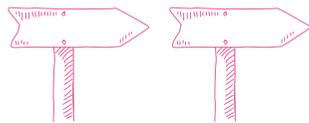


URRUGNE Intzola



Distancia 6,7km	Desnivel 280 m	Duración 2h15	Typología Circular	Señalización PR (amarilla)
---------------------------	--------------------------	-------------------------	------------------------------	--------------------------------------

Desde Urrugne (salida nº2 de la A63), en la rotonda de las afueras de la localidad, siga en dirección al puerto de Ibardin y Ascaín (D4). Después de 3,5 km, deje la carretera del puerto de Ibardin a la derecha y continúe hacia Ascaín. A la entrada del barrio de Olheta, gire a la derecha delante de una capilla para encontrar un aparcamiento a 100 m, al borde de la carretera.

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

El paseo por el valle de Intzola es la excursión familiar por excelencia, e incluso se puede realizar durante las tardes de verano, ya que el camino es bastante sombreado y cuenta siempre con el frescor del arroyo. Antigua calzada romana, discreta ruta de contrabando, pero también vía de escape para muchísimas refugiadas durante la Guerra Civil española o para los hombres y mujeres que huían de la represión alemana durante la Segunda Guerra Mundial, el camino de Intzola es a día de hoy, además de un lugar cargado de historia, un paseo muy agradable donde disfrutar del frescor de la sombra que dan sus frondosos árboles, de las cascadas y de las siempre sorprendentes libélulas. Sólo la vuelta por la meseta de Aire Leku requiere un cierto esfuerzo físico, al tratarse de una subida al descubierto donde el sol suele pegar con fuerza.



TRAMO 1 > De Olheta al corazón del valle de Intzola

UTM : 608003 - 4798806

Siga por la pequeña carretera más allá de la capilla de Olheta a la altura de la última casa una pista ancha toma el relevo. Después de un cruce canadiense, continúe recto por el amplio camino pavimentado. Al llegar a una valla, el camino da paso a un sendero pedregoso que comienza a subir. Este camino bordea el arroyo de Intzola. En un cruce en forma de T, tome el camino de la derecha para llegar a una intersección de caminos en medio del valle.

TRAMO 2 > La zona alta del valle y la venta Intzola

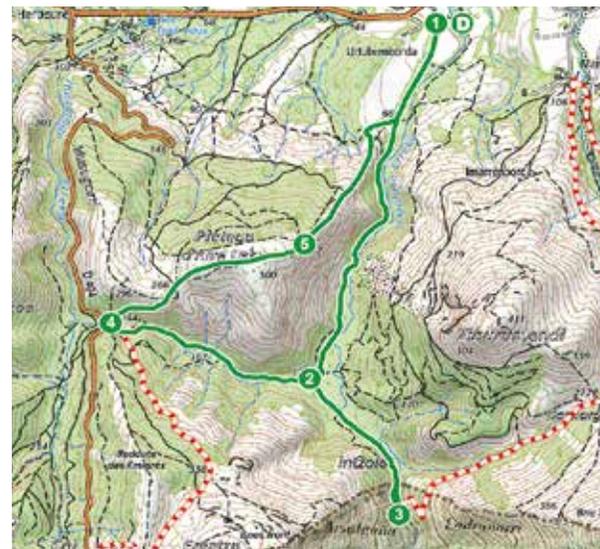
UTM : 607576 - 4797085

Bajo dos grandes robles, en la intersección, cruce un arroyo a la izquierda y siga el sendero, a partir de aquí señalizado como GR10, siempre con el arroyo a su izquierda. Cuando pase por al lado de los hitos fronterizos, manténgase a la derecha por el camino balizado para entrar en España. La primera venta está muy cerca, una segunda está a 200 m río arriba.

TRAMO 3 > De la venta Intzola al paso des Abeilles

UTM : 608008 - 4796484

Desde la venta Intzola, vuelva sobre sus pasos hasta la intersección de los dos grandes robles. Después del vado, esta vez gire a la izquierda para seguir un camino que sube por la parte derecha de un valle que esta justo al lado. El sendero sube de manera escalonada hasta la parte superior del bosque, pasando al final al lado izquierdo del valle. En la cima, llegará a una intersección en forma de T con un camino: llegado a este punto, abandone el GR y camine 60 m a la derecha para llegar al paso des Abeilles.



TRAMO 4 > La travesía por la meseta de Aire Leku

UTM : 606690 - 4797295

En el paso des Abeilles ignore la carretera del puerto de Ibardin y escoja el camino de la derecha que está cerrado al tráfico por una barrera. Enseguida saldrá del bosque y verá el monte Larrun al fondo para llegar a una zona alta y despejada. Descienda 30 m hacia un pequeño paso de hierba y a continuación, siga el amplio camino que sube a la derecha a través de los helechos. En la cima, atravesese la meseta de Aire Leku, pase por al lado de una ruina y baje por el camino de la cresta que hace una curva hacia la izquierda.

TRAMO 5 > Vuelta a Olheta cuesta abajo

UTM : 607501 - 4797724

En la intersección de los caminos en forma de Y, tenga cuidado de elegir el de la derecha, siempre lo más cerca posible de la cresta. El descenso en este tramo es bastante pronunciado, con vistas al océano. Ignore una pista de bici de montaña (BTT) a su izquierda y mantenga el rumbo. Una vez abajo, acérquese al costado izquierdo del tejado de un establo. Cerca de la borda, encontrará un camino que debe seguir hacia la derecha. Finalmente, encontrará el paso canadiense y, enfrente, el camino que tomó a la ida y que le llevará de vuelta al aparcamiento.



PUNTOS DE INTERÉS

❖ Bloque de piedra pudinga (1,4 km)

Las formaciones rocosas (o conglomerados) de pudinga son típicas de la región costera del País Vasco. Son rocas detríticas formadas por guijarros rodados en los ríos y sedimentados en fosas poco profundas, con un cemento natural a base de arcillas.
UTM : 607679 - 4797456

❖ La calzada romana (2 km)

Desde el inicio de la caminata, quizás haya notado que en ciertos tramos del camino sobresalen lajas de piedra que son vestigios de una antigua pavimentación. Es normal, porque esta ruta sigue una antigua calzada, una vía romana creada para facilitar el movimiento de personas y minerales extraídos al otro lado de la frontera. El camino también fue utilizado por los refugiados y refugiadas españolas de 1936.
UTM : 607661 - 4796984

❖ Vistas panorámica (5,1 km)

Desde la meseta de Aire Leku, podrá disfrutar de una hermosa vista antes de iniciar el descenso final. Por un lado, se ve el macizo del monte Larrun coronado por su antena, y por otro, el litoral: la bahía de St-Jean-de-Luz, Biarritz y las playas de Anglet.
UTM : 607228 - 4797622

❖ El espino blanco (5,25 km)

Delante de la puerta de una borda en ruinas hay un arbusto llamado espino blanco o majuelo. Lo identificará fácilmente por sus hojas trilobuladas, sus frutos rojos y las potentes espinas. Los paseriformes encuentran en la densidad de sus ramas un buen lugar para anidar.
UTM : 607406 - 4797671

PUNTOS DE ATENCIÓN

Zona de rocas resbaladizas en las cercanías de la venta Intzola.
UTM : 607989 - 4796610

INSTALACIONES Y SERVICIOS

Venta Intzola, comidas y bebidas en periodo estival o los fines de semana (2,6 km).
UTM : 608008 - 4796484



Rutas de senderismo

Instrucciones

NIVEL DE DIFICULTAD

Todas las rutas de senderismo están clasificadas según su nivel de dificultad en su ficha correspondiente. La clasificación se ha realizado siguiendo los criterios de la Federación Francesa de Senderismo.

Muy fácil. Menos de 2 horas a pie. Ideal para la familia y por caminos bien señalizados.

Fácil. Menos de 3 horas de marcha. Se puede hacer en familia. Puede constar de tramos no tan fáciles.

Medio. Más de 4 horas de marcha. Para excursionistas habituados al senderismo. A veces con tramos algo técnicos o de importante desnivel.

Difícil. Más de 4 horas de marcha. Para excursionistas experimentados y en buena forma física. El itinerario es largo o muy técnico (desnivel, pasos complicados...), o ambas cosas a la vez.

UTAS MOUNTAIN BIKE (VTT)

Muy fácil. Camino amplio y sin complicaciones, desnivel inferior a 300 m.

Fácil. Sendero sin demasiada dificultad, desnivel inferior a 300 m.

Medio. Sendero técnico, desnivel inferior a 800.

Difícil. Sendero muy difícil, desnivel de 300 a 800 m.

DESNIVEL

Representa la suma de la distancia ascendida durante el recorrido.

DURACIÓN DE LA EXCURSIÓN

El tiempo de duración de cada excursión se da a título indicativo. Para ello se tiene en cuenta la distancia recorrida, el desnivel y su dificultad. Este tiempo se calcula sin tomar en cuenta las paradas

SENDEROS BALIZADO®

La Federación Francesa de Senderismo adjudica este distintivo a un determinado número de rutas de senderismo siguiendo sus propios criterios de calidad. Esta elección se realiza en función de diversos criterios; técnicos, turísticos y medioambientales (más información en www.ffrandonnee.fr)

COORDENADAS GPS

Las coordenadas del punto de partida se indican en latitud/longitud para que pueda introducirlas en el GPS de su vehículo. El resto de datos (referencias del itinerario) se proporcionan en coordenadas UTM. El formato de referencia es el siguiente: WGS 84 - UTM 30T

SEÑALIZACIÓN

Las rutas aquí propuestas son PR® y están señalizadas en amarillo. Sin embargo, algunos tramos se entrelazan con el GR, en cuyo caso debe seguir las marcas blancas y rojas. Encontrará todas las precisiones sobre cada ruta en su ficha correspondiente.

	PR® SENDEROS DE PEQUEÑO RECORRIDO	GRP PAYS SENDEROS DE MEDIA RECORRIDO	GR® SENDEROS DE GRAN RECORRIDO	BICICLETA TODO TERRENO
BUENA dirección				
Girar a la IZQUIERDA				
Girar a la DERECHA				
Dirección INCORRECTA				

Guía de buenas prácticas del excursionista

Recorrer las sendas del País Vasco exige respeto por la naturaleza y por los hombres y mujeres que dan vida a este territorio. Es importante respetar unos mínimos.

Prepare bien su excursión

- No salga sin el material necesario (mapa, agua, ropa adecuada, etc).
- Evite salir solo o avise a algún familiar, ayuntamiento... (la falta de cobertura en algunas zonas puede dejarle ilocalizable).
- No beba agua de los arroyos ni se bañe en ellos.
- El tiempo puede ser muy cambiante, mire la previsión antes de salir.
- Infórmese sobre los períodos de roza y quema, caza, trabajos forestales, etc.

Respetar el medio-ambiente

- No olvide una bolsa para la basura.
- Observe los animales a distancia y en silencio.
- No recoja flores o frutos silvestres, setas... sin permiso.
- Respete las señales y manténgase en los caminos marcados.

Respetar las actividades agrícolas y pastorales

- Al conducir, modere la velocidad al acercarse a los rebaños.
- Aparque en los espacios habilitados para ello, evitando así obstruir el tráfico.
- Evite salir de excursión con su perro y, en su caso, llévelo atado.
- No olvide cerrar las vallas que encuentre por el camino.
- Respete los terrenos particulares que rodean la senda.
- Mantenga una distancia prudencial con los animales sueltos; no los alimente.
- No encienda fuegos ni barbacoas.
- Acampe tan solo en las zonas habilitadas para ello.

La gestión de los residuos

Cuando vaya de excursión, guarde la basura en su mochila. De vuelta a casa, no olvide clasificarla, cuidar del medio-ambiente es responsabilidad de todos!

TELÉFONOS DE INTERÉS

- Météo France :
08 99 71 02 64 o 32 50
o www.meteofrance.fr

- Área de emergencias y rescate:
112, SAMU 15, BOMBEROS 18



SU OPINIÓN CUENTA

Las excursiones aquí propuestas han sido seleccionadas con el mayor rigor posible. Cualquier opinión u observación sobre los senderos nos es de gran interés a fin de mantenerlos en buen estado. Le invitamos a informar de cualquier problema o contingencia a través de: sentinelles.sportsdenature.fr

DIRECCIONES DE INTERÉS

Oficinas de Turismo del País Vasco:

- 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
- CAMBO-LES-BAINS, Herriko Etxeko etorbide +33(0)5 59 29 70 25

GUÍAS DE MONTAÑA

Guías de montaña y profesionales ofrecen hermosas caminatas fuera de los senderos conocidos. Contacta con las oficinas de turismo para reservar sus servicios.