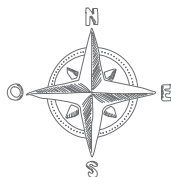




TRÈS FACILE

LAHONCE

Bartas de Lahonce



Distance 2,6 km	Dénivelé 0 m	Durée 1h00	Typologie Boucle	Balisateur PR
---------------------------	------------------------	----------------------	----------------------------	-------------------------

Dans la périphérie Est de Bayonne, rejoindre les environs du centre commercial Ametzondo (direction Pau), puis suivre les boulevards vers Bayonne-centre, Lahonce et Urcuit. Au rond-point en bordure de l'Adour, suivre maintenant les directions de Lahonce, Urcuit et Urt (D52). Rouler sur 2 km puis bifurquer à gauche sur la D261 vers Urt et Lahonce. 2 km plus loin, tourner à droite sur le chemin du lac Arbéou pour atteindre très vite le parking de la plaine d'Arbéou.

Coordonnées GPS : UTM : 629299 - 4816794 Lat/Long : 43.49287/-1.40084

Dernière zone humide de la rive gauche de l'Adour avant l'agglomération bayonnaise, le site des barthes de Lahonce est un véritable poumon vert et un lieu de passage et de nourriture pour l'avifaune (busard des roseaux, élanion blanc, aigrette garzette, faucon, cigogne). On parle ici de barthes mosaïques par la variété des milieux, occupés par des prairies, des haies, des champs, des points d'eau, véritable couloir écologique entre l'Adour et les premières collines du Pays Basque. Son classement en espace naturel sensible est donc grandement justifié.

Au départ du plan d'eau d'Arbéou, aménagé en douceur pour la promenade à pied ou à vélo, cet itinéraire accessible à tous (pas de problème d'hypoxie, le sentier ne dépasse pas les 2 m d'altitude !) visite tout d'abord les quartiers résidentiels du fleuve puis se glisse en lisière des barthes avec les canaux de régulation pour fil d'Ariane.



TRONÇON 1 > Du lac Arbéou à Argelas

UTM : 629299 - 4816794

Du parking, approcher du lac d'Arbéou et le suivre vers la droite par le chemin de promenade. Après les trois platanes, quitter le plan d'eau par le chemin cyclable qui part sur la droite (fléché V81). Il sillonne entre les prés humides et quelques demeures jusqu'au quartier d'Argelas.

TRONÇON 2 > D'Argelas aux barthes de Lahonce

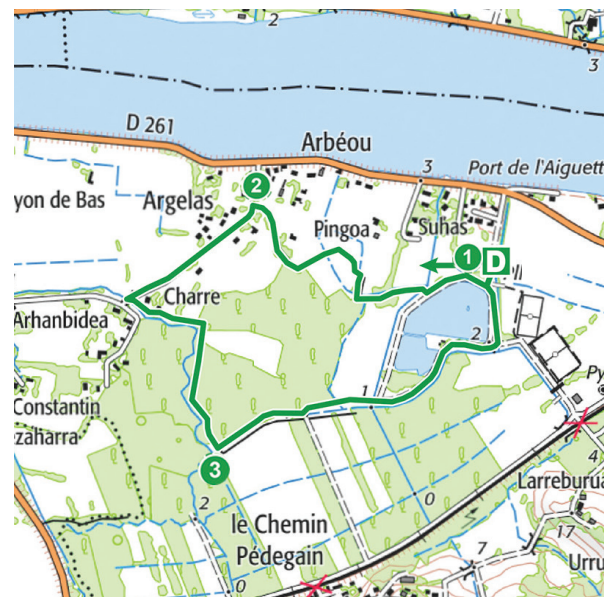
UTM : 628692 - 4816929

Parmi les belles demeures d'Argelas, au carrefour, suivre la route vers la gauche (direction "Bayonne" pour les vélos). En bout de ligne droite, juste avant le petit pont du quartier Charre, attention à bien tourner à gauche sur 20 m (panneau "canal Errecart") et, juste avant la maison aux volets rouges, suivre sur votre droite le sentier entre une clôture et un petit canal. Garder toujours cette trace qui épouse les méandres du canal en cheminant sous de grands arbres.

TRONÇON 3 > Retour au lac d'Arbéou

UTM : 628635 - 4816320

A la jonction de canaux, face aux prairies humides de Lahonce, tourner à gauche pour suivre maintenant le canal Hondarrague. Longez la plantation de peupliers trembles et le canal, avec vue à droite sur les barthes, dominées par les maisons de Lahonce. Au croisement



d'une piste, continuer tout droit sur l'allée empierrée fermée aux véhicules par une barrière en bois. Parvenus dans la courbe de la promenade du lac d'Arbéou (banc), suivre le bon chemin à droite pour revenir vers le plan d'eau. Après être passé sous de vieux chênes, le chemin vous ramène à gauche vers le parking.



POINTS D'INTÉRÊT

❖ **Les peupliers noirs (1,7 km)**
Cousins botaniques des saules dont ils partagent l'adaptation aux sols gorgés d'eau, des peupliers ont ici été plantés par la main de l'homme pour constituer un boisement humide. Leurs feuilles s'agitent à la moindre brise (du fait d'un pétiole très long et souvent aplati) et les abeilles raffolent du pollen abondant des chatons et de la propolis des bourgeons.

UTM : 628721 - 4816384

❖ L'écosystème des zones humides (2,3 km)

Les zones humides ont de véritables fonctions écologiques dans la mosaïque des paysages, et il est important de savoir les préserver des aménagements. Elles régulent les montées d'eau et sont le biotope privilégié de nombreuses larves d'insectes ou batraciens à la base de plusieurs chaînes alimentaires.

UTM : 629177 - 4816551

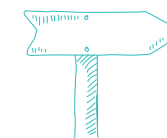
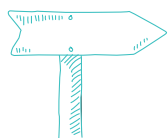
❖ Le port de l'Aiguette (à 750 m hors itinéraire)

Le port fluvial de Lahonce qui a pris le nom d'un bras de l'Adour, l'Aiguette, isole l'île de Lahonce du reste de la commune. On y trouve une école de voile et plusieurs bateaux de plaisanciers qui oscillent à longueur de journées, l'Adour étant ici fortement soumis aux marées océaniques.

UTM : 629687 - 4816977

ÉQUIPEMENTS ET SERVICES

Tables de pique-nique, point d'eau, jeux pour enfants : Plaine d'Arbéou.
UTM : 629299 - 4816794



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)

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				
Turner à GAUCHE				
Turner 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

- 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

ADRESSES UTILES

Office de Tourisme Pays Basque :
Bureaux d'accueil touristique

- URT : place du marché
+33(0)5 59 56 24 65

- BIDACHE : place du fronton
+33(0)5 59 56 03 49

- HASPARREN : place Saint-Jean
+33(0)5 59 29 62 02

- LA BASTIDE-CLAIRENCE :
Place du Fronton
+33(0)5 59 56 03 49

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.