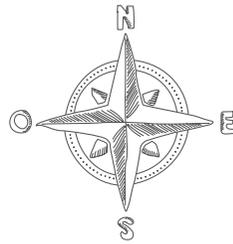




FACILE

# MENDIVE Zurzai



<b>Distance</b> 8,13 km	<b>Dénivelé</b> 313 m	<b>Durée</b> 2h45	<b>Typologie</b> Boucle	<b>Balisage</b> PR
----------------------------	--------------------------	----------------------	----------------------------	-----------------------

Au départ de la place de l'église de Saint-Jean-le-Vieux, prendre la RD18 entre l'hôtel restaurant Mendy et l'église en direction d'Iraty. Toujours suivre cette route en suivant les panneaux indiquant Iraty. Passer successivement les villages d'Ahaxe, Lecumberry puis Mendive. La route se poursuit par plusieurs séries de lacets. Après 22 km depuis la place de Saint-Jean-le-Vieux, arriver au plateau d'Iraty Cize. Le départ de la randonnée se trouve en face du bâtiment Etxola.

Coordonnées GPS : UTM : 656930 - 4767978 Lat/Long : 43.04827/-1.07319

**A**u départ du plateau d'Iraty Cize, cet itinéraire facile permet au randonneur de découvrir une partie de la forêt d'Iraty. La boucle longue, dans sa première moitié, un torrent de montagne où il est possible d'observer la faune de ce milieu naturel comme le Calotriton des Pyrénées et autres amphibiens. Au col de Zurzai, la présence de tourbières justifie le très grand intérêt naturaliste de cette randonnée. Le randonneur pourra y trouver la drosera, plante carnivore caractéristique de ces milieux naturels, entre autres espèces de flore. La seconde moitié de l'itinéraire se poursuit dans la hêtraie d'Iraty, un autre milieu tout aussi remarquable par sa faune et sa flore typiques. De retour au plateau d'Iraty Cize, la randonnée se termine par la découverte de cromlechs, vestiges protohistorique qui témoignent de l'occupation très ancienne de la montagne basque.



## TRONÇON 1 > Au cœur du plateau de Cize

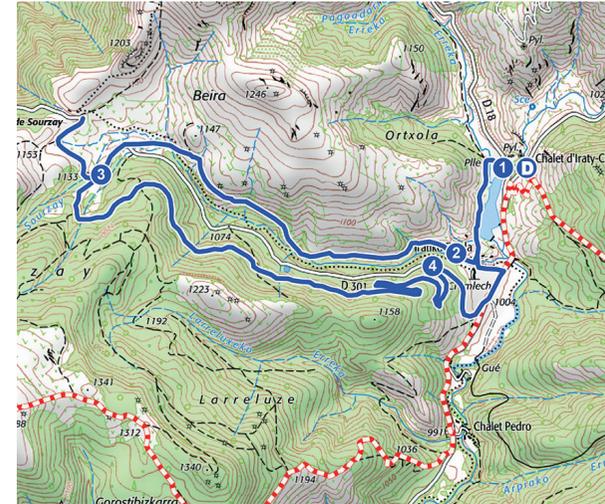
UTM : 656930 - 4767978

Commencer la marche en suivant un large sentier en rive droite du ruisseau. Au bout de 100 m, traverser une passerelle et tourner immédiatement à gauche. L'itinéraire longe le cours d'eau qui se trouve à gauche jusqu'à arriver au niveau d'une zone de tourbière. Poursuivre le cheminement à droite du ruisseau pendant 400 m avant d'atteindre un court raidillon. Une fois cette brève montée passée, descendre rejoindre la piste goudronnée, ne pas traverser le pont. Tourner à droite et suivre la piste entre le ruisseau et la bergerie avant d'en atteindre une seconde.

## TRONÇON 2 > Longeant le ruisseau de Zurzai

UTM : 656719 - 4767545

Poursuivre sur un sentier qui surplombe le ruisseau sur la gauche. D'abord en zone dégagée, le cheminement poursuit dans un sous-bois de hêtres. Suivre le sentier sur 800 m alternant des zones ouvertes et des couverts forestiers avant de rejoindre le ruisseau. Jeter un coup d'œil pour peut-être apercevoir le calotriton des Pyrénées. Continuer sur ce sentier qui remonte légèrement sur la droite. Etre attentif au balisage. Le sentier sort de la forêt pour traverser une lande pâturée. Suivre le cheminement jusqu'à rejoindre un ruisseau à traverser. Poursuivre sur un sentier herbeux peu marqué et arriver sur la route. Prendre à droite sur celle-ci jusqu'à atteindre une patte d'oie.



## TRONÇON 3 > Vers le col de Zurzai

UTM : 655025 - 4767787

Pour l'option en aller-retour jusqu'au col de Zurzai, suivre la route jusqu'à atteindre une bergerie puis rebrousser chemin sans oublier de prendre le temps de découvrir les zones humides. De retour à la patte d'oie, prendre la piste qui monte dans la forêt. Au niveau d'un croisement, prendre à gauche "Retour Iraty" puis suivre un long moment cette piste forestière. Environ 2 km plus loin, arriver à un croisement où prendre à gauche pour enchaîner deux lacets espacés de 200 m. Poursuivre la piste et rejoindre la route.

## TRONÇON 4 > A travers la forêt d'Iraty

UTM : 656606 - 4767481

Prendre à droite sur la route jusqu'au croisement avec la départementale. Bien que faible, rester vigilant au trafic routier. Tourner à gauche sur la route et prendre la première piste goudronnée à gauche. Atteindre une zone où des cromlechs sont présents. Traverser le pont avant d'effectuer le chemin retour commun au départ de la randonnée.



## POINTS D'INTÉRÊT

### ❖ Le calotriton des Pyrénées

Espèce endémique des Pyrénées, ce petit amphibien vit dans les cours d'eau frais de montagne. D'une taille pouvant atteindre les 15 cm avec la queue, il a la forme d'un triton de couleur grise avec un ventre jaune à orangé. Il s'agit d'une espèce protégée à ne pas déranger. UTM : 655991 - 4767479

### ❖ Les tourbières

Milieu naturel particulier et rare, les tourbières sont des habitats protégés. Ils hébergent une faune et flore caractéristiques. On peut notamment y trouver la drosera, une plante carnivore qui a su développer une stratégie surprenante pour capturer les petits insectes dont elle se nourrit. La tourbe y constitue le substrat majoritaire provenant de la décomposition lente des sphaignes. UTM : 654942 - 4768049

### ❖ Les cromlechs

Monuments funéraires datant de l'âge de Fer (800 à 300 av. J.C.) les cromlechs sont des cercles de pierres enfoncées verticalement dans la terre. Au centre de cette sépulture, se trouve une chambre appelée "ciste" dans laquelle étaient déposés les restes incinérés du défunt. Les cromlechs sont un témoin de l'occupation très ancienne de la montagne basque. UTM : 656832 - 4767484

## POINTS D'ATTENTION

- Début d'une portion de route peu passante mais nécessitant tout de même une certaine attention. UTM : 656606 - 4767481

- Zone de pastoralisme : fermer les barrières, ne pas effrayer les animaux, tenir les chiens en laisse, passer toujours à distance raisonnable du bétail.

## ÉQUIPEMENTS ET SERVICES

Etxola : Restaurant, toilettes, centre d'interprétation  
UTM : 656937 - 4768009

# 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](http://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, trie 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](http://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](http://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.