



MOYEN

ASCAIN

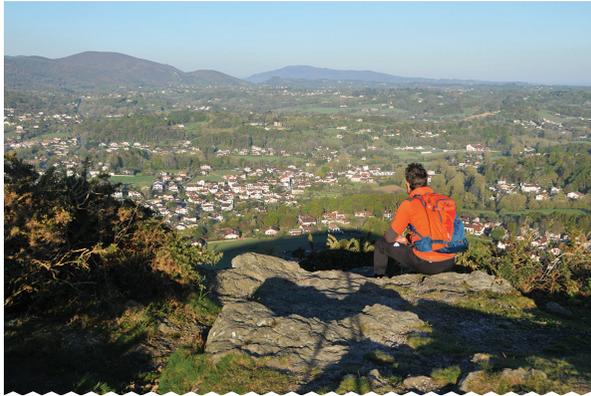
Sentier des sommets

Distance 10,2 km	Dénivelé 480 m	Durée 3h00	Typologie Boucle	Balilage PR sur tout l'itinéraire
----------------------------	--------------------------	----------------------	----------------------------	---

Depuis Saint-Jean-de-Luz (sortie n°3 de l'A63), suivre la D918 vers Ascaïn et Saint-Pée-sur-Nivelle. Rejoindre le centre-ville et se garer sur le parking derrière l'église ou sur les autres à proximité.

Coordonnées GPS : UTM : 611 911 - 4800 008 Lat/Long : 43.34458/-1.61926

L'une des plus emblématiques balades de la côte basque, à la fois panoramique et patrimoniale. Sur les hauteurs d'Ascaïn, l'itinéraire parcourt les collines panoramiques du col de Saint-Ignace avec un horizon partagé entre montagne et océan, de la Rhune à la baie de Saint-Jean-de-Luz.



TRONÇON 1 > De Ascaïn au Bizkarzun

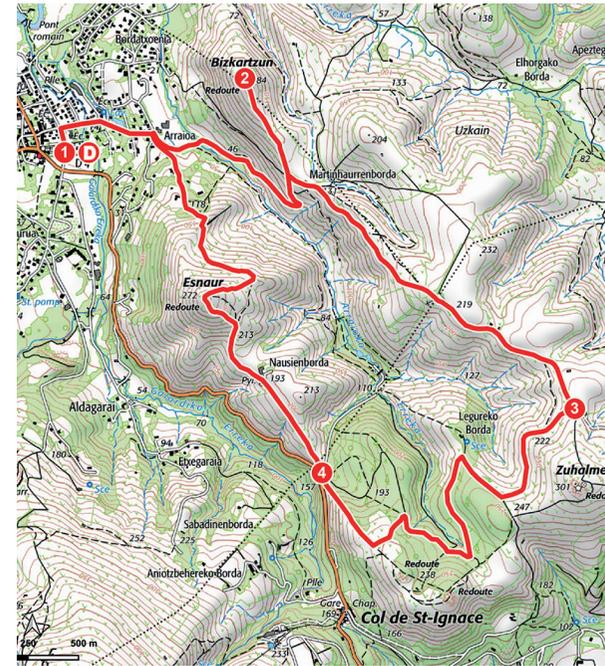
UTM : 611911 - 4800008

Au bas du parking de l'église (P1), suivre à gauche la rue du cimetière ; tourner dans la première rue à droite (entre fronton et école Sainte-Marie, vers P2). Remonter la rue d'Arraioa jusqu'au bout. En haut (ferme Arraioa), prendre en face le chemin creux fléché "sentier des sommets" qui rejoint une intersection en Y, proche d'un petit canal : descendre à gauche pour traverser un ruisseau (passerelle) et monter sur l'autre rive sur un chemin large et caillouteux. Après une traversée ascendante, quitter la piste dans le second lacet pour monter sur le sentier en face. Il coupe un nouveau chemin et continue tout droit le long d'un muret. Marcher entre les genêts jusqu'au sommet.

TRONÇON 2 > Du Bizkarzun au col de Suhalmendi

UTM : 612770 - 4800438

Du sommet du Bizkarzun, revenir sur vos pas jusqu'à l'intersection au pied du muret : tourner à gauche et passer devant la grange Martinhaurren, au pied d'un beau chêne. Faire 50 m en face sur le large chemin, puis choisir le chemin de droite au Y. Il monte régulièrement sur le flanc sud de la colline. Sur un replat avec une croix et une pierre gravée (vue sur la Rhune), continuer sur la piste empierrée en face, puis très vite à droite, pour continuer la marche sur la large croupe. Passer à côté d'un point d'information sur les porcs basques du Kintoa.



TRONÇON 3 > Du col de Suhalmendi au col de Nausien

UTM : 614518 - 4798931

A l'intersection du col de Suhalmendi, descendre par le chemin à droite (loges à porcs basques). Dans le premier vallon, laisser un sentier à gauche et continuer à droite sur le chemin sous les pins. Il descend vers une intersection en T (entre les parcelles 40 et 41) : tourner à gauche. Sableux et horizontal, le chemin rejoint le fond d'un second vallon boisé (ruisselet) ; garder la continuité du chemin, à droite. Il remonte un peu vers une intersection de 4 chemins : monter dans le bois par celui de gauche. Juste avant une plantation, continuer sur le sentier à droite. Il se glisse sous les pins et rejoint une crête panoramique. Descendre vers la droite sur le sentier de crête.

TRONÇON 4 > L'Esnaur et retour à Ascaïn

UTM : 613307 - 4798528

Par une descente rectiligne, parvenir à un col proche de la route D4 (parking) : remonter en face par la route de Nausienborda. Arrivé à la ferme, suivre le sentier qui descend à gauche du hangar. Il longe une clôture puis monte à droite entre les genêts. Dans la pente, il bifurque à 90° à gauche et grimpe au plus droit sur la colline de l'Esnaur (passage éprouvant). Au sommet, face à l'océan, prendre le sentier qui descend sur votre droite. Au niveau d'un replat (petit dôme à droite), tourner à gauche pour trouver la continuité du sentier qui file vers Ascaïn. En bas, entrer en face dans un bois puis, juste après le portillon, descendre à droite sur le goudron. Retrouver ainsi la ferme d'Arraioa et la rue à gauche qui dégringole jusqu'à Ascaïn.

POINTS D'INTÉRÊT

❖ La redoute du Bizkarzun (2,2 km)

Sur le sommet panoramique de Bizkarzun et bien que les genêts l'aient investi, on peut remarquer les vestiges d'une redoute, ancien poste de défense de la frontière franco-espagnole face à l'armée britannique, au début du XIX^e siècle. UTM : 612770 - 4800438

❖ Les porcs basques du Kintoa (4,3 km)

UTM : 614359 - 4799153

Du côté du col de Suhalmendi, on côtoie un élevage de porcs basques du Kintoa, race locale élevée en plein air et avec la vue sur l'océan ! (jeux et informations sur le thème du jambon aux odeurs de noisette et d'épices).

❖ Vue sur le train de la Rhune (6,8 km)

Depuis ces crêtes dominant le col routier de Sainte-Ignace, on fait face à la ligne de chemin de fer du train de la Rhune. C'est une voie à crémaillère à traction électrique, inaugurée en 1924 qui hisse des rames d'époque du col au sommet sur 4,2 km. Du fait de la pente, la motrice pousse les voitures à la montée et les retient à la descente. UTM : 613493 - 4798274

❖ La redoute de l'Esnaur (8,2 km)

Plus de vingt redoutes furent réparties sur le massif de la Rhune pour protéger la frontière et contenir les assauts des assaillants. Une première utilisation remonte à 1793 face aux vellétés espagnoles, une seconde à 1813 quand le maréchal Soult tenta de résister aux troupes anglaises de Wellington. UTM : 612662 - 4799350

ÉQUIPEMENTS ET SERVICES

- Tous commerces et services (Ascaïn)

UTM : 611 755 - 4800 085

- Point d'eau, toilettes (Ascaïn, près du fronton de Chourio)

UTM : 611 882 - 4800 135

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	✗	✗	✗	✗

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.