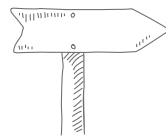




AUSSURUCQ

Ahüzkı



Distance
10,5 km

Dénivelé
540 m

Durée
5h30

Typologie
Boucle

Balilage
Jaune PR

Se rendre à Ahüzkı par Aussurucq ou Alçay côté Soule, ou bien par Mendive si vous arrivez de Saint-Jean-Pied-de-Port. Se garer au croisement juste au dessous de l'auberge, au col d'Ibarbürüa.

Coordonnées GPS : UTM : 661530 - 4773255 Lat/Long : 43.09480 /- 1.01522

Ahüzkı, connu pour sa célèbre fontaine est aussi un haut lieu du pastoralisme en Soule. Cette très belle randonnée permet de découvrir un milieu très original aux multiples facettes. C'est le massif karstique des Arbaïlles, une moyenne montagne humanisée. Tout y est : le patrimoine naturel avec des curiosités géologiques surprenantes, une faune et une flore très riches, mais aussi la relation étroite entre l'homme et le milieu, avec les pâtures et les nombreux troupeaux en estive. L'itinéraire passe près de plusieurs cayolars et offre des points de vue saisissants sur la montagne basque.



TRONÇON 1 > Col d'Ibarbürüa

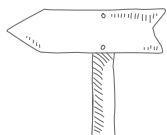
UTM : 661530 - 4773255

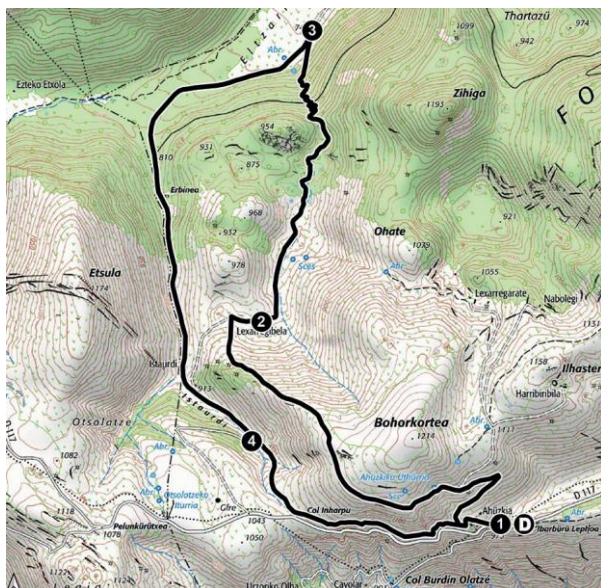
Repérer le panneau "Fontaine d'Ahüskı". Se diriger vers l'auberge et suivre la route qui monte en lacets vers la fontaine. Suivant la saison, on peut observer de nombreuses orchis (genre d'orchidées) au bord du chemin. Après quelques virages, prendre le sentier à gauche. Penser à faire le plein d'eau en passant à la source, c'est le seul point d'eau de l'itinéraire. Redescendre légèrement et longer les abreuvoirs. Le sentier progresse maintenant à flanc de montagne et, après plusieurs passages rocheux, débouche sur un vaste dôme arrondi. Attention, être très vigilant par temps de brouillard car c'est une zone de pâtures sans sentier bien marqué, sans relief pour se repérer. Suivre les piquets de balisage en restant le plus possible sur la crête légèrement descendante en direction d'un bosquet de hêtres. Passer à droite des arbres et descendre plus franchement. La sente est maintenant mieux marquée. Suivre les piquets jusqu'à la piste. Tourner à droite et avancer jusqu'au cayolar de Lexarregibela tout proche. Fin de la piste.

TRONÇON 2 > Cayolar de Lexarregibela

UTM : 660112 - 4774286

Passer entre le cayolar et la salle de traite pour se diriger vers un petit vallon herbeux que l'on suit jusqu'à l'entrée de la forêt. A partir de là, changement de décor : on évolue dans une zone de lapiaz sous couvert forestier.





Suivre le sentier creusé dans le rocher ou empierré par nos ancêtres pour faciliter la progression dans ce que le géographe Georges Viers nommait "l'enfer des lapiaz". Franchir un petit col et descendre en lacets. Le sentier traverse une piste forestière et, après de nouveaux lacets, débouche sur un immense plateau : le poljé d'Elzarre.

TRONÇON 3 > Poljé d'Elzarre

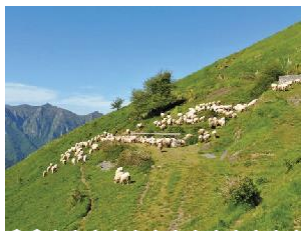
UTM : 660287 - 4775927

Prendre la piste à gauche. Longer le plateau avant d'entrer dans le bois. Remonter jusqu'au cayolar d'Istaurdi à 2,5 km d'Elzarre. Ne pas prendre à gauche la piste qui mène à Lexarregibela. Continuer tout droit jusqu'à une épingle à cheveux, au niveau d'un ravin.

TRONÇON 4 > Ravin d'Istaurdi

UTM : 660113 - 4773612

Quitter la route et monter par un sentier à gauche du ravin. On atteint bientôt le col d'Inharpu près de la D417. Ne pas prendre la route et monter à gauche sur une centaine de mètres en suivant les piquets de balisage. Suivre le sentier qui surplombe la route jusqu'au virage au-dessus de l'auberge et rejoindre le parking par la petite route.



POINTS D'INTÉRÊT

v Ahüzkiz et sa source célèbre Il y avait, fin XIX^e et début XX^e, trois hôtels de cure à Ahüzkiz.

Comme il n'y avait pas de route carrossable, les curistes montaient à dos de mule. Aujourd'hui, il reste une auberge, fameuse dans la région, ouverte de mai à septembre.

UTM : 661530 - 4773255

POINTS D'ATTENTION

- Randonnée déconseillée par temps de brouillard. Sans visibilité il est difficile de s'orienter sur certaines parties du parcours.

- Seul point d'eau au niveau de la fontaine.

- Itinéraire déconseillé en période de chasse à la palombe du 1^{er} octobre au 15 novembre.

- Zone de pastoralisme : fermer les barrières, ne pas effrayer les aimaux, tenir les chiens en laisse, passer toujours à distance raisonnable du bétail.

- S'équiper de bonnes chaussures de montagne. La descente dans les lapiaz de la forêt peut-être très glissante donc délicate par temps humide.

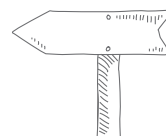
ÉQUIPEMENTS ET SERVICES

- Table d'orientation au col d'Ibarbürüa.

UTM : 661574 - 4773251

- Auberge d'Ahüzkiz, ouverte de mai à septembre.

- Fête des bergers : elle a lieu tous les ans le dimanche après le 15 août. On y pratique des jeux très anciens, nés des défis que se lançaient autrefois les bergers de ces montagnes (course, lancers, sauts...).



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 LABELISÉES PR®

Avec ce label, la Fédération Française de Randonnée Pédestre agréée 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).
- Évitez 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.
- Évitez 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 :
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

ADRESSES UTILES

Office de Tourisme Pays Basque :
Bureaux d'accueil touristique

- TARDETS
Rue Arhanpia
+33(0)5 9 28 51 28

- MAULÉON
Rue Jean-Baptiste Heugas
+33(0)5 9 28 02 37

LES PROFESSIONNELS

De nombreux professionnels et amateurs 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.

