



MOYEN

LANTABAT

Azkonbegi



Distance	Dénivelé	Durée	Typologie	Balilage
8 km	301 m	3h15	Boucle	PLR

Depuis Iholdy ou Saint-Palais, prendre la D8 jusqu'au lieu-dit Luisenea où il faut suivre le panneau "Lantabat". A partir de là, prendre la D508 sur 7,5 km à travers les différents quartiers de la commune de Lantabat. Suivre les panneaux "Azkonbegi" et poursuivre jusqu'au bout de la vallée. Se garer dans le quartier Azkonbegi sans gêner la circulation des habitants.

Coordonnées GPS : UTM : 648960 - 4789858 Lat/Long : 43,2467/-1,1651

Vous êtes là au cœur de la province de Basse-Navarre, dans ce qu'elle a de plus secret. Au départ du charmant petit hameau d'Azkonbegi, blotti au fond d'une petite vallée. Ne ratez pas l'église Saint-Cyprien de Carthage, datant du XII^e siècle. Dans le cimetière, vous pourrez observer des stèles discoïdales et des croix navarraises datant des XVII^e et XVIII^e siècles. Pour visiter, demander la clé au propriétaire de la dernière maison à gauche avant la chapelle. Cet itinéraire offre la possibilité d'un beau parcours de crêtes. La vue sur le massif des Arbailles au sud et des crêtes d'Iparla à l'ouest est de toute beauté !



TRONÇON 1 > Départ

UTM : 648960 - 4789858

Depuis le panneau de départ, revenir une centaine de mètres en arrière sur la route et prendre à droite une piste empierrée qu'il faut suivre sur 50 m.

TRONÇON 2 > Barrière

UTM : 648968 - 4789739

Franchir la barrière sans oublier de la refermer derrière vous et suivre le sentier principal qui s'enfonce dans la forêt en pente douce. 450 m après la barrière, prendre à droite une petite sente qui sort du bois et la suivre pendant encore 200 m.

TRONÇON 3 > Croisement de pistes

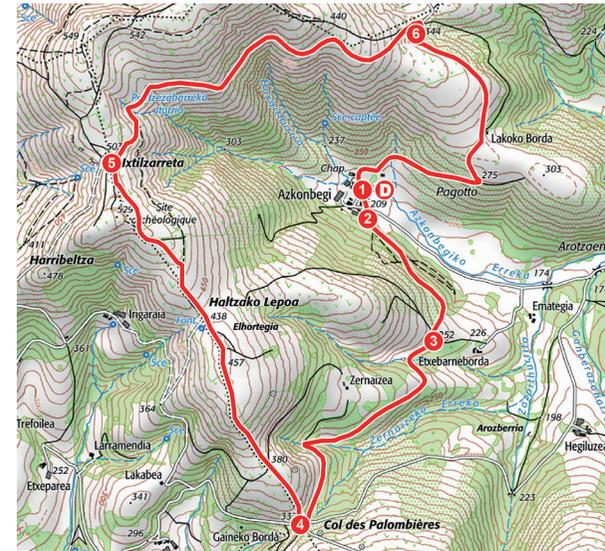
UTM : 649336 - 4789194

Quitter ce petit sentier en arrivant sur une large piste qu'il faudra suivre sur la gauche pendant une vingtaine de mètres avant de prendre à droite une autre piste. 900 m plus loin, après avoir longé une clôture pendant plusieurs centaines de mètres, rejoindre une très large piste forestière qu'il faudra remonter à gauche.

TRONÇON 4 > Col des Palombières

UTM : 648775 - 4788297

Depuis ce large col où se pratique à l'automne la chasse à la palombe, remonter la pente de droite en direction d'une



très haute palombière. Un peu plus haut, ne pas chercher à enjamber les clôtures, mais les contourner par la gauche. La vue est très belle sur les massifs environnants. Poursuivre toute la crête en longeant les clôtures pendant 2 km (depuis le col).

TRONÇON 5 > Plateau herbeux

UTM : 647776 - 4789910

Depuis un plateau herbeux, prendre à droite, entre deux clôtures, un sentier qui descend en faible pente. 150 m plus loin, descendre sur la droite et suivre ce sentier qui va tout d'abord traverser une zone humide dans le talweg puis longer le flanc de la montagne pendant près d'1,5 km, avant de rejoindre une piste carrossable.

TRONÇON 6 > Chapelle d'Azkonbegi

UTM : 649135 - 4790626

Prendre à droite en suivant cette piste carrossable qui redescend tranquillement jusqu'à la chapelle d'Azkonbegi.



POINTS D'INTÉRÊT

❖ La chapelle Saint-Cyprien et les stèles discoïdales

Bel exemple d'architecture romane pour cette chapelle datant du XII^e siècle. Le porche quant à lui date du XVII^e siècle et son sol est constitué de pierres tombales. A l'extérieur, vous trouverez des stèles discoïdales, typiques de la culture funéraire basque. Ces stèles superposent un trapèze et un cercle suggérant le passage du défunt de la terre vers le ciel. UTM : 648912 - 4789910

❖ Les palombières

C'est un des neufs sites de chasse à la palombe au filet du Pays Basque. La chasse au filet (les pantières) est une chasse très technique dans laquelle le but des chasseurs est d'attirer les palombes dans un filet qui leur tombera dessus pour les capturer. Des "Xatar" aux "Abatari", chacun a son rôle pour dévier les vols et les faire plonger dans les filets. UTM : 648775 - 4788297

❖ La redoute d'Ixtilzarreta

Au temps du règne de Napoléon, de nombreuses batailles ont eu lieu dans les montagnes basques. Les soldats napoléoniens construisaient à l'époque de petites fortifications en pierres sèches pour se protéger de leurs ennemis. Ici, les pierres ont disparu, mais vous pourrez aisément observer les "fossés" qui avaient été creusés autour de la fortification. UTM : 647824 - 4789694

POINTS D'ATTENTION

- Itinéraire déconseillé en période de chasse à la palombe du 01/10 au 15/11.
- Zone de pastoralisme : fermer les barrières, ne pas effrayer les animaux, tenir les chiens en laisse, passer toujours à distance raisonnable du bétail.

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 :
Bureaux d'accueil touristique

- SAINT-ÉTIENNE-DE-BAÏGORRY
Place de la mairie
+33(0)5 59 37 47 28

- SAINT-PALAIS
Place Charles de Gaulle
+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.