



# VAE N°3 - Col de la Pierre Saint-Martin

📍 ARETTE

CICLOTURISTA



Tres puertos y dos países, todo en un recorrido de 25 km, esto es lo que nos depara esta etapa rica y colorida. Desde las hermosas casas bearnesas del pueblo de Arette hasta el paso fronterizo con Navarra por los paisajes kársticos de la Pierre Saint-Martin, un derroche de colores y paisajes variados se suceden en un ascenso de 1.400 m. El "Tour" tiene sus hábitos y una etapa en 2015 vio a un tal C. Froome, con "un rendimiento sobrenatural", mandar a callar a todo el pelotón para terminar primero en la meta. ¡Algunos dirán que la asistencia eléctrica puede facilitar la subida de estas hermosas pendientes al 15% antes del famoso Col de Labays! Esta es una buena excusa para ponerse en la piel de un campeón y alcanzar en las mejores condiciones los 1760 m de altitud del Col de la Pierre Saint-Martin.



📍 Départ : ARETTE  
Arrivée : ARETTE

📏 Distance :  
25.3 km

🏔️ Dénivelé :  
1436 m

🕒 Durée :  
1/2 jour

🅑 Parking

☎️ Appel  
d'urgence : 112

⚠️ Les montagnes basques et béarnaises sont des espaces pastoraux. Evitez de partir avec votre chien. Dans tous les cas, tenez-le en laisse. Merci !

## ★ À ne pas manquer

- **Cujala o Cayolar (21 km)**. Desde el puerto de Soudet, numerosas cabañas de pastores se encuentran dispersas alrededor del lapiaz. Ocupados durante todo el verano y destinados a la elaboración de queso de oveja, se llaman "cujala" en bearnes y "cayolar" en vasco. ¡No dudes en probar el famoso "Ossau-Iraty" antes del descenso!

- **El carst de las Arres d'Anie (22 km).** Pasados los últimos bosques de hayas, el macizo revela sus orígenes sedimentarios. Este inmenso karst es un lapiaz de piedra caliza llamado aquí "Arres d'Anie". El sitio carece de agua superficial y el relieve está salpicado de grietas y cavidades. Las formas esculpidas por los elementos ofrecen paisajes excepcionales.
- **La junte de Roncal (25,26 km).** En el Col de la Pierre Saint-Martin, la terminal 262 que marca la frontera con España es objeto de una ceremonia centenaria, cada 13 de julio, donde se encuentran los alcaldes de los valles del Bearne y Navarra. Este encuentro renueva un tratado que data de 1375, poniendo fin a las disputas sobre el acceso a los pastos de verano.



## Étapes

**Etapa 1. De Arette a la Mouline.** Salga del aparcamiento y siga la D132 a la izquierda hacia la Pierre Saint-Martin. Salir del pueblo es ideal para hacer girar las piernas y comprobar el nivel de carga. No es necesario el uso de asistencia eléctrica en este primer tramo en ligera pendiente. El camino atraviesa las parcelas valladas destinadas al ganado, en dirección a la ribera del Vert en ligero descenso. Después de los primeros 7 km, se entra al valle a la salida del lugar llamado La Mouline. El verdadero ascenso comienza aquí.

**Etapa 2. Desde La Mouline hasta el Col de Labays.** El comienzo es lento y traicionero. Una alternancia de montículos y rellanos no llama la atención. Habrá que jugar para obtener ayuda y pensar en ahorrar batería siempre que sea posible. En el km 8 nos adentramos lo más duro, es el momento de soltar los vatios para subir a la meseta de Chousse, que no tiene nada de llano. A pesar de los muchos cambios, las pendientes con porcentajes de dos dígitos (promedio del 10%) solo se suavizan ligeramente. Un último giro precede a la llegada al Col de Labays. Continúe por la D132.

**Etapa 3. Desde el Col de Labays hasta el Col de Soudet.** Otros 8 km antes de llegar al Col de La Pierre Saint-Martin. Vigile el nivel de la batería y reduzca la asistencia si es necesario. Al girar en una curva donde la carretera parece apalanarse, se puede ver la estación de esquí plantada en medio de un magnífico lapiaz. El camino sigue el caótico relieve de este macizo calcáreo dominado por los 2504 m del pico de Anie. Nada realmente difícil en esta sección propicia para la contemplación. Aquí las vacas y las ovejas se sienten como en casa y pastan libremente no lejos de las primeras cabañas de los pastores. Llegada al puerto.

Etapa 4. Desde el col de Soudet hasta el col de La Pierre St Martin. Desde el puerto, deje la D113 a la derecha que baja hasta Sainte-Engrace y siga la D132 hacia La Pierre St Martin. La zona boscosa da paso a un entorno natural en forma de ruinas que en sí mismo merece la pena subir. La perspectiva en un día despejado se extiende a las llanuras de Pau al norte y a los 2017 m del pico de Orhy al oeste. Conduzca 1 km y siga la D132 a la derecha hacia España. Los últimos tres km son una fiesta de sorpresas alternando bonitas rampas a más del 10% para terminar tranquilamente y llegar a la frontera con una magnífica vista de Navarra.

## ★ Équipements

- Power Point (supermercado, restaurantes)
- Instalaciones sanitarias
- Agua punto
- Paneles de información

## ★ Attention

- Meseta de Chousse, animales deambulando libres desde la meseta y hasta el final de la ruta.
- Col de Soudet, posibilidad de niebla y viento fuerte hasta el final del recorrido.

pour bien préparer sa rando  
et adopter les bons gestes  
en montagne,  
rendez-vous sur 



[reussirmarando.com](http://reussirmarando.com)