TRÈS FACILE

URRUGNE

Intzola

Distance	Dénivelé	Durée	Typologie	Balisage
6,7km	**280 m**	**2h15**	**Boucle**	**PR sur tout l'itinéraire**

Depuis Urrugne (sortie n°2 de l'A63), au rond-point de périphérie de ville, suivre la direction du col d'Ibardin et d'Ascain (D4). Au bout de 3,5 km, laisser à droite la route du col d'Ibardin et continuer vers Ascain. A l'entrée du quartier d'Olhette, tourner à droite devant une chapelle pour trouver un parking à 100 m de là, en bordure de rue (chemin d'Intzola).

Coordonnées GPS : **UTM : 608003 - 4798806 Lat/Long : 43.33433/1.66771**

La marche dans le vallon d'Intzola, c'est la balade familiale par excellence, que l'on pourra même envisager les après-midis d'été, car le sentier est souvent ombragé et bénéficie de la fraîcheur du ruisseau. Ancienne voie romaine, chemin discret de contrebande, mais aussi couloir de fuite des réfugiés lors de la guerre civile espagnole, ou encore voie de salut des femmes et des hommes fuyant la répression allemande de la Seconde Guerre mondiale, ce chemin d'Intzola, chargé d'Histoire, est aujourd'hui une balade récréative où l'on apprécie ombrages, cascatelles et libellules. Seul le retour par le plateau d'Aire Leku demande quelques efforts de grimpette, retrouvant le soleil en terrain dégagé. Mais, abordé en fin de journée, il réservera de belles lumières sur la Rhune et le littoral atlantique, d'Hendaye à Biarritz.

TRONÇON 1 > D'Olhette au cœur du vallon d'Intzola

UTM : 608003 - 4798806

Suivre la petite route au-delà de la chapelle d'Olhette (50 m) ; une large piste prend le relais au niveau de la dernière maison. Après un passage canadien, tout droit sur le large chemin au sol pavé (laisser un chemin à droite). Au niveau d'une clôture, sentier caillouteux commençant à grimper. Longer le ruisseau d'Intzola. Au niveau d'un T, à droite pour atteindre une intersection de chemins au milieu de la vallée.

TRONÇON 2 > La haute vallée et la venta Intzola

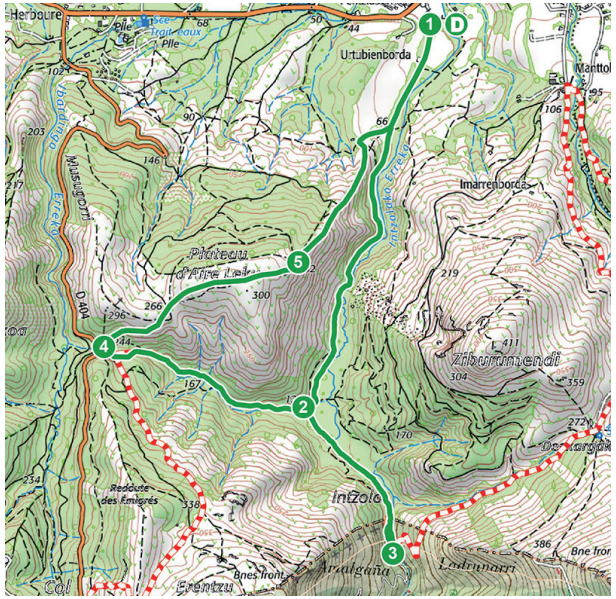
UTM : 607576 - 4797085

Sous deux gros chênes, à l'intersection (120 m), traverser un ruisseau à gauche (gué) et suivre le sentier, désormais balisé GR10 ; ruisseau toujours à main gauche. Au passage des bornes frontière, garder à droite le sentier balisé pour entrer en Espagne (rochers humides). La première venta est très proche, une seconde se trouve 200 m en amont.

TRONÇON 3 > De la venta Intzola au col des Abeilles

UTM : 608008 - 4796484

Depuis la venta Intsola (150 m), revenir sur vos pas jusqu'à l'intersection des deux gros chênes (étape 1). Après le gué, tourner à gauche et suivre un sentier qui remonte sur le flanc droit d'un vallon annexe (balisé en rouge et blanc) et qui grimpe en plusieurs étages vers la partie haute de la forêt, en passant sur la fin côté gauche du vallon. Au sommet, une intersection en T avec un chemin : quitter le GR pour rallier à 60 m vers la droite le col des Abeilles.



TRONÇON 4 > La traversée du plateau d'Aire Leku

UTM : 606690 - 4797295

Au col des Abeilles (244 m), prendre à droite le chemin fermé à la circulation (barrière) qui sort de la forêt, découvre le sommet de la Rhune, et atteint une hauteur dégagée. Descendre 30 m vers un petit col herbeux (266 m), puis suivre le large chemin montant à droite au milieu des fougères. Au sommet, traverser le plateau d'Aire Leku (ruine), puis descendre en face sur le sentier de crête, qui courbe vers la gauche.

TRONÇON 5 > Retour en descente sur Olhette

UTM : 607501 - 4797724

A l'intersection de sentiers en Y (252 m), attention à bien choisir celui de droite, toujours au plus près de la crête. La descente est plus prononcée, face à l'océan, dans une végétation généreuse. Ignorer une piste dédiée au VTT sur votre gauche et garder le cap. En partie basse, se rapprocher à gauche du toit d'une grange. Près de la borde, déboucher sur un bon chemin, à suivre vers la droite. Retrouver ainsi le passage canadien et, en face, le chemin emprunté à l'aller qui revient au parking.

POINTS D'INTÉRÊT

❖ Un bloc de poudingue (1,4 km)
Les formations rocheuses en poudingue (ou conglomérats) sont emblématiques du Pays Basque littoral. Ce sont des roches détritiques constituées de galets roulés dans les rivières et sédimentés dans des fosses peu profondes, avec un ciment naturel à base d'argiles.
UTM : 607679 - 4797456

❖ Le chemin pavé (2 km)
Depuis le départ de la randonnée, vous aurez peut-être remarqué le pavage de dalles qui affleure sur le chemin. L'itinéraire suit une ancienne galzada, une voie romaine créée pour faciliter la circulation des personnes et des minerais extraits de l'autre côté de la frontière. Le chemin fut aussi utilisé par les réfugiés espagnols dès 1936.
UTM : 607661 - 4796984

❖ Point de vue (5,1 km)
Sur le replat herbeux du plateau d'Aire Leku, on peut profiter d'une belle vue avant d'entamer l'ultime descente. D'un côté sur le massif de la Rhune coiffée de son antenne-émetteur, de l'autre sur la frange littorale : baie de Saint-Jean-de-Luz, rocher de la Vierge à Biarritz, plages d'Anglet.
UTM : 607228 - 4797622

❖ L'aubépine (5,25 km)
Devant la porte de la ruine de la grange (borde) se trouve un arbrisseau nommé aubépine. Des feuilles à trois lobes, des baies rouges et de fortes épines permettent de l'identifier. Les passereaux (comme le troglodyte mignon) trouvent dans la densité des branches des abris de choix pour nidifier.
UTM : 607406 - 4797671

POINTS D'ATTENTION

Rochers glissants à l'approche de la venta Intzola.
UTM : 607989 - 4796610

ÉQUIPEMENTS ET SERVICES

Venta Intsola, repas et boissons en période estivale ou week-ends (2,6 km).
UTM : 608008 - 4796484

© Bruno Valcke

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®

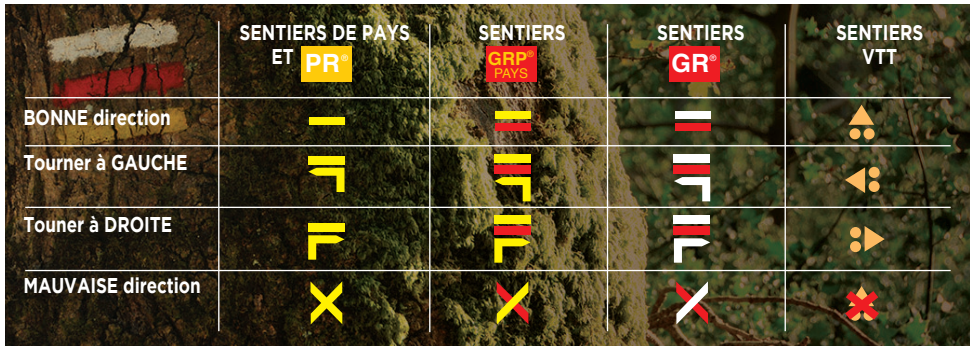
Avec ce label, la Fédération Française de Randonnée Pédestre agrée un certain nombre d'itinéraires pédestres en fonction de critères de qualité. Le choix se fait en fonction de critères d'agréments, techniques, touristiques et environnementaux (info sur www.ffrandonnee.fr)

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.



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, triez 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 :
Turismoko harrerako Bulegoak:

- ESPELETTE, rue principale
+33(0)5 59 93 95 02
- SAINT-PÉE-SUR-NIVELLE, rue du fronton
+33(0)5 59 54 11 69
- AINHOA, rue principale
+33(0)5 59 29 93 99
- SARE, mairie
+33(0)5 59 54 20 14
- ASCAIN, rue Oletako bidea
+33(0)5 59 54 00 84
- URRUGNE, place René Soubelet
+33(0)5 59 54 60 80

Office de tourisme de Cambo-les-bains
Herriko Etxeko etorbide
+33(0)5 59 29 70 25

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.