta la duración de la ruta, el desnivel y las dificultades, sin paradas.



El desnivel, expresado en metros. Para cada circuito, el valor corresponde al total de las subidas.



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

## La señalización

Dirección correcta



Girar a la derecha



Girar a la izquierda



Dirección equivocada



Precaución, peligro



Enlace



## Recomendaciones

**Tiempo** 08 99 71 02 64

**Llamada de urgencia europea** 112

Pedalear por los senderos del Bearn y del País Vasco exige vigilancia y respeto por la naturaleza y por las personas que hacen vivir este territorio. Aquí tiene algunos consejos para circular en bicicleta de montaña.

### Protéjase

Siga los caminos señalizados por su seguridad y respete la dirección de las rutas.

- No sobreestime sus capacidades y controle su velocidad en cualquier circunstancia.
- Por su seguridad, no olvide el casco.
- Lleve comida, bebida y ropa adecuada.

Si va solo, comunique su ruta a las personas de su entorno.

### Preservar la naturaleza

- No perturbe la tranquilidad de los animales salvajes.
- Evite coger flores, fruta y hongos en la naturaleza.
- Durante la temporada de caza, tenga cuidado con las batidas y los palomares.
- Guarde su basura, sea discreto y respete el medio ambiente.

### Respetar las actividades y las personas

- En las zonas de pastos, mantenga las distancias con los rebaños y los perros.
- Sea prudente y cortés al adelantar o al cruzar a los senderistas.
- Los ciclistas de montaña saben que los peatones tienen prioridad y respetan las normas de circulación.
- Respete la propiedad privada y las zonas cultivadas, y cierre las cercas.
- Cuidado con la maquinaria agrícola y forestal, no obstaculice su circulación.
- Para que sus salidas sean más agradables, no dude en ponerse en contacto con los profesionales.