

Programa producido por :

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

Para más información :

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

El nivel "experto" es acertado acertadamente para esta ruta. Un buen estado físico, un equipamiento adecuado para un placer de descenso acrecentado por paisajes hermosos y un momento sensaciones por el tobogán de tierra del bosque de Peyraube. ¡Pero este bucle se gana a pulso!

710747 E - 4766540 N Desde la iglesia de Aste, un calentamiento indispensable por encima de los 4500 m para remontar el valle hacia Louvie-Soubiron antes de la dura subida.

1 710365 E - 4763437 N Girar a la izquierda hacia el centro del pueblo de Louvie-Soubiron y atravesar el pueblo por las callejuelas que suben a la izquierda.

2 710818 E - 4764132 N Pasado el pueblo, girar a la derecha luego de la primera rampa por la carretera que se vuelve cementada antes de llegar al asfalto que conduce a la aldea de Listo. Una vez pasado el caserío, hay un tramo sinuoso de unas diez curvas que nos lleva a superar otro nivel. Dejar la primera pista a la izquierda y seguir el tramo en la ladera hacia el este durante 1000 m hasta que la intersección de pistas.

3 714480 E - 4764394 N Girar a la izquierda para otro tramo sinuoso que lleva al pico de Listo (1358 m). La pista se bifurca hacia el norte, hacia la cabaña de Lassébie y la Plaa d'Auzu, y luego bordea la cima del bosque de Peyraube, bajo el Turon de Luzé (1580m).

4 714693 E - 4765165 N El punto más alto de este bucle se alcanza en el paso de Agnourès (1563 m), con un panorama magnífico. Al este, cresta de Laudège, Soum de Grum, puerto de Louvie, cresta de Moulle de Jaut. Al noroeste, Pico Montagnon, Mailh Massibé, meseta de Benou. Girar a la izquierda para ver los tres hitos en el camino que desciende inmediatamente hacia el bosque.

5 714557 E - 4765197 N Tras dos curvas cerradas, el sendero llega a un pequeño claro en una zona húmeda. No hay que subir por el otro lado del talweg, sino lanzarse a la derecha en la pendiente ligeramente fangosa para unirse a una pista más sana que serpentea por el bosque. Aquí vamos por casi 1000m de zigzag preparado con un buen grip en el sustrato de tierra, pero una pendiente del 25%.

6 714087 E - 4765491 N Girar a la derecha por una ruta que se ensancha temporalmente con una pendiente suave para salir del bosque. El paso de los rebaños hace que el perfil sea más accidentado hasta una pequeño cerro.

7 713684 E - 4765754 N En este pequeño promontorio, girar a la derecha para pasar por debajo de la valla. ¡Cuidado con los peñascos que crean escalones ocultos por la naturaleza! El camino se ensancha entre la vegetación para llegar a los graneros de Dès.

8 712996 E - 4765890 N En la zona de los graneros, tomar un camino a la izquierda que se adentra rápidamente en la vegetación y se convierte en un descenso muy lúdico para alcanzar, 2 km después, la pista de Boila. Con tiempo seco, subir por esta última por la derecha hasta la granja de Ourdou. Con tiempo húmedo, tomar la opción de la izquierda, la ruta que baja a Aste.

9 711582 E - 4766128 N A la altura de los graneros de Ourdou, las marcas conducen a un camino pavimentado con grandes losas, bloques ensamblados pero retrabajados por el tiempo y la erosión. Se une a Aste.

D Iglesia de Aste

710747 E - 4766540 N



5 à 6h



20,9km



1130m

No se lo pierda

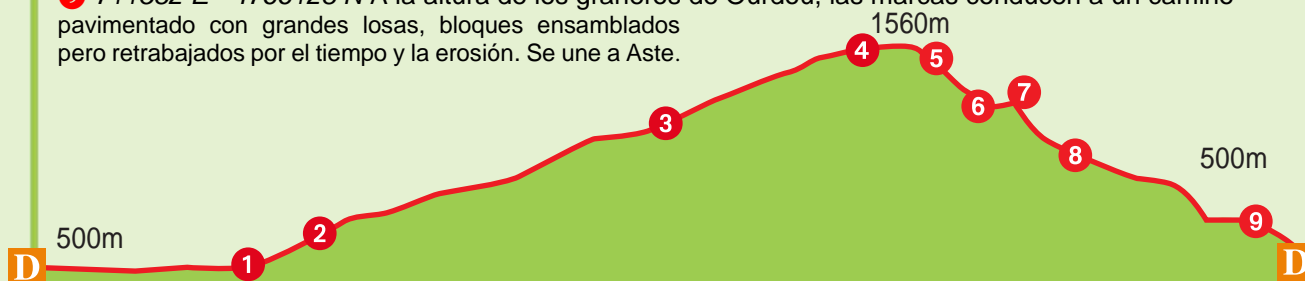


-Panorama desde el puerto de Agnourès antes de bajar al bosque de Peyraube.

Atención



-Descenso en BTT, es indispensable un equipamiento específico y una condición física irreprochable.



¿Cómo elegir su recorrido en BTT ?

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

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.

 **GPS** 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.