

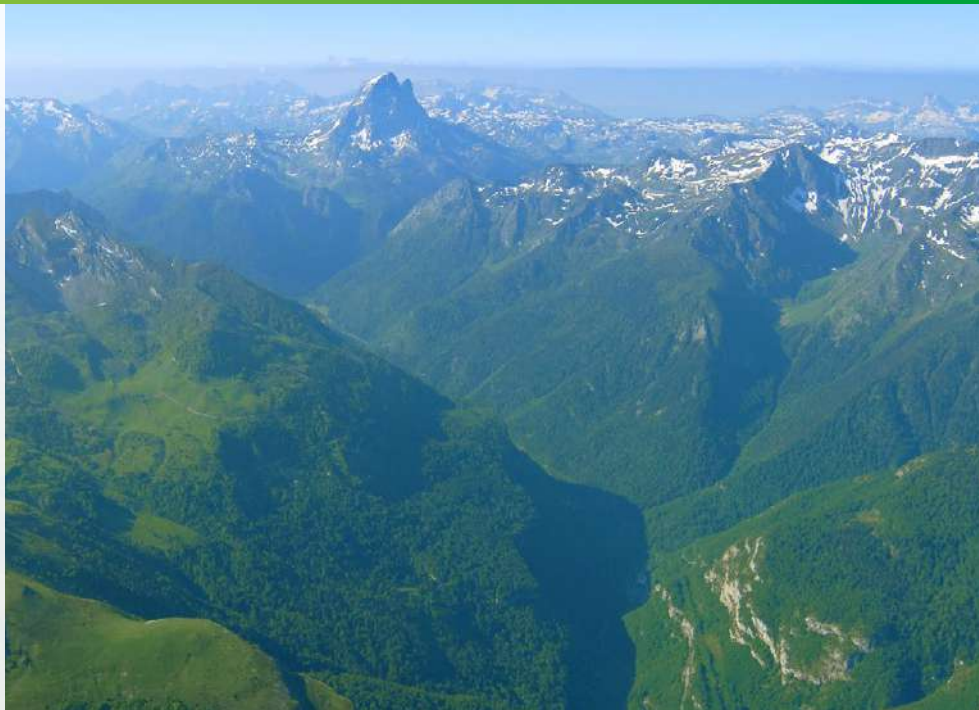
Vallée d'Ossau

NIV
4

GR®108

De Laruns à Gabas

Laissant derrière elle la large vallée à fond plat, cette deuxième étape du Chemin d'Ossau relève le délicat défi de gravir une portion de paysage où la géomorphologie pyrénéenne n'a laissé que vallées encaissées et gorges profondes. Le cheminement se joue finalement des difficultés et, par des sentes discrètes sous couvert de buis, il retrouve un havre de vie au hameau de Gabas, célèbre pour ses saloirs à fromage.



D **Etape 1 : Eaux Chaudes.** Depuis la place centrale de Laruns, au coin de la mairie et des halles, prendre la rue du Port (sens interdit). Au bout, passer le pont sur l'Arriussé et, à l'angle de la centrale du Hourat, emprunter la première route à droite. Elle grimpe au-delà des dernières maisons, se glisse entre deux falaises (stèle et oratoire), puis entre dans la haute vallée du gave d'Ossau (légère descente sur goudron). Sans emprunter le pont Crabé (1,8km / 0h35), donnant sur la D934, s'engager à droite sur un sentier balisé. Il passe sous une ligne électrique et ondule sur ce versant boisé. Avancer sur l'unique trace, jusqu'à rencontrer une passerelle sur le gave d'Ossau. Traverser et monter sur l'autre rive pour rejoindre très vite la D934. Traverser la route (prudence, forte circulation) et poursuivre par le sentier en face. Après quatre lacets au-dessus la route, il traverse discrètement dans des pentes abruptes (passage étroit au pied d'une falaise, prudence par temps humide) et retrouve la route 800m plus loin. Couper à nouveau la D934 (prudence, forte circulation) pour descendre maintenant sur un chemin herbeux. Un sentier prend le relais en frôlant le gave d'Ossau et débouche à l'ombre d'une dizaine de hêtres remarquables. Avancer sur une petite route vers la droite.

À la station d'épuration, un nouveau sentier grimpe fort sur la gauche jusqu'à la route. Longer la D934 à droite (prudence, forte circulation) pour entrer dans les Eaux-Chaudes. 100m avant l'église, choisir la rue à droite pour rallier l'esplanade des thermes des Eaux-Chaudes.

D **Etape 2 : Passerelle sur le Gave d'Ossau.** Franchir le gave par la passerelle métallique et, sur l'autre rive, opter pour l'allée piétonne vers la gauche (séries de marches). Un sentier prend le relais ; passer une cascade et rejoindre ainsi la D934 à la sortie des Eaux-Chaudes. Laisser le pont d'Enfer à gauche et faire 50m sur la route, jusqu'à trouver le départ, sur la droite, d'une voie partiellement goudronnée (fléchée « GRP® Tour de la Vallée d'Ossau »). Rester sur cette ancienne route aujourd'hui interdite à la circulation ; elle monte en plusieurs lacets. Parvenir dans un virage de la route de Goust, sous une ligne à haute tension : ignorer le balisage jaune et rouge pour descendre sur la route à gauche sur plus d'un kilomètre. Dans un virage en épingle (parc à bétail), quitter le goudron pour le sentier à main droite. Il passe sous les buis et retrouve la D934 un peu plus loin. Longer celle-ci vers la droite un instant (prudence, forte circulation). Traverser la route vers une aire de pique-nique côté gauche de la D934 (8,1 km / 2h45). Emprunter la passerelle sur le gave d'Ossau.

D Etape 3 : torrent du Soussoueu. Sur l'autre rive, un sentier prend le relais vers la droite. En face de la centrale électrique de Miégebat, une passerelle en bois vous aide à enjamber les trois conduites d'eau ; le ruisseau qui suit se franchit à gué. La trace gagne ensuite de l'altitude en décrivant de courts lacets, puis elle entreprend une traversée forestière dans une végétation généreuse. Passé un point haut (800m), le sentier redescend dans une buxeraie vers le torrent. Avancer en compagnie du gave, au milieu d'imposants et énigmatiques blocs rocheux couverts



de mousses. L'itinéraire finit par s'éloigner de la rivière en prenant de la hauteur dans la forêt, bientôt sur un chemin rectiligne bordé de ronces. Aux deux granges du Hourq (830m), poursuivre sur le chemin en face. Après une construction, emprunter le premier pont (torrent du Soussoueu).

D Etape 4 : Gabas. En bas, ignorer le pont sur le gave d'Ossau (11,7km / 3h55) pour suivre vers la gauche une voie goudronnée (route du Piet). Au premier virage, prolonger en face sur le sentier pastoral. Dallé, il grimpe dans la forêt avec le gave à main droite, puis frôle un lacet de la route, sans l'emprunter. Juste avant d'atteindre le bitume pour la seconde fois (920m), rester à droite sur le sentier qui gravit une croupe boisée dominant la route. A l'intersection de sentiers en T (940m), bifurquer vers la droite. L'itinéraire décrit une traversée dans la hêtraie-sapinière, puis redescend vers le gave. De l'autre côté d'une passerelle, remonter l'unique chemin jusqu'à la route. Laisser en face le sentier du lac d'Er pour longer la D934 vers la gauche sur 200m, pour trouver sur la droite le départ d'un chemin doté d'un parc à bétail. Traverser le parc en refermant les barrières et marcher droit devant. Conclure l'étape sur la route, à suivre en face, jusqu'à la Chapelle à l'entrée du hameau de Gabas.

Textes et descriptif : ADT64

D Laruns

GPS WGS 84 UTM 30T
709820 E - 4762702 N



5h



14,9km



910m

 **Balisage blanc et rouge**

★ À ne pas manquer

- **Thermes des Eaux-Chaudes.** À la sortie des gorges du Hourat, Eaux-Chaudes fut au XVII^e siècle l'une des stations thermales les plus réputées des Pyrénées. Nombre de têtes couronnées et personnalités de la bourgeoisie de l'époque sont venues « prendre les eaux » dans ce bourg insoupçonné de la Haute Vallée d'Ossau. Les thermes sont toujours fréquentés pour leur vertu thérapeutique contre les rhumatismes, infections articulaires et respiratoires.
- **Chapelle de Gabas.** Fondée en 1121 selon les vœux de Gaston IV le Croisé, vicomte de Béarn, la petite église de Gabas était un relais de l'hôpital Sainte-Christine du Somport visant à accueillir les pèlerins en marche vers Saint-Jacques de Compostelle. Elle fut donc une halte appréciée sur le Chemin d'Ossau, la veille du passage en Espagne par le col des Moines et le col du Somport.



Programme réalisé par :

Communauté de Communes de la Vallée d'Ossau - 1 avenue des Pyrénées - 64 260 Arudy - 05 59 05 66 77
www.cc-ossau.fr

Renseignements complémentaires auprès de :

l'Office de Tourisme de la Vallée d'Ossau Pyrénées - Bureau principal de Laruns - 05 59 05 31 41
www.valleedossau.com

NIV
4

GR®108

De Laruns à Gabas

Extrait de Carte 1 : 25 000 Institut géographique National



Programme réalisé par :

Communauté de Communes de la Vallée d'Ossau - 1 avenue des Pyrénées - 64 260 Arudy - 05 59 05 66 77
www.cc-ossau.fr

Renseignements complémentaires auprès de :

l'Office de Tourisme de la Vallée d'Ossau Pyrénées - Bureau principal de Laruns - 05 59 05 31 41
www.valleedossau.com

Toute l'offre des sports de nature sur l'application mobile Vallée d'Ossau Pyrénées...
et sur le site terredaventures.valleedossau.com

Bien choisir votre randonnée

Pour chaque itinéraire, vous trouverez des informations techniques et pratiques pour vous permettre de choisir votre randonnée :

Les niveaux de difficulté.

Les randonnées sont classées par ordre de difficulté défini par un code couleur suivant les recommandations de la Fédération Française de Randonnée Pédestre :

NIV 1 Très facile, moins de 2h de marche. Idéale à faire en famille, sur des chemins bien tracés.

NIV 2 Facile, moins de 3h de marche. Peut être faite en famille, sur des chemins avec quelquefois des passages moins faciles.

NIV 3 Difficile, moins de 4h de marche. Pour randonneur habitué à la marche, avec quelquefois des endroits assez sportifs ou des dénivelés.

NIV 4 Très difficile, plus de 4h de marche. Pour randonneur expérimenté et sportif. L'itinéraire peut-être long et technique (dénivelé, passages délicats).

Le balisage

Direction	Sentier de pays et PR®	GRP®	GR®
Bonne direction			
Tourner à gauche			
Tourner à droite			
Mauvaise direction			



GR®, GRP® et PR® sont des marques déposées par la Fédération Française de Randonnée Pédestre. Certains itinéraires ont été sélectionnés par la Fédération française de randonnée pédestre en fonction de critères de qualité. Ils sont labellisés PR®.

Recommandations

Météo 08 99 71 02 64 - **Appel d'urgence européen** 112

Parcourir les chemins du Béarn et du Pays Basque nécessite d'être vigilant et d'adopter un comportement respectueux, envers la nature, les hommes et les femmes qui font vivre ce territoire. Voici quelques conseils pour bien randonner.

Préservez-vous

- Ne partez pas sans le matériel nécessaire. (chaussures et vêtements adaptés, gourde, casquette, crème solaire...).
- Sur les zones pastorales gardez vos distances avec les troupeaux et les chiens.
- Evitez de partir seul, avant de partir informez un tiers de votre itinéraire.
- Ne buvez pas l'eau des ruisseaux.

- Renseignez-vous sur la météo.
- Ne surestimez pas vos capacités.

Préservez la nature

- Munissez-vous d'un sac pour emporter vos déchets.
- Respectez la faune et la flore.
- Suivez les sentiers balisés.

Respectez les activités et les hommes

- Pensez à refermer les barrières.
- Évitez de partir en randonnée avec votre chien ou tenez-le en laisse.
- N'allumez pas de feux.
- Respectez les propriétés privées traversées par les itinéraires.

Votre avis sur nos sentiers

Les itinéraires que nous vous proposons ont fait l'objet de la plus grande attention. Vos impressions et observations sur l'état de nos chemins, nous intéressent et nous permettent de les maintenir en état. Nous vous invitons à faire part de vos remarques par le biais du dispositif Suricate (<http://sentinelles>).

Les coordonnées GPS.

D **GPS** 30T 710703O - 4776694N

Pour chaque point de référence du circuit, vous trouverez des coordonnées GPS. Le système géodésique retenu compatible avec les GPS est le WGS84, la projection est en UTM et la zone 30T pour le Sud-Ouest de la France. Les valeurs du point en longitude et latitude sont données en mètre suivi de O pour Ouest ou E pour Est et N pour Nord. Téléchargez les tracés GPS des circuits sur : www.rando64.fr



Durée, donnée en heure. Cette valeur estimée tient compte de la longueur de la randonnée, du dénivelé et des éventuelles difficultés et est exprimée sans les arrêts.



Dénivelé, exprimé en mètre. Pour chaque circuit, la valeur correspond au cumul des montées.



Distance, la valeur exprimée en kilomètre correspond à longueur totale de l'itinéraire.