

Distance 3,3 km	Dénivelé 82 m	Durée 1h	Typologie Boucle	Balisateur PR
--------------------	------------------	-------------	---------------------	------------------

Depuis Bayonne, suivre la D932 en direction de Cambo-les-Bains. Environ 2,5 km après la sortie du village d'Ustaritz, prendre la D650 en direction d'Halsou. 750 m plus loin, traverser le chemin de fer et se garer une cinquantaine de mètres plus loin sur le parking faisant face à l'église.

Coordonnées GPS : UTM : 627720 - 4803593 Lat/Long : 43,3743/-1,4234

**A**u départ d'un très beau petit village, Halsou, cet itinéraire est idéal pour les familles qui cherchent un itinéraire facile et ombragé. Au milieu des chênes têtards il fera bon chercher un peu de fraîcheur pendant les chaleurs estivales. Cette forêt est très agréable et il est d'ailleurs étonnant de se sentir entouré de forêt en se trouvant aussi proche des habitations environnantes. Le lavoir d'Arraia, isolé dans la nature, apporte une touche originale qui permet de se rendre compte de ce que pouvait être la vie d'autrefois.



### TRONÇON 1 > Départ

UTM : 627720 - 4803593

Depuis le parking, face à l'église, partir sur la droite sur la route pendant 80 m. Sur la gauche se trouve la maison pour tous (Denentzat : "pour tout le monde" en basque). Passer derrière la maison pour trouver le début du sentier qui s'enfonce dans la forêt par un petit sentier très agréable.

### TRONÇON 2 > Bifurcation

UTM : 628300 - 4804041

Après 950 m de marche, arriver à une bifurcation. Prendre à gauche et continuer dans la forêt.

### TRONÇON 3 > Passerelle

UTM : 628428 - 4804271

Traverser la passerelle qui se présente à vous en prenant à gauche. Ne pas prêter attention au panneau "Bizkar Handi" (autre randonnée qui part sur la droite).

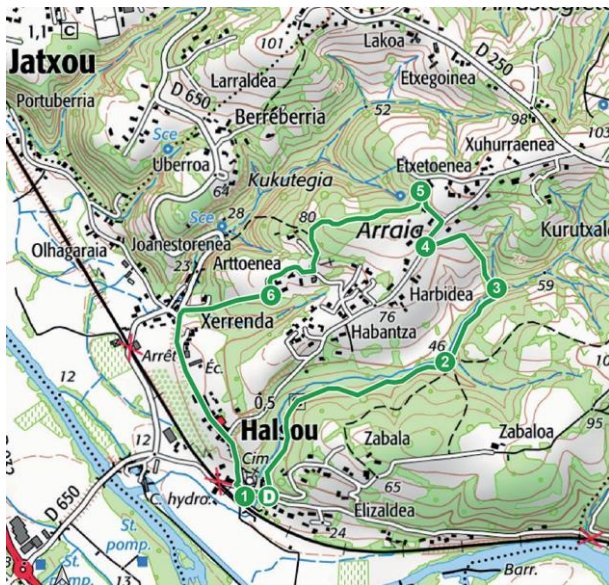
Le sentier va alors s'élever un petit peu pour arriver dans un quartier résidentiel.

### TRONÇON 4 > Fontaine d'Arraia

UTM : 628217 - 4804385

Rejoindre une route qu'il faut suivre sur la droite pendant 100 m avant de prendre à gauche en direction de la fontaine d'Arraia qui se trouve encore 100 m plus loin.





La fontaine et son lavoir se trouvent quelques mètres en contrebas de l'itinéraire et il est possible d'aller les voir.

#### TRONÇON 5 > Début de la descente

UTM : 628178 - 4804538

Suivre le chemin qui commence à descendre dans la forêt et qui se transforme rapidement en piste plus large. 450 m plus loin, rejoindre une petite route qu'il faut suivre pendant 50 m avant de tourner à droite sur une piste piérrée qui traverse un quartier résidentiel.

#### TRONÇON 6 > Retour dans la forêt

UTM : 627757 - 4804208

Au bout de la piste, prendre à droite un petit sentier qui entre dans la forêt et qui descend jusqu'à rejoindre une route. Suivre cette route à gauche jusqu'à rejoindre l'église.



#### POINTS D'INTÉRÊT

✓ Les chênes têtards

Un tronç court, une "tête" boursoufflée, leur aspect peut paraître surprenant. C'est simplement le résultat de très nombreuses tailles. La technique des arbres en têtard est très ancienne.

Elle permet d'exploiter le bois sans toucher au tronc.

UTM : 628150 - 4803970

✓ La fontaine d'Arraia et le lavoir

A l'origine, Arraia était le nom d'une maison. Et si elle n'existe plus aujourd'hui, son lavoir est toujours visible. Il est situé juste à côté d'une source qui donne naissance au tout petit cours d'eau qui descend vers Halsou.

UTM : 628159 - 4804541



✓ La maison labourdine Au Pays Basque, la maison

(Etxe - prononcer Etxé) occupe une place particulière dans la culture. Chaque province, et parfois même chaque vallée possède ses propres particularités architecturales. Vous pourrez ici admirer un bel exemple de maison labourdine à colombage.

UTM : 627576 - 4803872

#### POINTS D'ATTENTION

A éviter les lendemains de fortes pluies (terrain boueux et glissant)

# 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'agrément, 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				
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, 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.gov.fr](mailto:sentinelles.sportdenature.gov.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.

