

  
**TRÈS FACILE**

LAHONCE

# Sentier de l'abbaye

Distance **2,2 km** | Dénivelé **75 m** | Durée **1h00** | Typologie **Boucle** | Balisage **Tronçons 1 et 2 : PR et GR8**

Dans la périphérie Est de Bayonne, rejoindre le secteur du centre commercial Ametzondo (direction Pau), puis suivre les boulevards vers Bayonne-centre, Lahonce et Urcuit. Au rond-point en bordure de l'Adour, suivre maintenant les directions de Lahonce, Urcuit et Urt (D52). Rouler sur 2 km puis bifurquer à gauche sur la D261 vers Urt et Lahonce. 3,5 km plus loin, tourner à droite pour monter vers Lahonce (D161). Parking à droite de l'église, devant un espace commercial (place Louis Laffargue).

Coordonnées GPS : UTM : 630450 - 4816180 Lat/Long : 43.48715/-1.38676

Le village de Lahonce occupe un véritable balcon sur la vallée fertile de l'Adour ; c'est ici, à la croisée des voies navigables et autres chemins commerciaux, que les moines de l'Ordre des Prémontrés ont construit une abbaye en 1164. Tour à tour bastion d'évangélisation, bâtiment agricole, hôpital militaire ou enfin église paroissiale, l'édifice roman a gardé l'intégralité de son corps au fil des siècles et vient de bénéficier d'une rénovation récente. Si l'abbaye est l'attraction principale de cette balade, découverte sous tous ses angles, son environnement proche est aussi à l'honneur. Par des sentiers discrets où l'on se croirait converti et en quête d'un lieu de méditation, le circuit visite un vallon boisé à la végétation luxuriante, une forêt d'abondance où mousses et fougères sont à la fête, puis il parcourt les hauteurs du village parmi les demeures d'architecture traditionnelle.



## TRONÇON 1 > De l'abbaye au vallon boisé

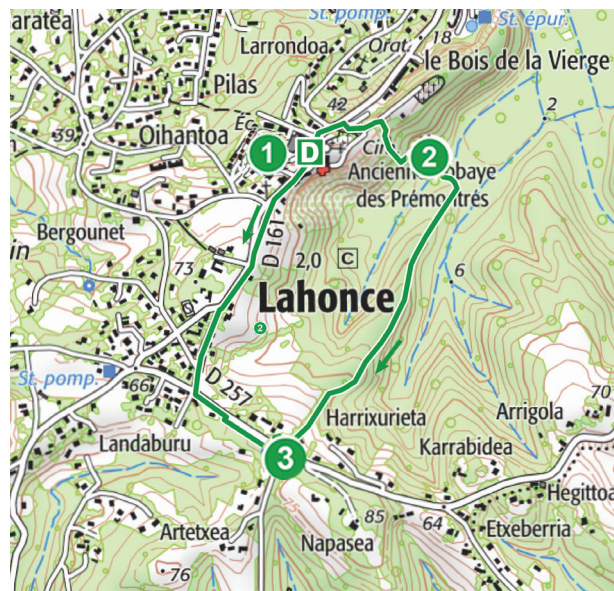
UTM : 630450 - 4816180

De la place Louis Laffargue de Lahonce (sous la mairie et l'église), descendre 50 m en bordure de route principale puis prendre la première rue à droite. Elle remonte aussitôt vers l'arrière de l'abbaye ; sur l'esplanade herbeuse, juste avant le point de tri, descendre par un sentier sur la droite (balisé en rouge et blanc - GR8). Il plonge dans un bois (sol glissant par temps humide) et rejoint une intersection.

## TRONÇON 2 > Du vallon boisé à la D257

UTM : 630740 - 4816137

A l'intersection au fond du vallon boisé, prendre en face le sentier balisé qui utilise tout de suite des caillebotis pour traverser une zone humide. A la sortie, passer sous de grands arbres moussus et longilignes ; le sentier investit une croupe boisée et va remonter longuement au milieu des chênes et fragnons. Il passe plus haut près d'une ruine puis se glisse entre des propriétés pour rejoindre la route.



## TRONÇON 3 > Retour à Lahonce par le point de vue

UTM : 630444 - 4815404

Après le portillon métallique (à refermer derrière vous), longer prudemment la D257 vers la droite sur 300 m. A hauteur du chemin Kurutz (sur votre gauche), tourner à droite par le passage piéton (interdit aux véhicules) pour remonter désormais la rue Printania. En bout de ligne droite, rejoindre la rue de l'abbaye, à longer vers la droite. Une allée piétonne conclut la balade en passant par un point de vue aménagé et en descendant vers la mairie et l'abbaye.



## POINTS D'INTÉRÊT

### ❖ L'abbaye des Prémontrés (0,2 km)

Dès le départ ou au retour de la balade, l'abbaye de Lahonce mérite un regard attentif sur l'ensemble des bâtiments rénovés et annexes de l'église romane, construite en 1164. Remarquer notamment son cadran solaire, ses travées, ses encadrements en pierre, ou encore ses stèles discoïdales (visites guidées en été).  
UTM : 630502 - 4816120

### ❖ Luxuriance végétale (0,5 km)

Tout à la fois humide et lumineuse, la forêt de ce vallon confidentiel est très luxuriante. On y trouve plusieurs strates végétales selon les besoins des espèces en apport de lumière. Admirez comment les fougères parviennent même à s'inviter dans les mousses qui colonisent les troncs des chênes, parfois jusqu'à 20 m du sol.  
UTM : 630800 - 4816059



### ❖ L'abbaye et l'Adour (1,9 km)

La rive gauche du val d'Adour maritime a traversé les siècles comme zone d'influence entre Labourd, Landes, Basse-Navarre et Béarn. Les hommes ont utilisé les voies navigables, exploité les terres fertiles des abords du fleuve et implanté sur les hauteurs bourgs et villages, ainsi que l'abbaye fondée par l'Ordre des Prémontrés.  
UTM : 630325 - 4815902

## POINTS D'ATTENTION

- Sentier glissant après les pluies.  
UTM : 630629 - 4816175  
- Passage en bordure de la D257 sur 300 m.  
UTM : 630444 - 4815404

## ÉQUIPEMENTS ET SERVICES

Alimentation place Louis Laffargue : Lahonce.  
UTM : 630450 - 4816180



# 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](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 ET PR®	SENTIERS GRP PAYS	SENTIERS GR®	SENTIERS VTT
BONNE direction				
Turner à GAUCHE				
Turner à DROITE				
MAUVAISE direction				

# 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, trie 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 :  
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](http://sentinelles.sportdenature.gouv.fr)

### ADRESSES UTILES

**Office de Tourisme Pays Basque :**  
Bureaux d'accueil touristique

- URT : place du marché  
+33(0)5 59 56 24 65

- BIDACHE : place du fronton  
+33(0)5 59 56 03 49

- HASPARREN : place Saint-Jean  
+33(0)5 59 29 62 02

- LA BASTIDE-CLAIRENCE :  
Place du Fronton  
+33(0)5 59 56 03 49

### 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.