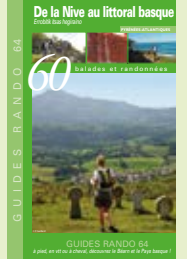


Del río Nive al litoral vasco

Encuentra todos los itinerarios ►►
disponibles en las Oficinas de turismo



NIV
3 MEDIO



ADARREKO ITZULIA

LOUHOSSOA

Ruta de montaña en zona de pastos hasta la cumbre del monte Adarre que ofrece unas espléndidas vistas panorámicas. Posibilidad de adaptar la distancia y la dificultad con tramos adicionales (bucles). Ruta para montañeros con práctica o adeptos de la carrera de montaña (trail). Los tiempos facilitados sirven de referencia para los senderistas.



Un lugar del recorrido

Llegar al punto de partida :

En el centro del pueblo, parking del frontón.

Desde el parking del frontón **D** 633770 - 4797249, tomar la RD 119 en dirección de Hélette durante 200 m Tomar a la derecha **1** 633981 - 4797178 una pequeña carretera que se aleja progresivamente del valle para ir subiendo hacia los pastizales. Después de un lento ascenso a la sombra, abandonar la carretera asfaltada y pasar a zona descubierta por una pista que sube por la izquierda al rebasar una barrera canadiense. **2** 634066 - 4796189. El itinerario discurre seguidamente en las alturas de Louhossoa. La frecuente presencia de bordas nos informa de la importancia de la actividad pastoral en la zona. Avanzar siguiendo estas crestas hasta llegar a un depósito de agua en el lugar conocido como Hartxandegi **3** 635538 - 4796200. Seguir a la derecha por una pista que rodea el cerro y conduce al collado de Urtsolei-«Urtsolepo» **4** 636108 - 4795690, a los pies del monte Adarre. Seguir a la derecha bordeando primero el cerco, la pista se convierte en senda: seguirla durante 70 m antes de girar completamente a la izquierda y tomar el sendero que asciende directamente a la cumbre siguiendo una línea de crestas. En la cumbre de Adarre, **5** 636513 - 4795083, emprender el descenso por la vertiente opuesta. El sendero

0h25

0h50

1h12

1h42

conduce todo recto al collado de Xantxo. Antes de llegar a él **6** 636807 - 4794941, cortar a la izquierda por el sendero que atraviesa un hayedo y va a dar a una amplia pista. Continuar todo recto hasta una encrucijada donde hay que tirar a la izquierda, siguiendo el sendero que rodea el monte Adarre por el flanco norte y llega hasta Urtsolepo **4**). Continuar por la pista de la derecha hasta llegar a un aprisco reformado con una pista de grava que parte a la izquierda. Avanzar por ella hasta la primera curva **7** 636138 - 4796072 y abandonarla para continuar de frente por una pista que pasa delante de un primer aprisco y que conduce a otro en ruinas **8** 636130 - 4796260; una vez delante de él, dirigirse a la izquierda por entre los helechos. Llegar hasta un pequeño sendero que discurre por el flanco norte del cerro y desemboca en una pista. Seguirla por la derecha hasta alcanzar el depósito de Hartxandegi **3**). Continuar de frente siguiendo el mismo itinerario que a la ida, por la zona de pastos de las crestas. En el segundo cruce, a la altura de una casa **9** 634427 - 4796159, seguir a la derecha por una pista que atraviesa una zona agrícola y descender hasta llegar a otra pista **10** 634099 - 4796933. Remontar esta pista por la izquierda. Al llegar a su extremo, coger a la derecha el mismo camino de la ida **11** 634171 - 4796223 que desciende al pueblo.

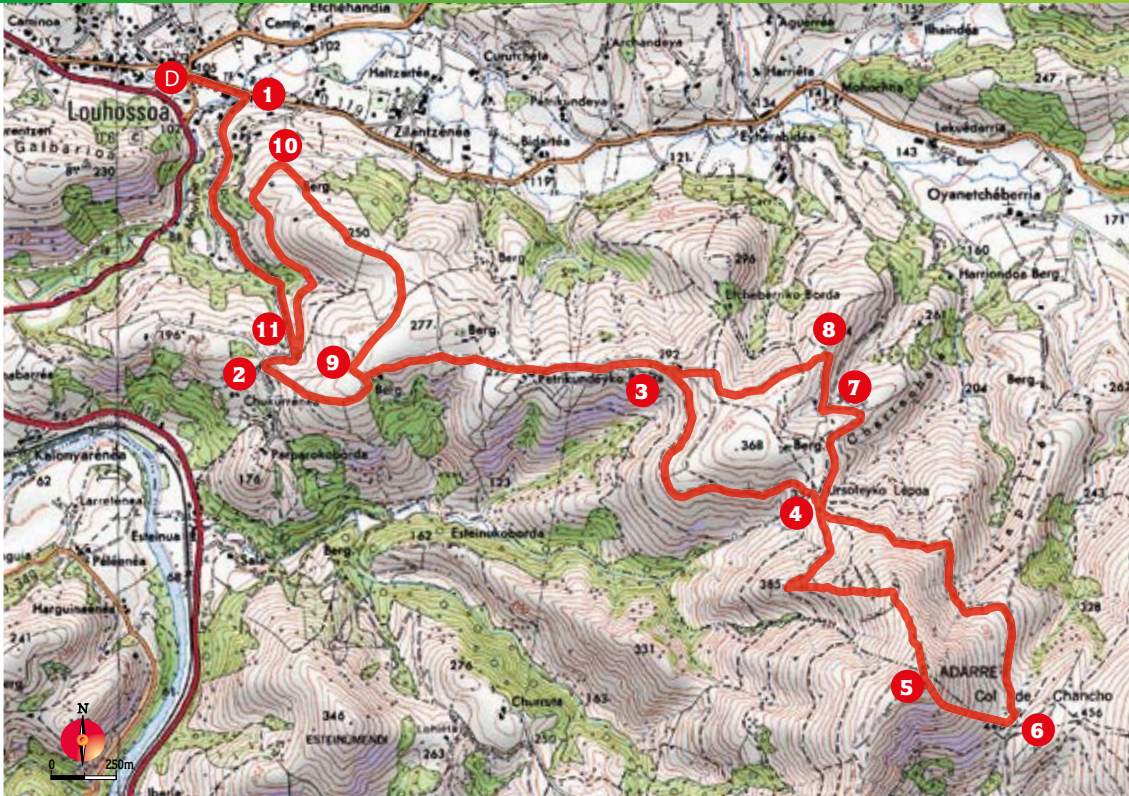
2h15

2h28

2h40

3h00

3h50



©IGN

D Frontón de Louhossoa

GPS : 633770 - 4797249



3h50

Balisage

D a **U**

13 km

+655 m
-655 m

No te pierdas

- Las vistas panorámicas
- Las bordas y apriscos
- Los caballos vascos «pottoka»



Evitar en periodo de caza

LOUHOSSOA - LUHOSO

Louhossoa es un pueblecito anidado entre los cerros boscosos de Labourd. Louhossoa es la patria de los célebres «pelotari» Larralde y Beheran, así que naturalmente la pelota vasca es el juego estrella. Louhossoa creció en 1834 con el descubrimiento de importantes minas de feldespato y caolinita. Hoy en día la cantera y la fábrica están cerradas pero aún pueden verse sus vestigios en la casa «Irrituenea».

Dos riachuelos, afluentes del Nive, atraviesan el pueblo: el Mouline y el Harrichurria que otrora hacían funcionar los molinos de harina, de los cuales aún quedan restos. Las aguas frías y bien oxigenadas del Nive, alimentado por los arroyos de la montaña, dan vida a una rica fauna piscícola muy preciada entre los pescadores: truchas, anguilas, salmones...



Más información en
Oficina de Turismo de Cambo les Bains
Av. de la Mairie – 64250 Cambo les Bains – Tfno.: +33 (0)5.59.29.70.25
E-mail: info@cambolesbains.com - Web: www.cambolesbains.com



Lista completa de las guías de rutas del 64 en www.rando64.fr

www.rando64.fr

A pie, en BTT o a caballo... ¡descubre Bearn y el País Vasco!

ELEGIR EL RECORRIDO ADECUADO

Niveles y señalización



Desnivel : cada ruta trae indicado el ascenso acumulado.



Duración : la duración de cada ruta es meramente indicativa y ha sido calculada teniendo en cuenta distancia, desnivel y posibles dificultades.



Rutas pedestres

Las rutas pedestres están clasificadas por nivel de dificultad con un color diferente para cada nivel. Según las recomendaciones de la Federación Francesa de Senderismo.

- ▶ Menos de 2h de marcha. *Ideal para hacer en familia, con caminos bien trazados.*
- ▶ Menos de 4h de marcha. Para senderistas habituados. *Con algunos tramos más duros o con desniveles.*
- ▶ Menos de 3h de marcha. *Puede hacerse en familia. Siguiendo caminos trazados con algunos tramos ligeramente más difíciles.*
- ▶ Más de 4 h. *Para montañeros experimentados y deportistas. Ruta larga y/o difícil (desnivel, tramos delicados).*

Siga las señales y balizas para no salirse de la ruta

Significado de las balizas	Senderos comarcales y PR®	GRP®	GR®	VTT	Equestre
Dirección correcta					
Girar a la izquierda					
Girar a la derecha					
Dirección equivocada					

GR®, GRP® y PR® son marcas registradas por la Federación Francesa de Senderismo. Algunos de estos itinerarios han sido seleccionados por la Federación Francesa de Senderismo en atención a criterios de calidad, se distinguen por el sello PR®.



Señalización de las rutas

Coordenadas GPS de los itinerarios

El formato de referencia es WGS 84 - UTM 30T. Descargue las coordenadas GPS de los circuitos en: www.terreetcotebasques.com

RECOMENDACIONES ÚTILES

- ▶ El Tiempo: 08 92 68 02 64 ó 32 50 o en www.meteofrance.com
- ▶ N° de emergencias europeo: 112

Recorrer los caminos que se extienden entre el río Nive y el litoral vasco implica adoptar una actitud respetuosa con el medioambiente y con las personas que mantienen vivo este territorio. Es importante respetar ciertas normas.

Cuide la naturaleza

▶ Lleve consigo una mochila para guardar sus desechos. ▶ Respete la fauna y la flora. ▶ No se salga de los caminos señalizados.

Cuide de sí mismo

▶ No emprenda el camino sin el equipo necesario. ▶ Evite salir solo. ▶ No beba agua de los arroyos. ▶ Consulte la previsión meteorológica.

Respete al resto de personas y sus actividades-

- ▶ No olvide volver a cerrar las portillas a su paso.
- ▶ Evite hacer senderismo con su perro y, en su caso, llévalo atado.
- ▶ Prohibido hacer fuego.
- ▶ Respete las propiedades privadas ubicadas en los itinerarios.

ATENCIÓN

Algunos de los itinerarios están desaconsejados en periodo de caza de palomas (octubre-noviembre), de batidas (todo el año) y de quema controlada (diciembre-marzo). Preguntar en la Oficina de Turismo.

Para más recomendaciones:



Su opinión nos interesa

Eco-veille®

Los itinerarios propuestos han sido diseñados con suma atención. Sus impresiones y observaciones acerca del estado de nuestros caminos son de gran interés para nosotros, puesto que nos permiten mantenerlos en buen estado. Le invitamos a rellenar una ficha Ecoveille® disponible en la Oficina de Turismo o descargable en www.rando64.com - apartado Ecoveille.

También puede trasladar sus comentarios a la Aglomeración Sur del País Vasco (+33 559 483 085).

www.rando64.fr

A pie, en BTT o a caballo... ¡descubre Bearn y el País Vasco!