

# Le sentier des contrebandiers



## Iholdy - Lasse (31 km)



Une pause sous les arbres à la table d'orientation au dessus d'Ispoure avec en prime un panorama sur St Jean Pied de Port viendra récompenser les efforts des chevaux et des cavaliers entrepris depuis le col des palombières.

### Se rendre au départ :

● Depuis l'A64 (Pau-Bayonne) sortie n°7 passer Salies de Béarn en direction de Sauveterre rester sur la D933 jusqu'à St Palais. Traverser la ville pour trouver la D14 à suivre jusqu'à Garris. Prendre alors la D14 et à l'entrée de Méharin suivre à gauche la D245 jusqu'à Armendarits puis tout droit la D300 jusqu'à Iholdy, la salle communale est à droite en entrant. Accès et parking facile pour les vans à Iholdy.

**D** 647693 4793835 - 156 m. Depuis le gymnase traverser le carrefour sur la D8, suivre la route et à la fourche prendre à gauche (Oxia Andia) vers Sorhoeta. Après 1,5km prendre à droite vers Etchehortoko Borda. A la piste passer Othégikoborda et la barrière à 1km, continuer (PLR 12 et 15) et au col alt 342m. **1** Prendre le sentier légèrement à gauche dans la fougeraie. A 2km (Alt 472m) un abreuvoir, rester sur le chemin principal. **2** Aux crêtes d'Istilcharreta (alt 502m) longer la clôture, suivre le sentier sur 1km qui descend vers l'arbre au gui (Alt 439m). Tout droit (Elhortéguia), descendre au col des palombières (Alt 337m), prendre la piste en face sur 1km (cabanes). **3** Continuer sur 650m jusqu'au virage, prendre le chemin à droite sur 1,5km. A Etcheberritoa (Alt 287m) à main gauche jusqu'à la D422 et à droite jusqu'à la D22 (Lopeenia), puis à gauche sur 2km. A Tristantanéa, virer à droite, passer la barrière et tourner à gauche. A 200m prendre la piste jusqu'au goudron (Uretako Lepoa). **4** Suivre le sentier en face sur 2,5km pour franchir les deux

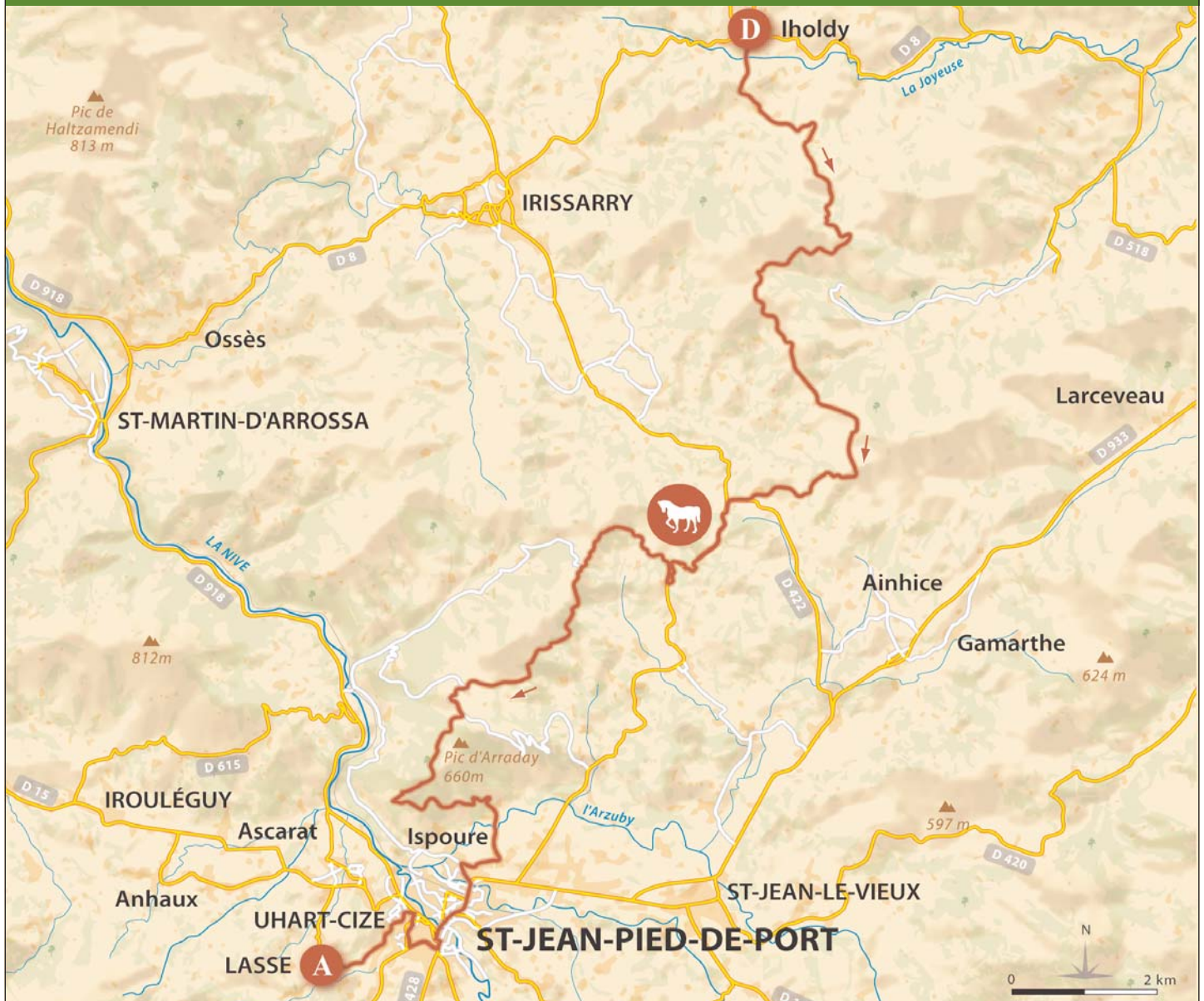
monts, et en bas tout droit. **5** A l'intersection (PLR retour sur Ispoure) monter par la route en face et au carrefour suivant continuer par la route à droite sur 1,1km.

643029 4782750 - 451m. **6** Guetter la piste à gauche montant dans le bois, en haut (Alt 494m) prendre à droite par le sentier de terre rouge.

0642613 4782368 - 468 m. A la table d'orientation, descendre la piste tout droit et après l'église d'Ispoure à gauche jusqu'à la D933. Prendre à droite jusqu'au pont, et au carrefour quitter la D933, monter vers les parkings, continuer sur la D301 à quitter en prenant la première à droite, faire 500m et tourner encore à droite. Rejoindre la D933, traverser, faire 150m jusqu'à la D403 et prendre à gauche vers Lasse jusqu'au fronton à 2 km.



# Iholdy - Lasse (31 km)



**D** Salle communale d'Iholdy.  
647693 4793835 - 156 m

**Recommandations :** un ferrage avec pointes de tungstène est recommandé.



**6h30**

Altitude maxi  
**512 m**

**15 Km** de route.  
**16 Km** de pistes.



**31 km**

Altitude mini  
**149 m**

**Balisage :**  sur la totalité du chemin.



Dénivelé positif cumulé  
**1225 m**  
Dénivelé négatif cumulé  
**1187 m**



Renseignements complémentaires auprès de l'office de tourisme de  
**Basse-Navarre**  
Tel : 05 59 65 71 78  
[www.saintpalais-tourisme.com](http://www.saintpalais-tourisme.com)

la liste des hébergements labellisés le long de l'itinéraire se trouve sur [www.rando64.com](http://www.rando64.com)



**www.rando64.com**

toute l'info rando pour découvrir, Béarn et Pays basque



Auteurs : Cécile Bourdet et Jacques Capdevielle.