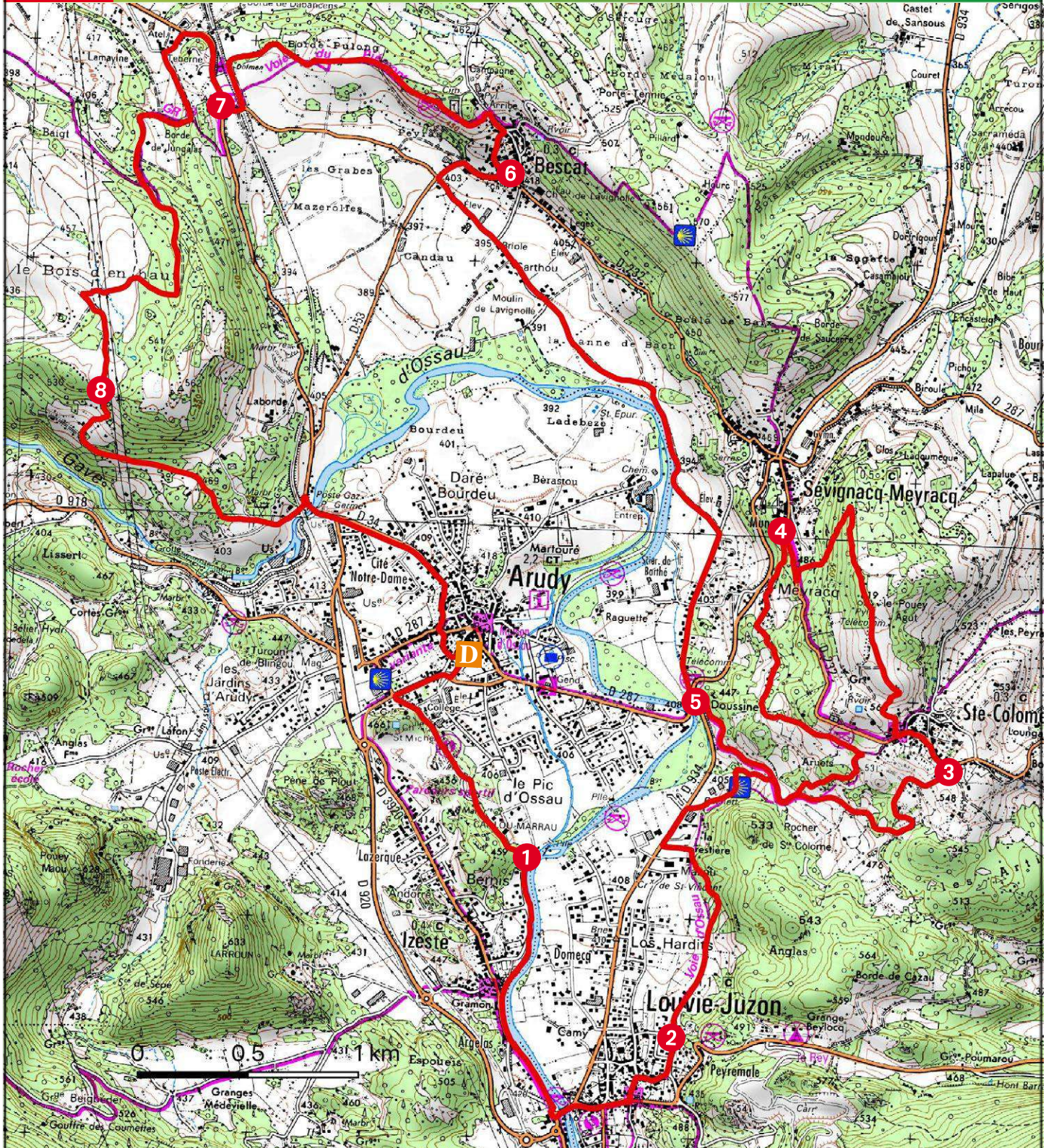


NIV
3

RECORRIDO N°16

Bassin d'Arudy

Extrait de Carte 1:25 000 Institut géographique National



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

Toda la gama de deportes de naturaleza en la aplicación móvil Vallée d'Ossau Pyrénées

Disfrute de todos los elementos de una hermosa salida por el piamonte. Subidas ligeramente empinadas pero sombreadas, bajadas en el bosque, cambios de altitud y vistas desde los balcones de Sainte-Colome y Bescat.



709255 E - 4775635 N Plaza del Foirail, ir hacia el sur por el parque infantil y girar a la derecha en la avenida de los Pirineos. Después del cine, gire a la izquierda para tomar el sendero deportivo hasta llegar a orillas del río Gave de Ossau.

❶ 709617 E - 4774739 N Seguir las indicaciones a lo largo del Gave hasta el puente Louvie-Juzon. Crúcelo y siga recto para entrar en el centro de la ciudad y continuar hasta la iglesia. Girar a la izquierda y después a la derecha (calle Espalungue). A 150 m, girar a la izquierda en la urbanización del mismo nombre y seguir recto hasta el callejón sin salida.

❷ 710325 E - 4773986 N Subir por el sendero (GR108). Rápidamente abandona el bosque para desembocar en la D934. En el cruce, girar a la derecha y seguir la carretera durante 200 m. Antes del a la planta de selección de residuos sólidos, tomar un camino a la derecha que sube poco a poco hasta cruzar una pequeña carretera, el cami d'Arruets. No lo abandone de nuevo hasta llegar a las primeras casas de Sainte-Colome.

D Arudy, Plaza del Foirail

GPS WGS 84 UTM 30T
709255 E - 4775635 N



2h



22,6km



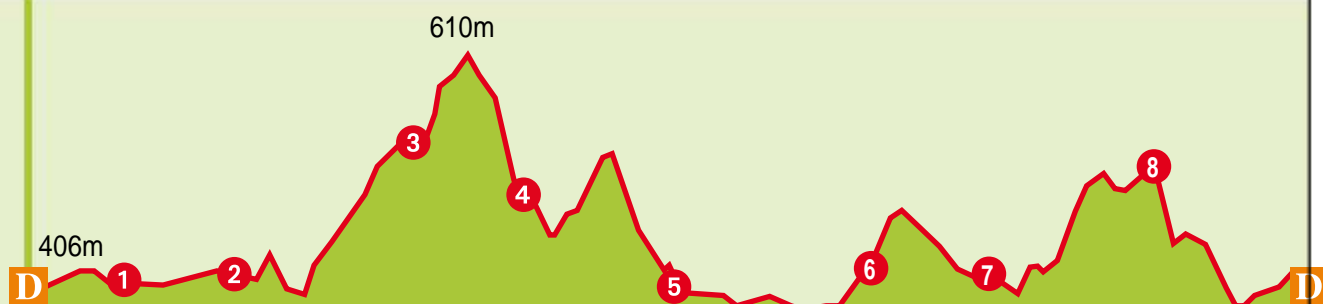
570m

No se lo pierda

- Las diferentes vistas de Arudy y el balcón de entrada al valle de Ossau desde Bescat y Sainte-Colome.

Atención

- Tenga cuidado en el última bajada después de Sainte-Colome.



3 711483 E - 4775269 N En el cruce, gire a la izquierda y, una vez pasada la iglesia, tome el camino de la derecha. Después de la puerta, el camino sube hasta las tres cruces. Disfrute de la magnífica vista antes de continuar hacia el norte y adentrarse en un sotobosque. El falso llano da paso a una bajada bastante pronunciada que conduce a la D232. Camine 200 m cuesta abajo.

4 710662 E - 4776291 N En el pequeño aparcamiento, girar a la izquierda por el GR78. El sendero sombreado se adentra en el pueblo de Meyracq, luego vuelve a subir y se dirige hacia el este por un camino más ancho. En el cruce con el GR108, seguir este último a la derecha para un descenso ligeramente accidentado que encuentra el cami d'Arruets, ya utilizado en la ida. Bajar por la izquierda hasta el cruce con la D934.

5 710326 E - 4775508 N ¡Cuidado! Girar a la derecha durante 50 m y cruzar al camino de Pujalet, permaneciendo en esta carretera hasta el pie de la cuesta. Gire a la izquierda por el camino de la Cubette. Siga el río Gave y luego cruce la llanura agrícola hasta la urbanización. Al llegar al asfalto, siga recto hasta el cruce con la D53. Suba por la derecha y entre en el pueblo de Bescat.

6 709287 E - 4777854 N En el cruce con la carretera de Sévignacq, gire a la izquierda por la calle de la Carrerorbe y, de nuevo a la izquierda, por el camino Herrelore. Al llegar a la iglesia, el esfuerzo se ve recompensado, ya que la vista del valle desde la morrena merece la pena. Seguir la carretera del cementerio hacia el oeste y abandonarla en la primera curva cerrada por un camino de grava que desciende suavemente hasta el puente sobre la vía verde. Suba a la derecha hasta el aparcamiento del dolmen.

7 708002 E - 4778084 N Bajar 400 m por la D920 en dirección a Buzy. Dejarla, a la izquierda, por una pequeña carretera asfaltada. Ésta pronto da paso a un camino que se dirige hacia el sur a través del bosque. En el cruce con el "camino blanco", girar dos veces seguidas a la izquierda y subir por el camino a través del campo hasta un pequeño paso.

8 707536 E - 4776726 N El camino desciende suavemente hacia el sur y luego hacia el este y desemboca en una pequeña carretera. Pase bajo el puente de arco (vía verde). En el cruce con la D920, suba por esta carretera hacia la derecha durante 200 m y gire a la izquierda en la calle Rue du Pont Germe. Siga las indicaciones de la ciudad de Arudy hasta llegar a la plaza del Foirail.

¿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:

NIV 1 Sendero muy fácil, ancho y rodante. Todo público, practicable en BTC.

NIV 2 Sendero fácil y bastante rodante. Para ciclistas de montaña (BTT) ocasionales

NIV 3 Ruta difícil y técnico. Para practicantes experimentados, con la obligación de dominar la técnica.

NIV 4 Ruta muy difícil y muy técnica. Para practicantes con experiencia técnica y física.

D 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, comuníquese 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.