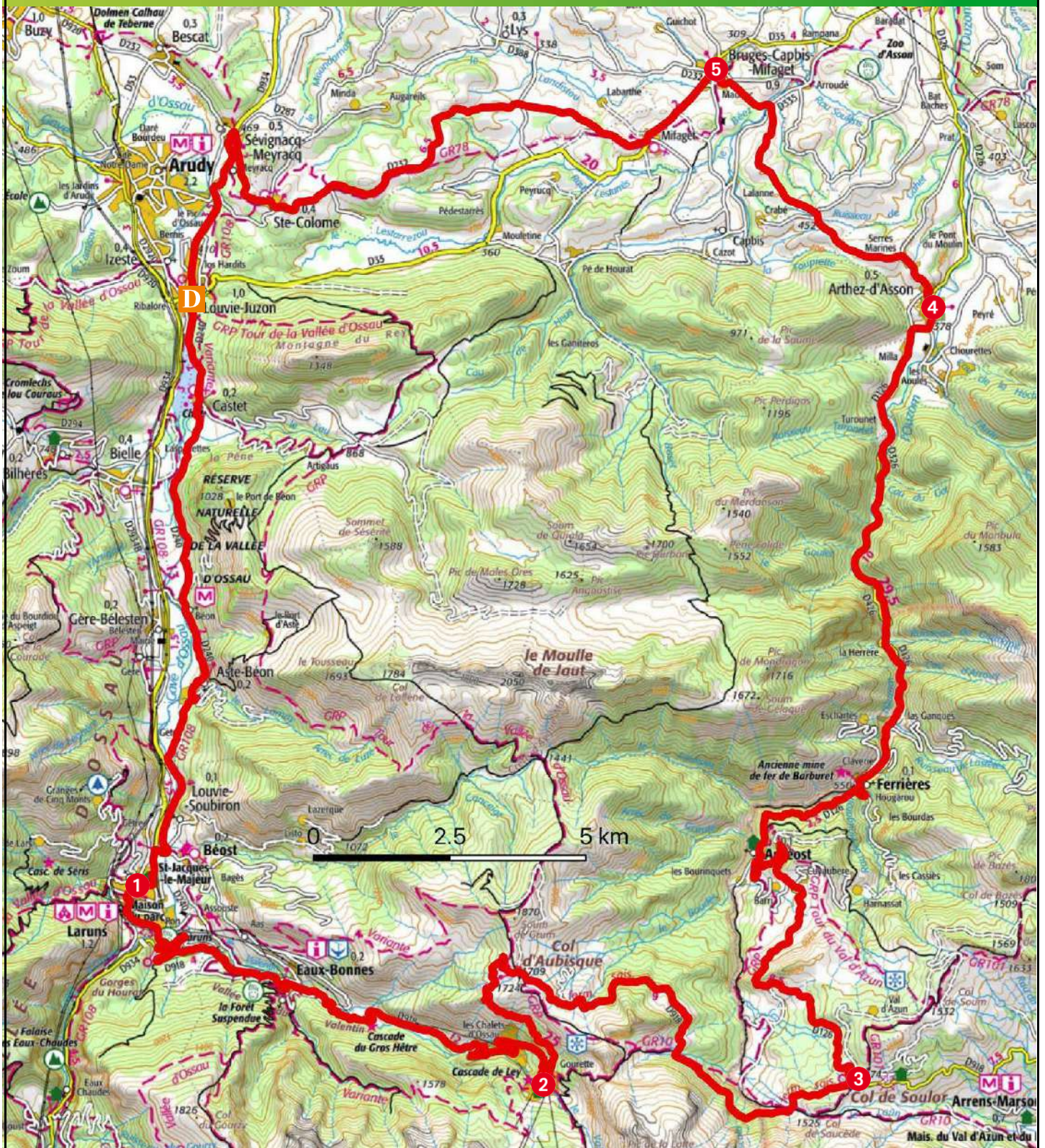


CIRCUITO N°6 Col de l'Aubisque – Col du Soulor en bicicleta



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

Toda la oferta de deportes de naturaleza en la aplicación móvil « Vallée d'Ossau Pyrénées »

Subir el paso de Aubisque en bicicleta es una visita obligada en el valle de Ossau. Con su cinta de asfalto que emerge de los profundos valles boscosos para deambular sobre los acogedores pastos serranos en un inverosímil camino serpenteante, el Aubisque es incluso emblemático de los puertos pirenaicos. Considerado como un bucle, los ciclistas entrenados pueden embarcarse en una aventura hacia el puerto de Soulor, a través de la audaz e histórica ruta termal. La travesía del circo del Litor es una experiencia estéticamente agradable, ya que el asfalto desafía los acantilados y parece convertir a los ciclistas en equilibristas. Los pastos vuelven a ser abundantes en el paso del Soulor, y es a través del valle secreto del Ouzom, pastoral y apacible, que cabalgarás hacia el piedemonte pirenaico. Asegúrese de guardar fuerzas, porque esta última es accidentada y le ofrece media docena de subidas serias para llegar a Sainte-Colome, a las puertas del valle de Ossau.

Al salir del aparcamiento del foyer rural, gire a la derecha por la carretera de Castet. Tras un pequeño montículo de calentamiento, la carretera atraviesa el pueblo de Castet y bordea su lago. Continuar por la carretera principal hasta el cruce de Béon (6 km) : seguir la carretera a la izquierda entre las casas, pasando por la capilla Saint-Félix. La carretera visita Aste-Béon, luego desciende desde su promontorio hasta el fondo del valle, donde sigue deambulando por la orilla derecha orográfica, entre prados. Cruzar una meseta (lugar de un final de etapa del Tour en 2018 y 2020). En la pequeña rotonda de Béost (11,2 km), gire a la derecha (puente sobre el río) y, en el cruce en T, tome la D934 a la izquierda para entrar en Laruns. Ir a lo largo de la piscina y luego gire a la derecha hacia el centro de la ciudad.



D Louvie-Juzon,
Aparcamiento del « Foyer rural »

GPS WGS 84 UTM 30T
710034 E - 4773518 N



No se lo pierda:

- El pueblo de Castet
- La vista desde "les Crêtes Blanches"
- El pueblo de Sainte-Colome y su iglesia clasificada

¡Cuidado!

- A la salida de Laruns ("Villa Capirce") cuidado al cruce D918/D934
- Puerto de Aubisque, rápida y sinuosa bajada hacia el circo del Litor, cuidado

1 709838 E – 4762712 N En la plaza central de Laruns (12,4 km), rodee la fuente y siga la carretera ascendente hacia la izquierda («toutes directions»). Gire dos veces a la izquierda para pasar por detrás del frontón, luego a la derecha hacia «Espagne» para salir del pueblo. La carretera sube hasta una intersección entre el paso de Aubisque y el paso del Pourtalet (14,2 km): gire a la izquierda para iniciar la subida. Una primera parte fácil conduce a la estación termal de Eaux-Bonnes (un 5% de media en 4 km), donde se bordea la plaza central por la derecha (18,1 km). Continúe hacia Gourette con una sección más seria al 8%, luego una calma al 4% hasta cruzar un puente sobre el Valentin. Una señal que indica una pendiente del 13% marca el inicio de una sección más sostenida hasta Gourette (un 8,5% de media en 6 km), con pendientes todavía duras (un 10%) al pasar por debajo de los paravalanchas.

2 717561 E – 4759620 N La estación de Gourette ofrece un pequeño respiro horizontal; continúe la subida a la izquierda en la Oficina de Turismo (26,4 km). La carretera serpentea por un bosque ligero (un 8%) y descubre el mirador de Crêtes Blanches. Todavía quedan dos kilómetros de subida (un 10 y 8%) en medio de los panorámicos pastos de montaña para alcanzar el puerto de Aubisque y su merecido descanso (30,55 km). Cambie al lado opuesto de la montaña por un descenso sinuoso hasta el valle de Litor. Tras el bosque y la cabaña pastoral de Arbaze, la atrevida carretera ofrece un gran espectáculo: pasa por la ladera de un acantilado y atraviesa dos túneles rocosos. Tras este paso de balcón, el asfalto sube a la entrada del departamento de Hautes-Pyrénées y se une al puerto de Soulor (el primer kilómetro al 9%, el segundo más fácil).

3 723338 E – 4760083 N En el paso del Soulor (40 km), gire a la izquierda por la D126 en dirección de Ferrières y Arbéost. Descienda por los pastos y, tras atravesar el desfiladero de Tartas, la carretera domina los graneros y el verde paisaje del alto valle de Ouzom. Dos curvas cerradas marcan la entrada en Arbéost (48,5 km). Continúe descendiendo por el bosque hasta Ferrières (51,7 km); la carretera discurre por un largo falso llano que desciende hacia el profundo valle de la orilla derecha del Ouzom (algunos carriles son de sentido único). Sólo al pasar la orilla izquierda del torrente (58,9 km) la carretera se eleva ligeramente y llega al pueblo de Arthez de Asson. En la rotonda del ayuntamiento (61,9 km), siga recto durante 100 m, después gire a la izquierda, e inmediatamente a la derecha, en dirección de la «église (iglesia)» y «cimetière (cementerio)».

4 723590 E – 4774474 N En la plaza frente a la iglesia de Arthez d'Asson (62,2 km - instalaciones sanitarias), gire a la derecha por «Chemin du Presbytère» y después por la carretera señalizada como «Bruges». En dos curvas cerradas y una recta, hay que superar una subida muy empinada que quema los muslos (un 15% sobre 400 m). Tras un ligero descenso, en la cima de la colina, gire a la izquierda en la intersección, carretera de Bruges. Pasa por encima de una altura panorámica y luego atraviesa varios barrios. En el cruce en Y (65,3 km), deje la carretera de Sarramayou a la derecha y continúe cuesta abajo por la izquierda. En el fondo del valle, en el cruce de carreteras (68 km), siga recto (puente), por la carretera conocida como Chemin des Forges. Sube hacia Bruges: a la altura de la rotonda, tome la carretera de la izquierda para circunvalar el barrio de Maubec y llegar a la iglesia de Bruges.

5 719354 E – 4778446 N Atraviese la plaza porticada del ayuntamiento de Bruges (69,4 km) y gire a la izquierda por la D35 en dirección de Mifaget y Laruns. Después de la iglesia y el ayuntamiento de Mifaget, gire a la derecha hacia Lys (route de Sainte-Colome). Tras una parte de mal firme, la carretera se bifurca a la derecha y serpentea por la parte trasera de una colina entre granjas. En el cruce con la D232 (73,9 km - cruce), gire a la izquierda hacia Sainte-Colome. Una primera rampa anuncia un bonito bache (un 7,5% durante 1,1 km), luego la carretera ondula sobre las colinas hasta subir a Sainte-Colome (un 5% durante 1,3 km). Siga la iglesia de Sainte-Colome (80 km) para salir del pueblo por la carretera principal; ésta baja hasta Sévignacq-Meyracq. En el cruce, gire a la izquierda por la D934. Abajo, deje la entrada de Arudy a la derecha y siga recto (D934) para encontrar Louvie-Juzon. Poco antes del Auberge du Caviste, gire a la izquierda por una calle de sentido único que conduce directamente a la plaza central de Louvie-Juzon y al “foyer rural”.

¿Cómo elegir su recorrido?

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

Niveles de dificultad

Los diferentes bucles 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.



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.

Toda la oferta de deportes de naturaleza en la aplicación móvil « Vallée d'Ossau Pyrénées »