

Vallée d'Ossau

NIV
3

CIRCUIT N°40
PARC NATIONAL



La cabane de Saoubiste

Rien de mieux quand on aime monter à la fraîche que cette randonnée qui commence dans une belle hêtraie-sapinière.

Aux abords de la cabane, le paysage ouvert de pâturages d'altitude change l'ambiance du tout au tout en offrant un décor pastoral où tintent les cloches des vaches, des chevaux et des brebis.



D Partir sur la petite route à droite juste avant le pont. Monter sur celle-ci en un lacet à droite en laissant sur votre gauche une piste qui part le long du gave. Passer une chaîne et marcher 50 m.

0h10 **1** 712965 E - 4748874 N Prendre à gauche le sentier qui démarre dans la forêt. Monter en suivant les lacets. Passer un ruisseau dans un ravin, couloir d'avalanches. Monter à droite sur le sentier en lacets raides.

1h10 **2** 712294 E - 4748217 N À la sortie de la forêt, suivre le chemin à gauche en lisière. Monter en deux lacets dans une clairière pentue. Laisser sur la droite une sente qui descend dans le ravin et entrer à nouveau dans le bois.

1h15 **3** 712232 E - 4748161 N Le chemin fait un lacet à droite puis suit la lisière. Monter ensuite en traversée sur la rive gauche du vallon. Le sommet qui domine sur la droite est le pic de Chérué.

2h00 **4** 711890 E - 4747841 N De la cabane de Saoubiste, revenir par le même chemin..

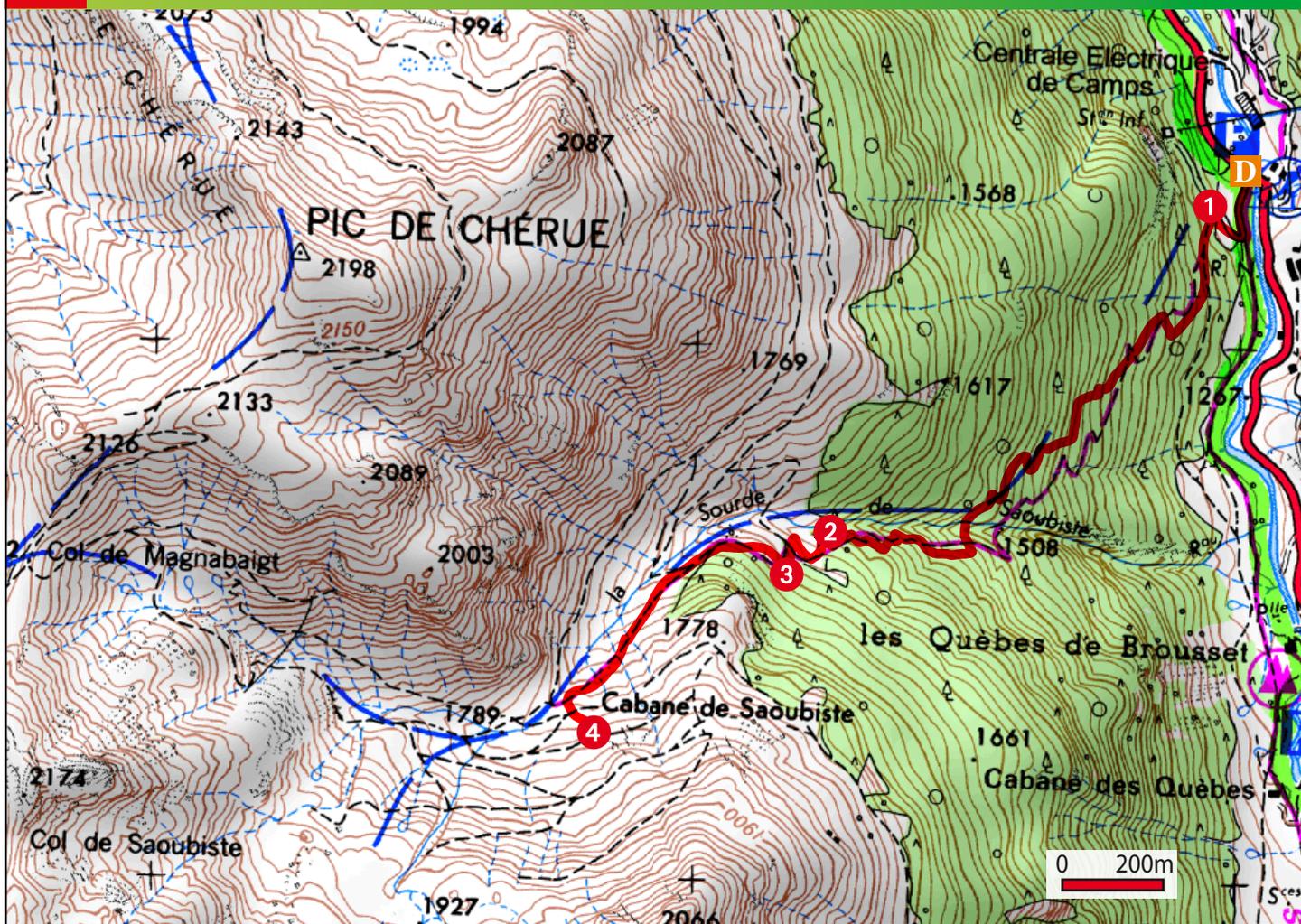


Fromage de brebis.

**NIV
3****CIRCUIT N°40
PARC NATIONAL**

La cabane de Saoubiste

Extrait de Carte 1 : 25 000 Institut géographique National

**D** Pont de Camps.
GPS WGS 84 UTM 30T
 713021 E - 4748958 N

→ 3h

4,5 km

500 m

**Panneaux directionnels sur fond
jaune, pas de balisage**
★ À ne pas manquer

- L'observation des isards et des marmottes – la flore endémique des Pyrénées (iris bleus en juillet).
- L'ascension du Col de Magnabaigt ou de Pombie pour les montagnards avertis.

⚠ Attention

- Parc national, réglementation particulière.
- Ne laissez pas de déchets dans la cabane.
- La cabane est occupée l'été par des bergers.

Recette du fromage de brebis

Chauffer le lait à 30° dans un chaudron de 25 litres. Mettre la présure et laisser cailler 15 minutes. Trancher le caillé en petits morceaux. Durant une seconde chauffe à 40°, ramasser à la main les grains et constituer une boule. Placer la boule dans un moule percé et presser afin d'en extraire le petit lait. Retourner le fromage formé et le replacer dans le moule avec un torchon et la marque au fond. Couvrir et mettre un poids. Le lendemain, sortir le fromage, graver le numéro de fabrication et le porter au saloir qui l'affinera dans ses caves durant 3 mois.

Déguster avec du Jurançon, des noix, des pommes, du raisin ou de la confiture de cerises et du bon pain.


Programme réalisé par :

Communauté de Communes de la Vallée d'Ossau - 1 avenue des Pyrénées - 64 260 Arudy - 05 59 05 66 77
www.valleedossau-tourisme.com

Renseignements complémentaires auprès de :

l'Office de Tourisme de la Vallée d'Ossau Pyrénées
 Bureau principal de Laruns - 05 59 05 31 41

Toute l'offre des sports de nature sur l'application mobile

Vallée d'Ossau Pyrénées

Bien choisir votre randonnée

Pour chaque itinéraire, vous trouverez des informations techniques et pratiques pour vous permettre de choisir votre randonnée :

Les niveaux de difficulté.

Les randonnées sont classées par ordre de difficulté défini par un code couleur suivant les recommandations de la Fédération Française de Randonnée Pédestre :

- NIV 1** Très facile, moins de 2h de marche. Idéale à faire en famille, sur des chemins bien tracés.
- NIV 2** Facile, moins de 3h de marche. Peut être faite en famille, sur des chemins avec quelquefois des passages moins faciles.
- NIV 3** Difficile, moins de 4h de marche. Pour randonneur habitué à la marche, avec quelquefois des endroits assez sportifs ou des dénivelés.
- NIV 4** Très difficile, plus de 4h de marche. Pour randonneur expérimenté et sportif. L'itinéraire peut-être long et technique (dénivelé, passages délicats).

Le balisage

Direction	Sentier de pays et PR®	GRP®	GR®
Bonne direction	—	—	—
Tourner à gauche	↙	↙	↙
Tourner à droite	↘	↘	↘
Mauvaise direction	✗	✗	✗



GR®, GRP® et PR® sont des marques déposées par la Fédération Française de Randonnée Pédestre. Certains itinéraires ont été sélectionnés par la Fédération française de randonnée pédestre en fonction de critères de qualité. Ils sont labellisés PR®.

Recommandations

Météo 08 99 71 02 64 - **Appel d'urgence européen** 112

Parcourir les chemins du Béarn et du Pays Basque nécessite d'être vigilant et d'adopter un comportement respectueux, envers la nature, les hommes et les femmes qui font vivre ce territoire. Voici quelques conseils pour bien randonner.

Préservez-vous

- Ne partez pas sans le matériel nécessaire (chaussures et vêtements adaptés, gourde, casquette, crème solaire...).
- Sur les zones pastorales, gardez vos distances avec les troupeaux et les chiens.
- Évitez de partir seul; avant de partir, informez un tiers de votre itinéraire.
- Ne buvez pas l'eau des ruisseaux.

- Renseignez-vous sur la météo.
- Ne surestimez pas vos capacités.

Préservez la nature

- Munissez-vous d'un sac pour emporter vos déchets.
- Respectez la faune et la flore.
- Suivez les sentiers balisés.

Respectez les activités et les hommes

- Pensez à refermer les barrières.
- Évitez de partir en randonnée avec votre chien ou tenez-le en laisse.
- N'allumez pas de feux.
- Respectez les propriétés privées traversées par les itinéraires.

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 chemins, nous intéressent et nous permettent de les maintenir en état. Nous vous invitons à faire part de vos remarques par le biais du dispositif Suricate (<http://sentinelles>).

Les coordonnées GPS.

D GPS 30T 7107030 - 4776694N

Pour chaque point de référence du circuit, vous trouverez des coordonnées GPS. Le système géodésique retenu compatible avec les GPS est le WGS84, la projection est en UTM et la zone 30T pour le Sud-Ouest de la France. Les valeurs du point en longitude et latitude sont données en mètre suivi de O pour Ouest et N pour Nord. Téléchargez les tracés GPS des circuits sur www.valledossau-tourisme.com



Temps de marche, donnée en heure. Cette valeur estimée tient compte de la longueur de la randonnée, du dénivelé et des éventuelles difficultés.



Dénivelé, exprimé en mètre. Pour chaque circuit, la valeur correspond au cumul des montées.



Distance, la valeur exprimée en kilomètre correspond à la longueur totale de l'itinéraire.

Toute l'offre des sports de nature sur l'application mobile

Vallée d'Ossau Pyrénées

La réglementation du Parc national des Pyrénées

Réglementation Reglamentación

Le cœur du parc national est un territoire naturel, ouvert à tous mais soumis à réglementation. Les agents du parc national accueillent et informent les visiteurs en encourageant un comportement respectueux et en veillant à l'application du règlement.

El corazón del parque nacional es un territorio natural, abierto a todos pero sometido a una reglamentación. Los Agentes del Parque Nacional acogen e informan a los visitantes promoviendo un comportamiento respetuoso y velando por la aplicación de la normativa



Pas de camping
No acampar

Bivouac réglementé
Autorisé à plus d'une heure de marche des limites du parc national ou d'un accès routier, entre 19h et 9h

Vivac reglamentado.
Sólo permitido a más de una hora de camino de los límites del parque o un acceso por carretera, entre 19h-9h



Pas de chiens, même tenus en laisse
Prohibido perros, incluido atados

Pas de feu
No hacer fuego



Pas de véhicules, ni de VTT
Prohibido vehículos y bicicletas



Pas de déchets
No residuos
Pas d'armes
Prohibidas las armas



Ni cueillette, ni prélèvement
No recolectar o sacar muestras

Survol non motorisé réglementé
Vuelo libre reglamentado



Ni bruit, ni dérangement
Prohibido el ruido y las molestias

Pas de drones
No drones

Pour préserver le patrimoine, il faut observer un code de bonne conduite et respecter la réglementation du parc national.

Ni cueillette, ni prélèvement. Animaux, plantes, minéraux et fossiles appartiennent au paysage.

- **Pas d'arme**, ici tous les animaux sont protégés.

- **Pas de feu**, pour éviter incendies et dégradations du sol.

- **Pas de camping** ou de stationnement de camping-car pendant la

nuit pour préserver la beauté des sites et éviter les pollutions.

- **Le bivouac réglementé est autorisé à plus d'une heure de marche des limites du parc ou d'un accès routier, entre 19h et 9h.**

- **Ni bruit, ni dérangement** pour la quiétude de tous.

- **Survol non motorisé réglementé** pour la tranquillité de la faune sauvage.

- L'utilisation de **véhicules 4 x 4** tout comme la **pratique du moto-trial** sont interdites dans le parc national.

- **Le VTT est également interdit** en dehors des pistes autorisées : pistes de ski de fond du Brousset (vallée d'Ossau) et du Somport (vallée d'Aspe).

- Prévoyez **d'emporter avec vous des sacs poubelles pour redescendre vos déchets** afin de garder le parc national propre pour tous.

- **Les chiens ne sont pas admis dans le parc national, même tenus en laisse.** Évitez d'amener avec vous votre animal ou prévoyez de le faire garder pendant vos randonnées.

Cette réglementation s'applique à la « zone cœur » du parc national. Elle couvre, en vallée d'Ossau, 8000 hectares, exclusivement situés sur la commune de Laruns, entre Gabas et la frontière franco-espagnole.

Maison du parc national - 64440 Laruns - Tél : 05 59 05 41 59