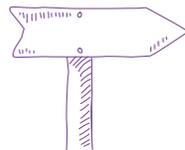




**ISPOURE**

# Etchaine



Distance  
**7 km**

Dénivelé  
**300 m**

Durée  
**2h00**

Typologie  
**Boucle avec passage en A/R**

Balisage  
**PR (jaune)**

Depuis le bureau d'accueil touristique de Saint-Jean-Pied-de-Port, prendre la D933 en direction de Saint-Palais. A la sortie de Saint-Jean-Pied-de-Port, prendre à gauche pour atteindre le village d'Ispoure.

Coordonnées GPS : **Lat/Long : 43.17110415892077, -1.233130804600248**

Une vue très significative des vignes en terrasse sur les flancs de l'Arradoy et, depuis la table d'orientation, la vallée et les crêtes des Pyrénées.



## TRONÇON 1 > Départ

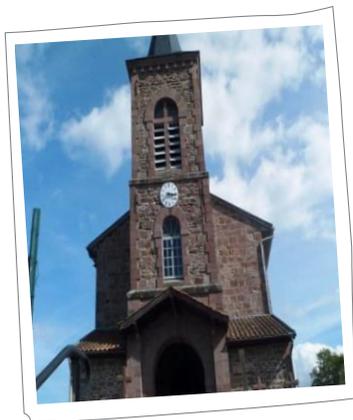
Dos à la mairie, prendre la direction du domaine d'Abotia, puis au niveau de la croix prendre la route à gauche. De là très belle vue dégagée sur la cité fortifiée de Saint Jean Pied de Port, citée navarraise de la fin du 12ème siècle et début du 13ème, puis sous la coupe du royaume de France à partir de la fin du 16ème siècle. Découvrez ses fortifications et à l'emplacement de l'ancien château fort, la citadelle remaniée par l'architecte de Louis 14, Vauban. Il ne fut pas le précurseur du site construit dès 1625 et réaménagé par Vauban en 1685. D'ici aussi jolie vue sur le vignoble d'Irouléguay, Appellation d'Origine Protégée qui s'étend sur plusieurs de communes de Cize et de Baigorri et regroupe une cinquantaine de producteurs.

## TRONÇON 2 > Artzubi

Puis prendre à gauche à la 2° intersection. Traverser le ruisseau "Artzuby". Continuer tout droit et avant la maison "Mendiondo" tourner à gauche le long du petit ruisseau. Traverser les vignes à flanc après Mendiondo. C'est l'AOP Irouléguay qui est planté ici, sur des parcelles à flanc de montagne, parfois avec des pentes fortes, plantations en terrasses. On y récolte du raisin pour des assemblages de vins rouges rosés et blancs. Une cinquantaine de producteurs travaillent la terre et le vin, une dizaine de domaines sont indépendants et une cave coopérative regroupe la majorité des viticulteurs, elle est située à Saint Etienne de Baigorri à 12 km de la cité fortifiée de Saint Jean Pied de Port.

## TRONÇON 3 >

A l'intersection des pistes, tourner à gauche pour regagner Ispoure (ou un aller-retour à droite jusqu'à l'aire de pique-nique avec un barbecue, une table d'orientation, un point d'eau et des





sanitaires). De là vous avez une vue imprenable sur les cols de montagne : pic de Béhorléguy, forêt d'Irati avec ses sommets comme Errozate, Okabe et sa nécropole de cromlechs, le sommet Urkulu et les vestiges de tour romaine, les villages de la plaine de Cize comme celui de Saint Jean Le Vieux ancienne station romaine où subsistent les vestiges des thermes romains. En contre bas, le village fortifié de Saint Jean Pied de Port se détache du paysage, ses tours de gué et sa citadelle veille sur ses habitants.

#### TRONÇON 4 > Au pied de l'Arradoy

Prendre la route à gauche. Puis à gauche deux fois et poursuivre sur la route au pied de l'Arradoy.

#### TRONÇON 5 > Retour village

Au carrefour à droite vers le village, traverser le pont et remonter vers l'église à gauche.



### POINTS D'INTÉRÊT

#### v Table d'orientation

Ce versant sud de l'Arradoy permet de bénéficier d'une vue remarquable sur Saint-Jean-Pied-de-Port. La position stratégique de la ville, au pied des cols (ou ports) de Cize, se révèle dans le paysage. Dans l'axe, la vallée de la Nive de Béhérobie se dessine avec au loin le sommet d'Errozate (1345 m).

UTM : 642615 - 4782365

#### v Pic d'Arradoi

Contrairement à d'autres sommets, le pic d'Arradoi s'apprécie davantage pour son caractère végétal. Son altitude de 660 m l'explique en partie. Ainsi, autour du sommet où se dressent des belles dalles de grès, les chênes laissent de la lumière aux myrtilliers qui tapissent généreusement le sol.

UTM : 643447 - 4783116

### ÉQUIPEMENTS ET SERVICES

Aire de pique-nique avec tables, eau potable, toilettes et poubelles.  
UTM : 642579 - 4782371



# 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 et 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 LABELISÉES 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](http://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<br>ET PR® | SENTIERS<br>GRP<br>PAYS | SENTIERS<br>GR® | SENTIERS<br>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, triezy 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](http://www.meteofrance.fr)  
- Secours / Appels d'urgence :  
12, 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](http://sentinelles.sportdenature.gouv.fr)

## ADRESSES UTILES

Office de Tourisme Pays Basque :  
Bureaux d'accueil touristique  
- SAINT-ÉTIENNE-DE-BAÏGORRY  
Place de la mairie  
+33(0)5 59 37 47 28  
- SAINT-PALAIS  
Espace Chemin Bideak  
55, rte de Gibraltar  
+33(0)5 59 65 71 78  
- SAINT-JEAN-PIED-DE-PORT  
Place Charles de Gaulle  
+33(0)5 59 37 03 57

## 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.

