MEDIO

OLHETTE - SARA



ste itinerario les conducirá al corazón del mítico macizo de Larrún (o La Rhune). Se trata de un paisaje de landas que nos obsequia con una hermosa y amplia panorámica del océano infinito. Grandioso espectáculo exaltado por el contraste de la cumbre, cuya masa rocosa se eleva hacia las alturas sumergida en un mar de bosque y helecho. A medio camino, en el sendero de descenso, podrá contemplar el valle de Sara, un pueblo muy bonito que constituye el punto final de esta etapa.

Llegar al punto de partida:

Desde Bayona por la A63 dirección España, tome la salida 2 "Saint-Jean-de-Luz Sud vers Hendaye/Urrugne". Tras pasar el peaje, manténgase a la izquierda dirección Urrugne y, 200 m después, tome a la izquierda el enlace hacia "Saint-Sébastien/Urrugne/col d'Ibardin". En el cruce, tome a la derecha la RN I0/D8 I0 durante I,4 km. En la rotonda tome la 3a salida a la D4 (route d'Ibardin) que seguirá durante 5,7 km. Atravesará dos rotondas hasta llegar a la altura del restaurante "Trabenia". En frente de él, debe tomar el primer camino a la derecha que conduce, a 500m, a un albergue de etapa con un parking próximo.

A la entrada del parking (cerca del albergue de etapa), cruce el arroyo por el puente de madera y tome a la derecha el sendero en dirección a la 2a zona de parking, que se puede rodear por la izquierda. Atraviese el pórtico y continúe por el amplio

0h15 sendero pedregoso que asciende entre los árboles. **1** (609019 4798124 - 192 m). El sendero, ligeramente empinado, abandona el bosque y serpentea por la ladera de la montaña.

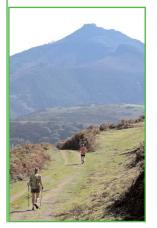
Según se aproximan al puerto, un mojón de grandes dimensiones 1h20 indica el cruce de dos caminos 2 (610803 4796921 - 550 m), continuar todo recto hacia el bosque, que habrá que rodear por la izquierda. Un mojón y varios paneles direccionales les confirmarán que están atravesando el puerto. Continuar todo recto por el sendero que rodea el bosque de pinos y que desciende ligeramente. La salida del bosque desemboca en la meseta de las tres fuentes (plateau de trois fontaines). Avanzar todo recto hasta el arroyo. Atraviéselo y prosiga por el sendero que se lleva hacia un gran árbol aislado (no tomar el sendero 1h40 de la izquierda). 3 (611585 4796650 - (542 m).) El camino atraviesa las vías del tren y desciende por la ladera hacia el valle

de Sara.

Atención, se trata de un sendero empinado que puede resultar muy resbaladizo en caso de lluvias.

en dirección a la 2a zona de parking, que se puede rodear por la izquierda. Atraviese el pórtico y continúe por el amplio 2h10 a un segundo aprisco (robles centenarios) 4 (612552 4796197 sendero pedregoso que asciende entre los árboles. 1 (609019 - 350 m). tome el sendero ascendente de la derecha y 30 m después

- 350 m), tome el sendero ascendente de la derecha y 30 m después de cruzar un pequeño arroyo, tome a la izquierda un ancho



camino descendente. Avance por este camino, evitando los 2 caminos que se abren a la derecha. Llegará hasta una carretera asfaltada (2h 30°), tómela hacia la izquierda. A la altura de una gran construcción de piedra, seguir por la carretera de la izquierda (señal vía sin salida), a 100 m tome el sendero que bordea una casa por la izquierda. Llegarán a una carretera asfaltada que conduce al pueblo de Sara (3h00°). La Oficina de Turismo se encuentra en la plaza central, cerca de la imponente iglesia.







<u></u> 4,2 km



Desnivel positivo acumulado: 567 m

Naturaleza del terreno:

7 km de camino, 2 km de carretera.

Tipo de señalización:



Durante todo el itinerario, la señalización es regular, en rojo y blanco.

Cartographie: IGN au 25 000°

GPS (WGS84 - UTM-30T)

Téléchargez la trace GPS sur www.rando64.fr

landesa.



- Las zonas pantanosas de la meseta de las 3 fuentes.
- Los cromlechs de la cumbre de Altxanga.
- Las vistas de la meseta de Ihizelaia desde la "mesa de la emperatriz Eugenia".
- Las magníficas casas vascas de Sara.

Informacíon complementaria en:



Sare Tel: 05 59 54 20 14 www.sare.fr

Urrugne Tel: 05 59 54 60 80 www.urrugne.com

www.rando64.com

A pie, en btt o a caballo, descubra en Béarn y el Pais Vasco



PARA ELEGIR BIEN SU RECORRIDO

El desnivel indicado en las fichas señala el total de metros de subida. Los tiempos de recorrido se calculan sin contar las paradas.

Los recorridos a pie se clasifican por orden de dificultad y se diferencian por colores en la ficha práctica de cada circuito.

Para ello seguimos las recomendaciones de la Fédération Française de Randonnée. Muy fácil menos de 2 horas de marcha. Ideal para hacer en familia, por caminos bien trazados.

Fácil menos de 3 horas de marcha. Puede hacerse en familia. Por caminos con algunos tramos menos fáciles.

Medio menos de 4 horas de marcha. Para un senderista habituado a la marcha. Con algunos tramos para gente deportista acostumbrada a los desniveles.

Difícil Más de 4 horas de marcha. Para un senderista experimentado y deportista. El itinerario es largo y difícil (con gran desnivel, tramos delicados) o ambas cosas a la vez.

Duración del recorrido: La duración de cada circuito se ofrece a título indicativo. Tiene en cuenta la longitud del recorrido, los desniveles y las eventuales dificultades.



Señalización de los senderos

Señalización

Siga la señalización para mantenerse en el camino correcto

Señalización de los senderos	Senderos de país y PR®	GRP®	GR®	BTT/BTC	Ecuestre
Dirección correcta				.	
Girar a la izquierda	=	=		∢:	=
Girar a la derecha	-	-	-	: ▶	F
Dirección incorrecta	×	×	×	*	×

Su opinión sobre nuestros senderos

Hemos puesto todo nuestro interés en los itinerarios que les hemos propuesto. Sus impresiones y observaciones sobre el estado de los caminos nos interesan y nos permitirán mantenerlos en buen estado. Les rogamos que nos comuniquen sus observaciones contactándonos en el CRDP 64:Tel. +33 (0)5 59 14 18 80. o bien rellene la ficha de observación disponible en "Ecoveille" en www.rando64.fr

Recomendaciones útiles

Servicio de Meteorología +33 (0)8 92 68 02 64 Servicio de Urgencias europeo 112

Para recorrer los caminos del Béarn y el País Vasco es necesario adoptar un comportamiento respetuoso con la naturaleza y los hombres y mujeres que forman este territorio. Es necesario que se cumplan algunas normas:

Respete la naturaleza:

Provéase de una bolsa de plástico para llevarse con usted sus residuos Respete la fauna y la flora Manténgase dentro de los senderos señalizados.

Cuídese usted mismo:

No salga sin el material adecuado y necesario No salga solo No beba agua de los arroyos

Infórmese sobre la meteorología.

Respete las actividades y a los hombres:

Acuérdese de cerrar las barreras Está prohibido encender fuego Respete las propiedades privadas que bordean los itinerarios.

Certificaciones de Senderismo

Itinerarios con certificación PR®:

Con esta certificación, la Fédération Française de randonnée otorga una certificación a determinados itinerarios pedestres en función de algunos criterios de calidad.

La elección se realiza en función de criterios de autorizaciones, técnicas, turísticas y medioambientales (para más información www.ffrandonne.fr

Itinerarios ecuestres:



Este logo garantiza un itinerario con el sello del Comité Departamental de Turismo Ecuestre basado en un Pliego de Condiciones preciso. (Más información en www.cheval64.org).

Itinerarios BTT:

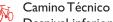
(Símbolo bicicletas de colores)



Camino ancho y fácil Desnivel inferior a 300 m.



Camino bastante fácil Desnivel inferior a 300m.



Desnivel inferior a 800m.



Camino muy difícil Desnivel de 300 a 800m.

:Atención!

Las montañas del País Vasco y del Béarn son zonas de pastoreo. Por favor no vaya con su perro y si lo hace, llévelo con la correa. ¡Muchas gracias!.