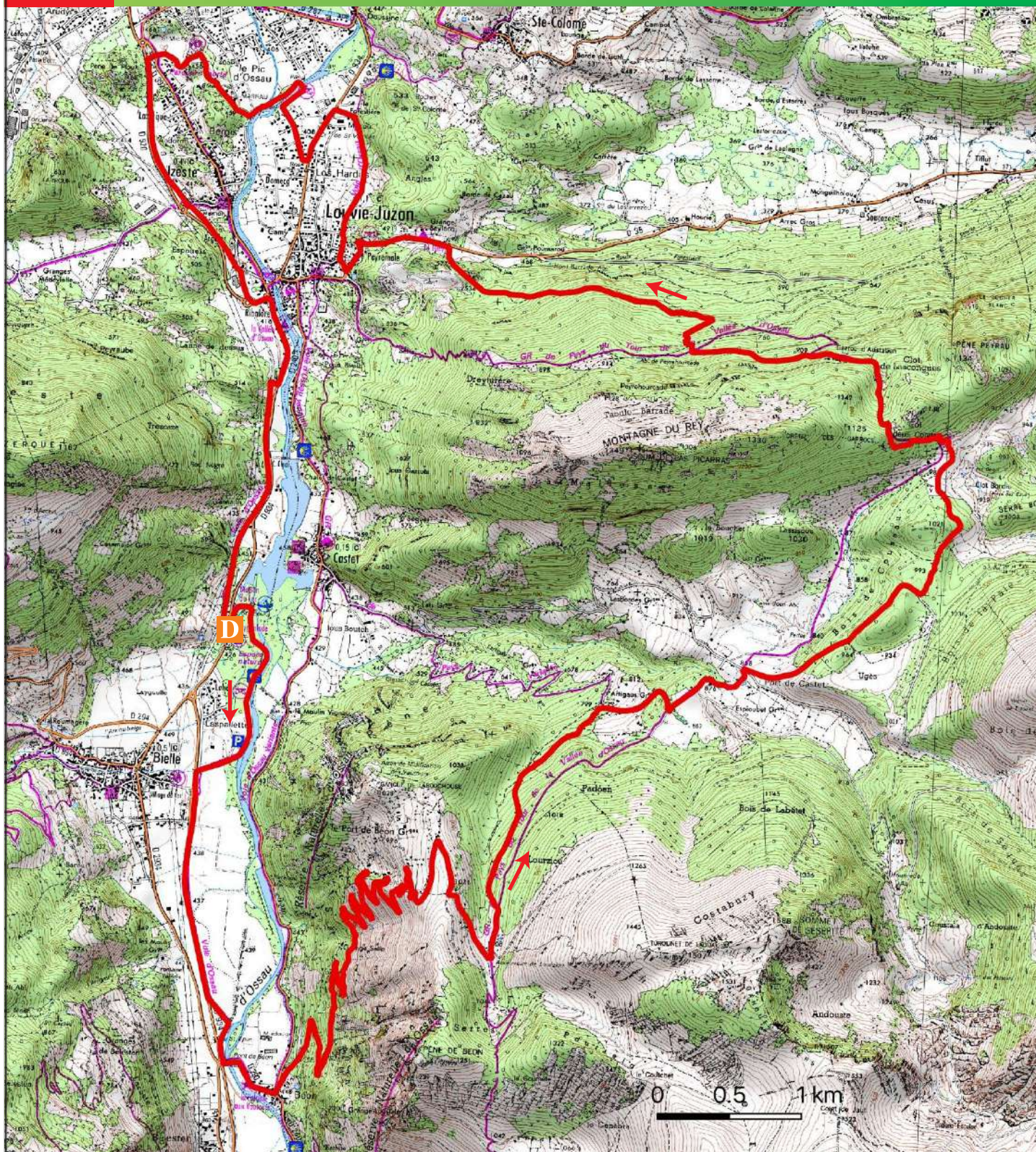


NIV
3

RECORRIDO N°20

L'enduro du Rey



Extrait de Carte 1:25 000 Institut géographique National



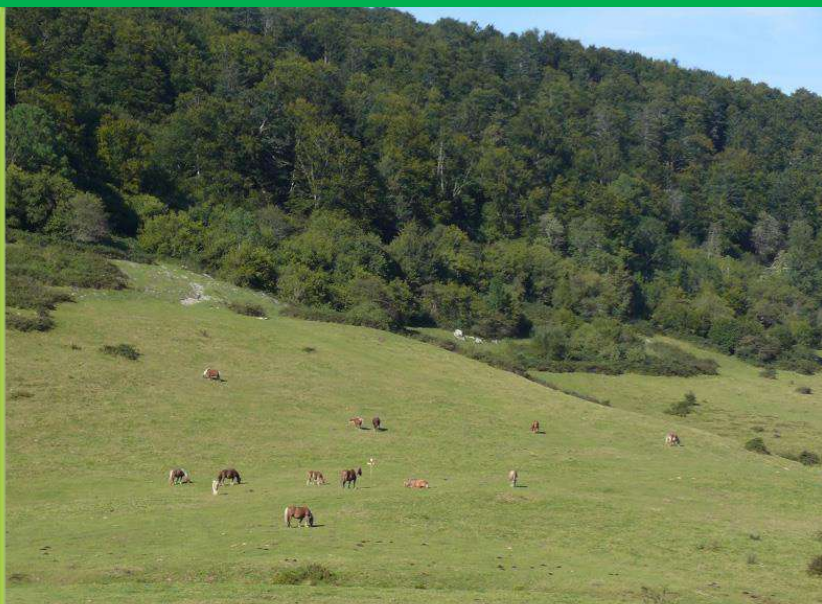
Programa producido por :

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



D Bielle (aparcamiento del espacio natural del lago de Castet)

GPS WGS 84 UTM 30T
709767 E - 4771226 N



3h30



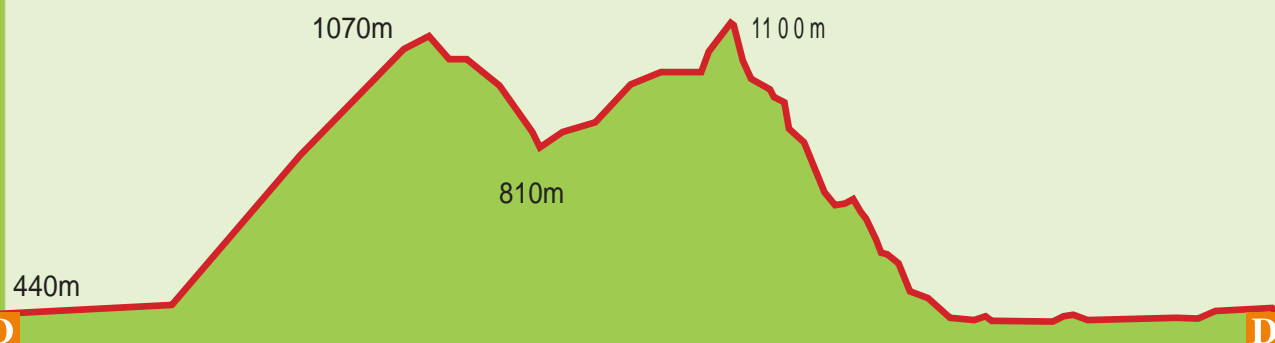
32km



1020m



Photo - P. Gardères



¿Cómo elegir su recorrido en BTT

Para cada itinerario, encontrará información técnica y práctica que le ayudará 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:

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 técnica. 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 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 bucles 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 gama de deportes de naturaleza en la aplicación móvil **Vallée d'Ossau Pyrénées**