

Amikuze Iholdi Oztibarre

Encontrará todos los itinerarios en ►►
Disponible en las Oficinas de Turismo



NIV
2 FÁCIL

GABAT (UR HANDIA)



D pueblo de **Gabat**
delante del ayuntamiento



Perros atados admitidos



1h30

GPS (UTM) del punto de partida

30T-659164-4803760



5 km

Señalización

D a 3



100 m

No se lo pierdan

• Camino alto dominando el río Bidouze



El río Bidouze

Nace en un pequeño lago subterráneo en Eltzarreko Ordokia, en Ahusquy, al norte del bosque de Les Arbailles y desemboca en el río Adour, en Guiche. Este río, a veces tumultuoso en tiempo de lluvias, puede causar unas inundaciones importantes. El origen del nombre de este río es incierto, pero se asemeja al nombre del río Bidassoa que desemboca en el océano atlántico, en Hendaya.

NIV
2 FÁCIL

GABAT (UR HANDIA)



El lago de Gabat

Esta ruta es agradable para pasear con su familia: se camina cerca de un lago artificial, por un camino alto que domina el río Bidouze. En este lugar, se recomienda no alejarse del sendero y dar la mano a los niños para que no se acerquen al borde, siendo este tramo peligroso. Itinerario desaconsejado en periodo de caza de la paloma torcaz.

D 30T-659164-4803760 Tomar la D124 hacia St Palais y seguir andando unos 250 metros.

0h10 **1** 30T-658962-4803654 Al llegar a la cruz, girar a la derecha en las dos intersecciones siguientes. En el cruce siguiente, girar a la izquierda y luego a la derecha hasta el lago (está prohibido bañarse).

0h40 **2** 30T-658673-4804968 Girar a la derecha. Subir al mirador situado por encima del río Bidouze. Seguir andando por la ladera y tomar a la derecha el camino que llega hasta la D124.

1h10 **3** 30T-659646-4805148 En la D124, girar a la derecha para volver al ayuntamiento.

1h30



Más información en:

Oficina de Turismo de Basse-Navarre

• 14 Place Charles de Gaulle, 64120 Saint-Palais - Tlf 05 59 65 71 78

www.tourisme-saintpalais.com

GUIDES RANDO 64

¡Descubran el Bearn y el País Vasco andando, con BTT o a caballo!

CÓMO ELEGIR UNA RUTA ADECUADA

Niveles

El desnivel indicado en las fichas señala el total de metros de subida. Los tiempos de recorrido no incluyen las paradas.

Los recorridos a pie se clasifican por orden de dificultad y se diferencian por colores en la ficha práctica de cada circuito. Para ello seguimos las recomendaciones de la Fédération Française de Randonnée.

Muy fácil menos de 2 horas de marcha. Ideal para hacer en familia, por caminos bien trazados.

Fácil menos de 3 horas de marcha. Puede hacerse en familia. Por caminos con

algunos tramos menos fáciles.

Medio menos de 4 horas de marcha. Para un excursionista habituado al senderismo. Con algunos tramos para gente deportista acostumbrada a los desniveles.

Difícil más de 4 horas de marcha. Para un senderista experimentado y deportista. El itinerario es largo y difícil (con gran desnivel, tramos delicados) o ambas cosas a la vez.

Duración del recorrido: La duración de cada circuito se ofrece a título indicativo. Tiene en cuenta la longitud del recorrido, los desniveles y las eventuales dificultades.

Señalización

Es imprescindible seguir las señales para no equivocarse de camino.

Señalización de los senderos	Senderos de país y PR®	GR®	Bicicleta	Ruta ecuestre
Dirección correcta				
Girar a la izquierda				
Girar a la derecha				
Dirección incorrecta				

GR® y PR® son marcas registradas por la federación francesa de senderismo.

Su opinión sobre nuestros senderos – “Ecoveille®” (Vigilancia ecológica)

Los itinerarios que les proponemos han sido preparados con la mayor atención. Sus impresiones y observaciones en cuanto al aspecto de nuestros senderos nos interesan y nos permiten mantenerlos en buen estado. Les invitamos a comunicarnos sus observaciones poniéndose en contacto con la oficina de turismo de Baja Navarra, en Saint-Palais, llamando al +33 5 59 657 178. Allí podrán pedir una ficha de observación “Ecoveille”.



Una fotografía local de los senderos o de la señalización

Recomendaciones de interés

Información meteorológica +33 892 680 264

Número europeo de emergencias 112

Recorrer los caminos de Baja Navarra exige adoptar un comportamiento respetuoso para con la naturaleza, los hombres y las mujeres quienes dan vida a este territorio. Es importante respetar ciertas reglas.

Protejan la naturaleza

No se olviden de traer una bolsa para recoger sus residuos. Respeten la fauna y la flora. No se aparten de los senderos señalizados.

Protéjense

No salgan sin llevarse el equipamiento necesario. Eviten salir solos. No beban el agua

de los arroyos. Infórmense sobre las condiciones meteorológicas.

Respeten las actividades y a los hombres.

No se olviden de volver a cerrar las vallas. **Procuren salir de senderismo sin su perro. En cualquier caso, llévenlo atado.**

Los fuegos están prohibidos. Respeten las propiedades privadas atravesadas por los itinerarios.

¡Cuidado!

Se ruega evitar ciertos itinerarios en período de caza de la paloma torcaz (desde octubre hasta noviembre) y en período de práctica de fuegos pastorales (desde diciembre hasta marzo). Infórmense en la oficina de turismo.

Certificaciones de Senderismo

Itinerarios con certificación PR® :

Con esta certificación, la Fédération Française Randonnée homologa determinados itinerarios pedestres en función de algunos criterios de calidad.

La homologación se basa en criterios de técnicos, turísticos y medioambientales (más información en www.ffrandonne.fr)



Itinéraires équestres : ce logo garantit un itinéraire labellisé par le Comité Départemental de Tourisme Equestre sur la base d'un cahier des charges précis. (Plus d'info sur www.cheval64.org)

Classement des itinéraires VTT

- : chemin large et roulant, dénivelé inférieur à 300 m
- : sentier assez roulant, dénivelé inférieur à 300 m
- : sentier technique, dénivelé inférieur à 800 m
- : sentier très difficile, dénivelé de 300 à 800 m