



DIFÍCIL

SAINT-JUST-IBARRE

Beltxu

Distancia 17,9 km	Desnivel 980 m	Duración 7h00	Typología Ida y vuelta / Circular	Señalización PR (amarilla)
-----------------------------	--------------------------	-------------------------	---	--------------------------------------

Partiendo de Larceveau, siga la carretera D918 hasta Saint-Just-Ibarre. 200 metros después de la señal que indica la salida del pueblo, tome una pequeña carretera que va hacia la derecha y siga las indicaciones de "Sources de la Bidouze". Tras 1,6 kilómetros, gira a la derecha y continúe 2 kilómetros más (siempre siguiendo las señales "Sources de la Bidouze") hasta llegar al pequeño parking del inicio.

Coordenadas GPS : UTM : 660224 - 4780930 Lat/Long : 43,1641/-1,0290

Situado entre la provincia de Baja Navarra y Zuberoa, el macizo de Arbaila ofrece un amplio abanico de posibilidades para los amantes del senderismo. Se trata de un macizo calcáreo conocido por su relieve cárstico, ideal para la espeleología. Situada al norte del macizo, la ruta que le llevará hasta la cima del monte Beltxu es exigente y ambiciosa. Eso sí, una vez en la cumbre, las maravillosas vistas recompensan el esfuerzo extra realizado.



TRAMO 1 > Inicio por carretera

UTM : 660224 - 4780930

Salga del aparcamiento siguiendo la carretera por la que llegó. Después de recorrer 850 metros, gire a la izquierda por una pequeña carretera que sube. La carretera se convierte en una pista a medida que la pendiente se hace más fácil. Continúe durante 2 kilómetros más.

TRAMO 2 > Pista forestal

UTM : 660462 - 4780062

200 metros después de una curva cerrada a la derecha, deje la pista y tome un camino a la izquierda que sube en dirección al bosque. Después de 500 metros de una subida empinada por el bosque, el terreno va despejándose hasta convertirse en un bosquecillo de helechos. Algo más arriba, entra de nuevo en el bosque para abandonarlo definitivamente tras un giro a la derecha. El camino llega a un abrevadero a partir del cual el sendero se convierte en una pista rocosa.

TRAMO 3 > En los pastos

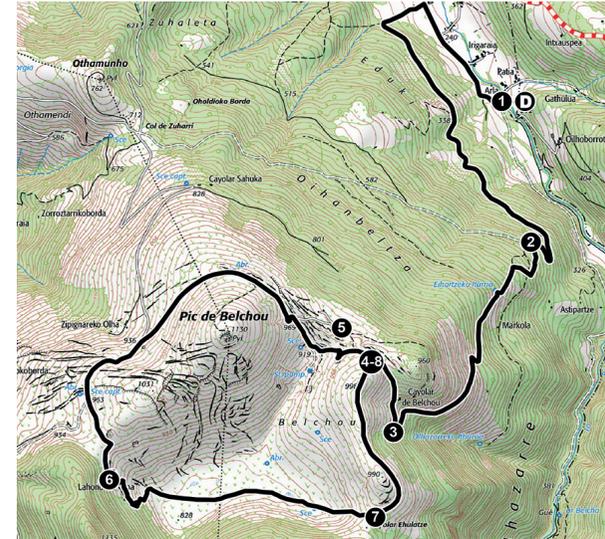
UTM : 659710 - 4778817

Tome ahora una pista que va hacia la derecha. Para acceder al puerto o paso de montaña debe pasar por al lado de la borda de Beltxu, actualmente en ruinas. Posteriormente, suba por una pendiente de hierba.

TRAMO 4 > Meseta

UTM : 659581 - 4779252

Desde el collado, continúe recto hasta llegar a la carretera que se vislumbra más al fondo. La cumbre de Beltxu también está



al alcance de la vista, junto con su antena. Siga caminando por la meseta sin dejarse caer por la ladera izquierda.

TRAMO 5 > Borda Lahondoko Olha

UTM : 659299 - 4779447

Siga la carretera que sube hacia la izquierda. Esta va a rodear la cumbre del pico Beltxu por su cara norte. Los más valientes pueden subir hasta la cima para disfrutar de las vistas y volver a bajar de nuevo. A 1,6 kilómetros del inicio de la carretera, déjela de lado (baja por la derecha hacia el pueblo de Hosta) y siga recto hasta la chabola o borda de Lahondoko Olha, que marca el final de este tramo de carretera.

TRAMO 6 > Una amplia meseta verde

UTM : 657980 - 4778377

Gire bruscamente a la izquierda para pasar por debajo de la borda. Tome la dirección de la gran cuenca que se encuentra justo debajo. Atraviese esta amplia meseta en dirección al paso de la borda de Ehulatze, que se encuentra justo al fondo, ligeramente a la derecha.

TRAMO 7 > Cresterío

UTM : 659630 - 4778271

Au col, trouver une petite sente discrète qu'il faut suivre Una vez en el paso de Ehulatze, encuentre un discreto sendero que hay que seguir hacia la izquierda. Bordee la ladera de la montaña que domina desde lo alto el valle de los afluentes del Biduze. Suba una ligera pendiente hasta una pequeña cumbre de 998 metros. A continuación, vuelva a bajar para llegar enseguida al paso o collado del tramo 3.

TRAMO 8 > Descenso

UTM : 659581 - 4779252

Desde el puerto de montaña (tramo 3), baje siguiendo el mismo recorrido que hizo al subir.

PUNTOS DE INTERÉS

❖ Cavidades calcáreas

El macizo de Arbaila está compuesto esencialmente de piedra caliza. Se trata de una piedra muy soluble que es fácilmente alterable por el agua, de ahí la presencia de numerosas grutas y cavidades. UTM : 660515 - 4780124

❖ Las bordas u «olhak»

En suletino, el término "olhak" se refiere a los refugios que usan los pastores. Un «olhak» es una cabaña, borda o chabola de alta montaña relativamente bien acondicionada en la que los pastores pasan parte del verano. De hecho, estos refugios suelen estar cerca de los pastos de verano permitiendo así a los pastores cuidar mejor su ganado. UTM : 659196 - 4779531

❖ Humedal

En este lugar encontrará un pequeño humedal en el que tiene su hábitat natural una pequeña planta carnívora: la grasilla o tiraña (Pinguicula vulgaris). Captura sus presas (insectos muy pequeños) con una sustancia pegajosa que tiene en la superficie de sus hojas. Los insectos son descompuestos y digeridos, lo que permite a la grasilla recuperar el nitrógeno, un nutriente que no está disponible en cantidades suficientes en su hábitat natural. UTM : 659248 - 4778295



PUNTOS DE ATENCIÓN

Zona de pastoreo : cierre las verjas, no asuste ni moleste a los animales y lleve a su perro con la correa. Pase a una distancia razonable del ganado.

INSTALACIONES Y SERVICIOS

Merendero al inicio de la ruta. UTM : 660224 - 4780930



Tramo 1



Tramo 3

Rutas de senderismo

Instrucciones

NIVEL DE DIFICULTAD

Todas las rutas de senderismo están clasificadas según su nivel de dificultad en su ficha correspondiente. La clasificación se ha realizado siguiendo los criterios de la Federación Francesa de Senderismo.

Muy fácil. Menos de 2 horas a pie. Ideal para la familia y por caminos bien señalizados.

Fácil. Menos de 3 horas de marcha. Se puede hacer en familia. Puede constar de tramos no tan fáciles.

Medio. Más de 4 horas de marcha. Para excursionistas habituados al senderismo. A veces con tramos algo técnicos o de importante desnivel.

Difícil. Más de 4 horas de marcha. Para excursionistas experimentados y en buena forma física. El itinerario es largo o muy técnico (desnivel, pasos complicados...), o ambas cosas a la vez.

UTAS MOUNTAIN BIKE (VTT)

Muy fácil. Camino amplio y sin complicaciones, desnivel inferior a 300 m.

Fácil. Sendero sin demasiada dificultad, desnivel inferior a 300 m.

Medio. Sendero técnico, desnivel inferior a 800.

Difícil. Sendero muy difícil, desnivel de 300 a 800 m.

DESNIVEL

Representa la suma de la distancia ascendida durante el recorrido.

DURACIÓN DE LA EXCURSIÓN

El tiempo de duración de cada excursión se da a título indicativo. Para ello se tiene en cuenta la distancia recorrida, el desnivel y su dificultad. Este tiempo se calcula sin tomar en cuenta las paradas

SENDEROS BALIZADO®

La Federación Francesa de Senderismo adjudica este distintivo a un determinado número de rutas de senderismo siguiendo sus propios criterios de calidad. Esta elección se realiza en función de diversos criterios; técnicos, turísticos y medioambientales (más información en www.ffrandonnee.fr)

COORDENADAS GPS

Las coordenadas del punto de partida se indican en latitud/longitud para que pueda introducir las en el GPS de su vehículo. El resto de datos (referencias del itinerario) se proporcionan en coordenadas UTM. El formato de referencia es el siguiente: WGS 84 - UTM 30T

Guía de buenas prácticas del excursionista

Recorrer las sendas del País Vasco exige respeto por la naturaleza y por los hombres y mujeres que dan vida a este territorio. Es importante respetar unos mínimos.

Prepare bien su excursión

- No salga sin el material necesario (mapa, agua, ropa adecuada, etc).
- Evite salir solo o avise a algún familiar, ayuntamiento... (la falta de cobertura en algunas zonas puede dejarle ilocalizable).
- No beba agua de los arroyos ni se bañe en ellos.
- El tiempo puede ser muy cambiante, mire la previsión antes de salir.
- Infórmese sobre los períodos de roza y quema, caza, trabajos forestales, etc.

Respetar el medio-ambiente

- No olvide una bolsa para la basura.
- Observe los animales a distancia y en silencio.
- No recoja flores o frutos silvestres, setas... sin permiso.
- Respete las señales y manténgase en los caminos marcados.

Respetar las actividades agrícolas y pastorales

- Al conducir, modere la velocidad al acercarse a los rebaños.
- Aparque en los espacios habilitados para ello, evitando así obstruir el tráfico.
- Evite salir de excursión con su perro y, en su caso, llévelo atado.
- No olvide cerrar las vallas que encuentre por el camino.
- Respete los terrenos particulares que rodean la senda.
- Mantenga una distancia prudencial con los animales sueltos; no los alimente.
- No encienda fuegos ni barbacoas.
- Acampe tan solo en las zonas habilitadas para ello.

La gestión de los residuos

Cuando vaya de excursión, guarde la basura en su mochila. De vuelta a casa, no olvide clasificarla, icuidar del medio-ambiente es responsabilidad de todos!

SEÑALIZACIÓN

Las rutas aquí propuestas son PR® y están señalizadas en amarillo. Sin embargo, algunos tramos se entrelazan con el GR, en cuyo caso debe seguir las marcas blancas y rojas. Encontrará todas las precisiones sobre cada ruta en su ficha correspondiente.

	PR® SENDEROS DE PEQUEÑO RECORRIDO	GRP PAYS SENDEROS DE MEDIA RECORRIDO	GR® SENDEROS DE GRAN RECORRIDO	BICICLETA TODO TERRENO
BUENA dirección				
Girar a la IZQUIERDA				
Girar a la DERECHA				
Dirección INCORRECTA				

TELÉFONOS DE INTERÉS

- Météo France :
08 99 71 02 64 o 32 50
o www.meteofrance.fr

- Área de emergencias y rescate:
112, SAMU 15, BOMBEROS 18



SU OPINIÓN CUENTA

Las excursiones aquí propuestas han sido seleccionadas con el mayor rigor posible. Cualquier opinión u observación sobre los senderos nos es de gran interés a fin de mantenerlos en buen estado. Le invitamos a informar de cualquier problema o contingencia a través de: sentinelles.sportsdenature.fr

DIRECCIONES DE INTERÉS

Oficinas de Turismo del País Vasco:

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

- SAINT-PALAIS
1 route de Gibraltar
+33(0)5 59 65 71 78

- SAINT-JEAN-PIED-DE-PORT
Place Charles de Gaulle
+33(0)5 59 37 03 57

GUÍAS DE MONTAÑA

Guías de montaña y profesionales ofrecen hermosas caminatas fuera de los senderos conocidos. Contacta con las oficinas de turismo para reservar sus servicios.