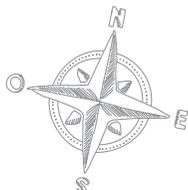




AINHOA

Bistaeder



Distance 8,6 km	Dénivelé 450 m	Durée 3h00	Typologie Boucle	Balisage Tronçons 1-2-3 : PR (jaune) Tronçon 4 GR10 : (rouge et blanc)
---------------------------	--------------------------	----------------------	----------------------------	--

Sur l'A63, prendre la sortie n°5 (Bayonne sud) et suivre la D932 vers Ustaritz et Cambo-les-Bains. Au bout de 15 km, suivre la bretelle de sortie de Cambo, continuer à droite vers Espelette (D918). 800 m après la sortie d'Espelette, au carrefour avec la D20, bifurquer à gauche pour continuer vers Ainhoa. Passer le col de Pinodieta et rejoindre Ainhoa (parking à proximité du fronton).

Coordonnées GPS : UTM : 621733 - 4796023 Lat/Long : 43.30718 -1.49901

Ainhoa, classé parmi les Plus Beaux Villages de France, vous invite à découvrir la douceur de son environnement. Aux colombages chatoyants du centre du village, succède une campagne paisible ponctuée de fermes isolées. Une grimpette soutenue mais relativement courte en compagnie des pottok et des troupeaux de brebis vous hisse sur les flancs des collines et montagnes. S'en suit alors un magnifique sentier en balcon à découvert, offrant un vaste panorama sur l'Espagne, la vallée de la Nivelle, la Rhune et plus loin, la côte. Trois immenses croix blanches dominant fièrement le village d'Ainhoa et faisant face au sommet pyramidal de l'Atxuria guident vos pas vers Notre Dame de l'Aubépine, lieu divin pour le pique-nique. Ici, de splendides stèles basques ajoutent à la dimension spirituelle que revêt ce belvédère unique. Finalement, c'est par le chemin de Croix et la fontaine d'Arrantzazu, la Vierge du Rocher, que vous redescendrez vers les ruelles typiques d'Ainhoa.



TRONÇON 1 > De la Place du Fronton d'Ainhoa à la passerelle

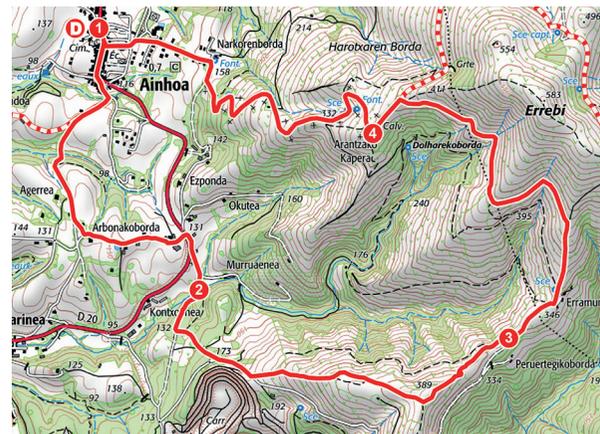
UTM : 621733 - 4796023.

Remonter toute la rue principale (D20), la quitter avant le premier virage en descendant tout droit, et de suite à gauche. À 50 m, prendre la rue à droite, puis monter à droite au niveau du parking et du ruisseau. Au Y suivant, descendre à gauche (impasse tout droit). La route monte. Dépasser la première maison et à 100 m, au carrefour, prendre la route à gauche sur 80 m, puis à nouveau à gauche. Poursuivre jusqu'à la D20 (stop). La traverser et continuer en face sur la route qui descend vers la droite. En bas, au niveau du virage (107 m), continuer tout droit par une piste sur 50 m, jusqu'à une passerelle et un passage à gué.

TRONÇON 2 > De la passerelle au portillon

UTM : 622307 - 4794800.

Franchir la passerelle et continuer sur la piste. À 250 m, monter sur une piste raide à gauche, et déboucher sur une route que l'on gravit vers la gauche. Au bout de 200 m, juste après une barrière canadienne, quitter la route pour monter à gauche sur une piste, puis un sentier. Plus haut, longer une clôture rectiligne par la gauche et poursuivre ensuite dans la même direction jusqu'à un petit sommet (389 m). De là, bifurquer à gauche sur la crête, descendre en direction d'un pré (avec bergerie) ; le longer par la gauche et en contrebas, en direction d'un portillon.



TRONÇON 3 > Du portillon à la chapelle d'Arantza (Notre Dame de l'Aubépine)

UTM : 623835 - 4794684.

Après le portillon, prendre pied sur la piste à suivre vers la gauche. Laisser sur votre droite l'entrée (2 poteaux en bois rouges) d'une ferme (Erremuntenborda) et continuer à monter tout droit. À mi-pente entre Erremuntenborda et la crête qui vous domine, quitter le sentier principal pour partir à gauche sur un sentier en balcon. Au niveau d'un petit bosquet de hêtres, le sentier passe juste à gauche du gros hêtre. Continuer ainsi jusqu'à arriver légèrement en amont de 3 grandes croix blanches situées à main gauche : les rejoindre (balisage rouge et blanc du GR10) ainsi que la chapelle d'Arantza (Notre Dame de l'Aubépine).

TRONÇON 4 > De la chapelle d'Arantza à Ainhoa

UTM : 623103 - 4795637.

À droite de la chapelle, s'engager en descente sur une piste empierrée. La suivre en passant devant la fontaine d'Arrantzazu (vierge sur le rocher, à main gauche). Quand elle rejoint une petite route, prendre la route vers la droite. À la première intersection, descendre par la route de gauche et la suivre jusqu'à un grand carrefour avec une croix couleur lie de vin : partir à gauche et, à 30 m de là, s'engager sur la rue piétonne entre les containers de recyclage et la Maison pour tous. Remonter la ruelle qui aboutit sur la rue principale (D20) où l'on retrouve l'église et le fronton.



POINTS D'INTÉRÊT

❖ Les pottok (4,1 km)

Sur les flancs de l'Errebi, vous verrez probablement quelques pottok : ce grand cheval de race locale et rustique, évolue dans ces montagnes en totale liberté, y passant le plus clair de sa vie. Durant des siècles, il fut utilisé par les paysans pour les travaux de la ferme, mais aussi dans certaines mines grâce à son gabarit passe-partout et à sa docilité.

❖ Les stèles discoïdales (6,4 km)

Tout près de la chapelle, plusieurs stèles discoïdales sont disposées au pied des trois grandes croix. Composées d'un socle de granit surmonté d'un disque où sont gravés divers motifs, ces stèles ne sont pas toujours associées à des tombes. La variété des symboles remonteraient à une ère antérieure au christianisme.

UTM : 623 103 - 4795 637

❖ La chapelle d'Arantza ou Notre Dame de l'Aubépine (6,4 km)

Située sur un belvédère idyllique, la chapelle d'Arantza (signifiant aubépine) trouve son origine suite à l'apparition de la Vierge devant un jeune berger. Elle lui serait apparue près du village, dans un buisson d'aubépine.

UTM : 623 103 - 4795 637

POINTS D'ATTENTION

Attention à la circulation en traversant la D20 (1,75 km).
UTM : 622 221 - 4795 054

ÉQUIPEMENTS ET SERVICES

- Ainhoa, place du fronton, point d'eau, toilettes, tables de pique-nique.
UTM : 621 733 - 4796 023

- Chapelle d'Arantzazu, lieu idéal pour le pique-nique.
UTM : 623 103 - 4795 637

Les randonnées

Mode d'emploi

NIVEAUX DE DIFFICULTÉ

Les randonnées pédestres sont classées par difficulté dans la fiche de chaque circuit. Cette classification est celle de la Fédération Française de Randonnée Pédestre.

Très Facile. Moins de 2 h de marche. Idéale pour la famille, sur des chemins bien tracés.

Facile. Moins de 3 h de marche. Peut être faite en famille. Sur des chemins, avec quelquefois des passages moins faciles.

Moyen. Moins de 4 h de marche. Pour randonneur habitué à la marche. Avec quelquefois des endroits assez sportifs ou des dénivelés.

Difficile. Plus de 4 h de marche. Pour randonneur expérimenté et sportif. L'itinéraire est long ou difficile (dénivelé, passages délicats), ou les deux à la fois.

ITINÉRAIRES VTT

Très Facile. Chemin large et roulant, dénivelé inférieur à 300 m.

Facile. Sentier assez roulant, dénivelé inférieur à 300 m.

Moyen. Sentier technique, dénivelé inférieur à 800 m.

Difficile. Sentier très difficile, dénivelé de 300 à 800 m

DÉNIVELÉ

Il représente le total des montées.

DURÉE DE LA RANDONNÉE

La durée de chaque circuit est donnée à titre indicatif. Elle tient compte de la longueur de la randonnée, des dénivelés et des éventuelles difficultés. Le temps de parcours est calculé sans les arrêts.

RANDONNÉES LABELLISÉES PR®

Avec ce label, la Fédération Française de Randonnée Pédestre agréé un certain nombre d'itinéraires pédestres en fonction de critères de qualité. Le choix se fait en fonction de critères d'agréments, techniques, touristiques et environnementaux (info sur www.ffrandonnee.fr)

COORDONNÉES GPS

Les coordonnées du point de départ sont données en latitude/longitude afin que vous puissiez les rentrer dans le GPS de votre véhicule. Toutes les autres données (points d'étape du parcours) sont fournies en coordonnées UTM. Le format de référence est le suivant : WGS 84 - UTM 30T

BALISAGE

Les sentiers présentés dans cet ouvrage sont des PR® et sont balisés en jaune. Des tronçons peuvent toutefois être communs avec des GR, auquel cas un balisage blanc et rouge sera à suivre. Cela vous sera précisé dans les fiches randonnées.

	SENTIERS DE PAYS ET PR®	SENTIERS GRP PAYS	SENTIERS GR®	SENTIERS VTT
BONNE direction	—	—	—	▲▲
Tourner à GAUCHE	└┐	└┐	└┐	◀▲
Tourner à DROITE	┐└	┐└	┐└	▶▲
MAUVAISE direction	X	X	X	✖

Les bonnes pratiques en randonnée

Parcourir les chemins du Pays Basque nécessite d'adopter un comportement respectueux envers la nature mais également envers les hommes et les femmes qui font vivre ce territoire. Il est important que quelques règles soient respectées.

Préparez-vous avant de partir

- Ne partez pas sans le matériel nécessaire (carte, eau, vêtements adaptés, etc).
- Evitez de partir seul ou avertissez un proche, la mairie (l'absence de réseau téléphonique dans certaines zones peut vous rendre injoignable).
- Ne buvez pas l'eau des ruisseaux et ne vous y baignez pas.
- Renseignez-vous sur la météo qui peut être très changeante.
- Informez-vous sur les périodes d'écobuage, de chasse, chantiers sylvicoles..., etc.

Préservez la nature

- Munissez-vous d'un sac pour emporter vos déchets.
- Observez les animaux de loin, en silence.
- Ne cueillez pas les fleurs sauvages, ni les baies et les champignons sans autorisation.
- Respectez la signalétique mise en place et restez sur les sentiers balisés.

Respectez les activités agricoles et pastorales

- En voiture, modérez votre vitesse à l'approche des troupeaux.
- Garez-vous sur les emplacements prévus à cet effet pour ne pas gêner la circulation.
- Evitez de partir en randonnée avec votre chien, sinon tenez-le en laisse.
- Pensez à refermer les barrières derrière-vous.
- Respectez les propriétés privées qui bordent les itinéraires.
- Restez à distance des animaux en liberté ; ne les nourrissez pas.
- N'allumez pas de feu ou de barbecue.
- Ne campez que dans les zones où la pratique est autorisée.

La gestion de vos déchets

Lors de vos randonnées, gardez vos déchets dans votre sac à dos. Une fois chez vous, triez les déchets, ils trouveront peut-être une seconde vie !

NUMÉROS UTILES

- Météo France :
08 99 71 02 64 ou 32 50
ou www.meteofrance.fr

- Secours / Appels d'urgence :
SECOURS 112, SAMU 15, POMPIERS 18



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 sentiers nous intéressent et nous permettent de les maintenir en état. Nous vous invitons à signaler tout problème ou toute remarque utiles sur : sentinelles.sportdenature.gouv.fr

ADRESSES UTILES

Office de Tourisme Pays Basque :
Turismoko harrerako Bulegoak:

- ESPELETTE, rue principale
+33(0)5 59 93 95 02

- SAINT-PÉE-SUR-NIVELLE, rue du fronton
+33(0)5 59 54 11 69

- AINHOA, rue principale
+33(0)5 59 29 93 99

- SARE, mairie
+33(0)5 59 54 20 14

- ASCAIN, rue Oletako bidea
+33(0)5 59 54 00 84

- URRUGNE, place René Soubelet
+33(0)5 59 54 60 80

Office de tourisme de Cambo-les-bains
Herriko Etxeko etorbide
+33(0)5 59 29 70 25

LES PROFESSIONNELS

De nombreux professionnels et animateurs brevetés vous accompagnent en dehors des sentiers battus. Pour bénéficier de leurs services, nous vous invitons à contacter les bureaux d'accueil touristiques de l'Office de Tourisme Pays Basque.