

NIV 2 FACILE LES ALLÉES DE CHÊNES - HARITX HERROKETA



Promenade agréable sur un ancien chemin de St-Jacques, sous de beaux chênes centenaires.
Donajakueko sentoraleen kurrigia izan zen bide goxo batetarik ebiltea, haritx zaharren artean.

Depuis l'Office de Tourisme à Tardets, prendre direction Oloron. Au trinquet, descendre la rue à droite. Arrivé en bas, prendre à droite, traverser le pont puis monter la route à gauche pour trouver le parking du fronton d'Abense-de-Haut.

D Fronton d'Abense-de-Haut

Monter dans le village par la petite rue puis continuer vers la gauche. Au coin du cimetière, tourner à droite. A la prochaine intersection, prendre à gauche. La route se transforme en une agréable piste.

A la borde (grange), prendre le chemin de gauche dans le sous-bois jusqu'à Sibas.

Tourner à gauche vers la fabrique des confitures de Haute-Soule et suivre le chemin entre de magnifiques chênes jusqu'au sommet de la crête.

A la chapelle de Sunhar, descendre sur la gauche vers Lichans.

250m avant le village, prendre à gauche. Après les maisons du lotissement Ezkieta, prendre encore à

gauche puis continuer sur la petite route qui mène au cimetière d'Abense-de-Haut. Revenir par le même itinéraire.

D Fronton de Lichans

Descendre en direction de Tardets et prendre la première route à gauche, direction Sunhar.

A la première intersection, tourner à droite sur la route qui mène à Abense-de-Haut.

Au cimetière, tourner à gauche. A la prochaine intersection, prendre de nouveau à gauche. La route se transforme en une agréable piste.

A la borde (grange), prendre le chemin de gauche dans le sous-bois jusqu'à Sibas.

Tourner à gauche vers la fabrique des confitures de Haute-Soule et suivre le chemin entre de magnifiques chênes qui mène vers le village de Sunhar.

A la chapelle, descendre sur la gauche vers Lichans. Revenir au fronton par le même itinéraire.

NIV 2 FACILE LES ALLÉES DE CHÊNES - HARITX HERROKETA



D Fronton d'Abense-de-Haut
Onizegaineko arrabotü zaharretik



2h30



6,5km




190m

Renseignements complémentaires auprès de :

Office
de Tourisme | Soule
Turisma bülegoa | Xiberoa
www.soule-xiberoa.fr

10 rue J.B. Heugas - 64130 Mauléon
Tél. 05 59 28 02 37
office-tourisme.Soule@wanadoo.fr

Place centrale - 64470 Tardets
Tél. 05 59 28 51 28
tardets-accueil@wanadoo.fr

 Les points GPS fournis pour les départs ont pour format de référence : WGS 84. Sur le terrain, chaque sentier est balisé en jaune.

Appel d'urgence européen : 112

Avant de vous engager sur un itinéraire de randonnée :


- Renseignez-vous sur la météo du jour : 08 99 71 02 64 ou 32 50 ou www.meteofrance.com
- Faites votre choix en tenant compte du niveau de difficulté et de la durée de la randonnée. Prévoir les temps de pause (repas, repos, aléas...).

Conseils :

- Ne pas partir seul
- Se munir d'une carte IGN au 1:25.000 ou 1:50.000 et du topo-guide
- Mettre des chaussures crantées à tiges hautes
- Prendre un téléphone portable chargé
- Prévoir 1 litre d'eau minimum par personne, aliments énergétiques, coupe vent et vêtement chaud, couvrir chef, lunettes de soleil, crème solaire, trousse à pharmacie de base et un sifflet
- Eviter de prendre un chien, sinon le tenir en laisse
- Ne pas boire l'eau des ruisseaux
- Partir tôt le matin : en hiver la nuit tombe vers 17h30, en été la chaleur peut se révéler étouffante.

Us et coutumes / Respectez les activités et les hommes :

- Certains itinéraires sont déconseillés en saison de chasse à la palombe (octobre à mi-novembre) ou en période d'écobuage (octobre à fin mars). Renseignez-vous auprès des mairies concernées.
- Refermer les barrières derrière votre passage si elles étaient fermées
- Rappporter vos déchets dans votre sac
- En zone pastorale, contourner les troupeaux et faire attention aux chiens de garde.

 Ebilbideen abioarentako emanik diren GPS zonbakiaren erreferentzia edirengia da : WGS 84. Ebilbidea bera, aldiz, tintatze holli elibatekila seinalatürrik da.

Europa osoko heltürra zonbakia : 112

Ebilaldi bati plantatü beno lehen :

- Egün hortarako zer aro aipatzen düen har ezazü berri : 08 99 71 02 64 edo 32 50 edo www.meteofrance.com
- Ebilaldia ontsa haüta ezazü, zonbat iräuten düan eta zer hein gogor den ontsa so egitez. Kontütan har etzazü ere hatsaren hartzeko, jateko, eta ustegabeko zerbaüt agitzearen denborak.

Aholkü zonbaüt :

- Ez berbera joan ebiltera
- 25.000.ko edo 50.000.ko IGN karta bat eta libürükka hau jarraikiaraz
- Ebilteko oski honak hoinetan ezar, zola ozkedünak eta aztal beharria tapatzen düenak
- Sakolako telefona bat jarraikiaraz eta kargatürrik dela segürtat
- Gütienez litro bat hur, bai eta anhoa, janari indar emaleak, arropa bero bat, ebitako jauntsi bat, büürüaren tapatzeko bat, ekiarentako begi-aitzinekoak, larrü ünkütea, artatzeentako zaküttoa, hüxtü bat ere
- Ahalaz txakürrik ez har ; beste gisaz ezinez, estekan etxek
- Erreketako huretük ez edan
- Kasü : ohart etxek ezazü negüan 17:30 etarük aitzina hasten dela ülüntzen eta üdan bero handiak izaten ahal direla : orotarako hoberena da goizik abiatzea.

Kartieleko üsantxak kontütan har / Jenteak errespeta :

- Ebilbide zonbaütetan kurrützea ez da konbeni, ürzoka püntüan (ürrieta hatsarretük azaro erdixetara) edo sühakak egin ohi direlarük (ürrieta erdixetik martxo erdixetara). Herriko Etxeetan xehetarzünak galtat.
- Bidean edirenen dütüüzün kihillat zerrat, hala ediren badütüzü
- Ondarkinak zihaureki gibek ekar.
- Alagia günetan, kabale saldoen saihetsetük igaran, ahalaz, eta kasü egin artzan-horer.

ОИТЖСИ® ВАСКО®



libil eta bizi
ЗНАКЛ. МЕНДИОТЖИ


Pour en savoir plus / Habororen jakiteko :

www.guide-montagne-basque.com

www.mendian-nola-bizi.com



Niveaux

 Le **dénivelé** indiqué sur les fiches représente le total des montées. Les temps de parcours sont calculés sans les arrêts.

Les randonnées pédestres sont classées par ordre de difficulté et différenciées par des couleurs dans la fiche pratique de chaque circuit. Nous suivons en cela les recommandations de la FF Randonnée Pédestre.

Très facile moins de 2 h de marche. Idéale à faire en 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.

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.

Heinak

 **Desnibel** bezala agertzen denak petigora heina dü seinalatzen. Ebilaldientako emanik den denbora, eküratzeak kontütan hartü gabekoa da.

Gidalibürü hontan, ebilaldiak nekezia heinaren arabera sailkatürrik dira eta kolore desbardinaz berezirik. Gisa horrez, FF Randonnée Pédestre batarzüñaren arauer jarraikitzen deiegü.

Oso aisa 2 oren beno gütiagoko eбилtea. Lehen-lehena haurrekila egiteko, galtzerik eta nekeziarik ez den xendeetan.

Aisa 3 oren beno gütiagoko eбилtea. Haurrekila ere egiteko gisan da, bena badira peza elibat gaitzagö direnak.









Aski gaitza 4 oren beno gütiagoko eбилtea. Eбилteko kostüma düen jenteentako, Güneka aski gogor edo txüt ere izaten ahal da.

Gaitza 4 oren beno hoboroko eбилtea. Eбилtera üsatürrik diren jenteentako. Ebilaldia lüze edo gogor izan daite - edo biak batetan - eta güneka txüt eta kanpix ere.

Ebilaldiaren iraüpena : bataz-bestekoa da, kontütan hartzen düalarük lüzetarzüna, petigora heina eta güneka izan daitean nekeziak.

Balisage

Seinaleak

Balisage des sentiers Xenden seinalezatapena	Sentier de pays et PR® Kartieleko xendak	GR®
Bonne direction Bide xüxena		
Tourner à gauche Exker har		
Tourner à droite Esküin har		
Mauvaise direction Bide okerra		

GR® et PR® sont des marques déposées par la Fédération Française de Randonnée Pédestre. GR® et PR® FFRP Fédération Française de Randonnée Pédestre jabegoapeko markak.