

Nacadero del Bidouze

Distancia	Desnivel	Duración	Typologia	Señalización
9 km	407 m	3h00	Ida y vuelta	PR (amarilla)

En el pueblo de Saint Just Ibarre, continúe por la carretera D918 en dirección al puerto de Osquich. Tome la carretera a la altura de la fábrica de sidra Eztigar y siga recto durante 3,5 kilómetros hasta llegar al parking que marca el inicio de la ruta.

Coordenadas GPS : UTM : **660213/4780933** Lat/Long : **43.164193/1.029244**

Este tranquilo paseo por la naturaleza ofrece al excursionista la posibilidad de descubrir un rico patrimonio de fauna y flora locales. Entre otras, destacan el pájaro carpintero dorsiblanco, la rosa alpina, ejemplares muy bellos de hayas y una gran variedad de helechos. Además de estas curiosidades naturales, los paneles informativos sobre la mitología vasca jalonan todo el recorrido. Por último, el nacadero del Bidouze y su espectacular resurgir a través de una cavidad excavada en el acantilado harán las delicias de grandes y pequeños.

TRAMO 1 > Por la pista forestal

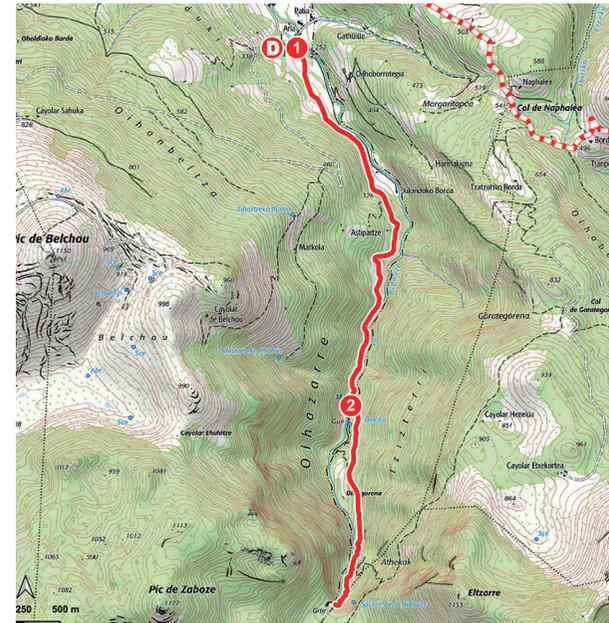
UTM 660213/4780933

Partiendo del aparcamiento que marca el inicio del paseo, tome la pista que sigue las señales de "Source de la Bidouze". Camine durante aproximadamente 3 kilómetros rodeado por un mosaico de colores verdes. Al final de la pista encontrará un merendero. Justo ahí, verá una pasarela que atraviesa un arroyo.

TRAMO 2 > En dirección al espectacular resurgir del Bidouze

UTM : 660734/4778475

Cruce el arroyo y siga el sendero que sube sinuosamente. Continúe por este hermoso camino. Tras una curva cerrada a la izquierda, siga recto para cruzar un barranco que se encuentra junto a una vaguada. El camino sigue de manera intuitiva hasta llegar al pie de un acantilado. Levante la mirada y disfrute del espectáculo que ofrece en este punto el resurgimiento del Bidouze. El regreso al punto de partida es por el mismo camino.



PUNTOS DE INTERÉS

❖ La mitología vasca

Es rica tanto en personajes como en historias. Empezando por la serpiente con forma de dragón llamada Herensuge, pasando por Mari que es la encarnación de la madre tierra, hasta las famosas laminak, los numerosos paneles informativos del recorrido le ayudarán a descubrir este mundo.

❖ El pico dorsiblanco

El pico dorsiblanco es una especie rara y protegida. En Francia tan sólo se encuentra en los frondosos y ancestrales bosques del País Vasco, donde los árboles muertos y desprendidos le sirven de alimento y resguardo.

❖ El resurgimiento del Bidouze

Las aguas del Bidouze provienen de una vasta red subterránea que se encuentra bajo el macizo de Arbaila. Es una especie colector natural de agua de lluvia que se infiltra en un entorno kárstico antes de emerger del subsuelo. Sus aguas recorren nada menos que 82 kilómetros antes de desembocar en el Adour, a la altura de Guiche. UTM : 660733/4771112



PUNTOS DE ATENCIÓN

Zonas embarradas y resbaladizas en el tramo 2: las botas de montaña son obligatorias.

INSTALACIONES Y SERVICIOS

Merendero
UTM : 660734/4778475

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 introducir las 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

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, icuidar 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:

- SAINT-ÉTIENNE-DE-BAÏGORRY
Place de la mairie
+33(0)5 59 37 47 28

- SAINT-PALAIS
1 route de Gibraltar
+33(0)5 59 65 71 78

- SAINT-JEAN-PIED-DE-PORT
Place Charles de Gaulle
+33(0)5 59 37 03 57

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.

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				