



VTT N°44 - Cabane d'Ichéus

LEES-ATHAS

VTT



Avec moins de 10 kilomètres, cette boucle est idéale en demi-journée lorsque l'envie de rouler dans un cadre exceptionnel se fait ressentir. C'est une sortie complète de vélo de montagne, avec tout ce qui est imaginable : montée sur piste et prairie suivie d'une descente de rêve ! L'ascension qui démarre en douceur est ponctuée de quelques rampes bien ardues ainsi que de passages "trialisants". La descente commence sur une clairière bosselée tel un golf, puis enchaîne une succession de virages, pierrier et monotraces creusés qui donnent qu'une envie : remonter ! Attention : ce sentier est partagé avec les piétons, merci de ralentir et de rester prudent.



📍 Départ : LEES-ATHAS
Arrivée : LEES-ATHAS

📏 Distance :
9.5 km

⬆️ Dénivelé :
550 m

🕒 Durée :
2h10

🗺️ Itinéraire : Boucle

🅑 Col de Bouésou

☎️ Appel d'urgence : 112

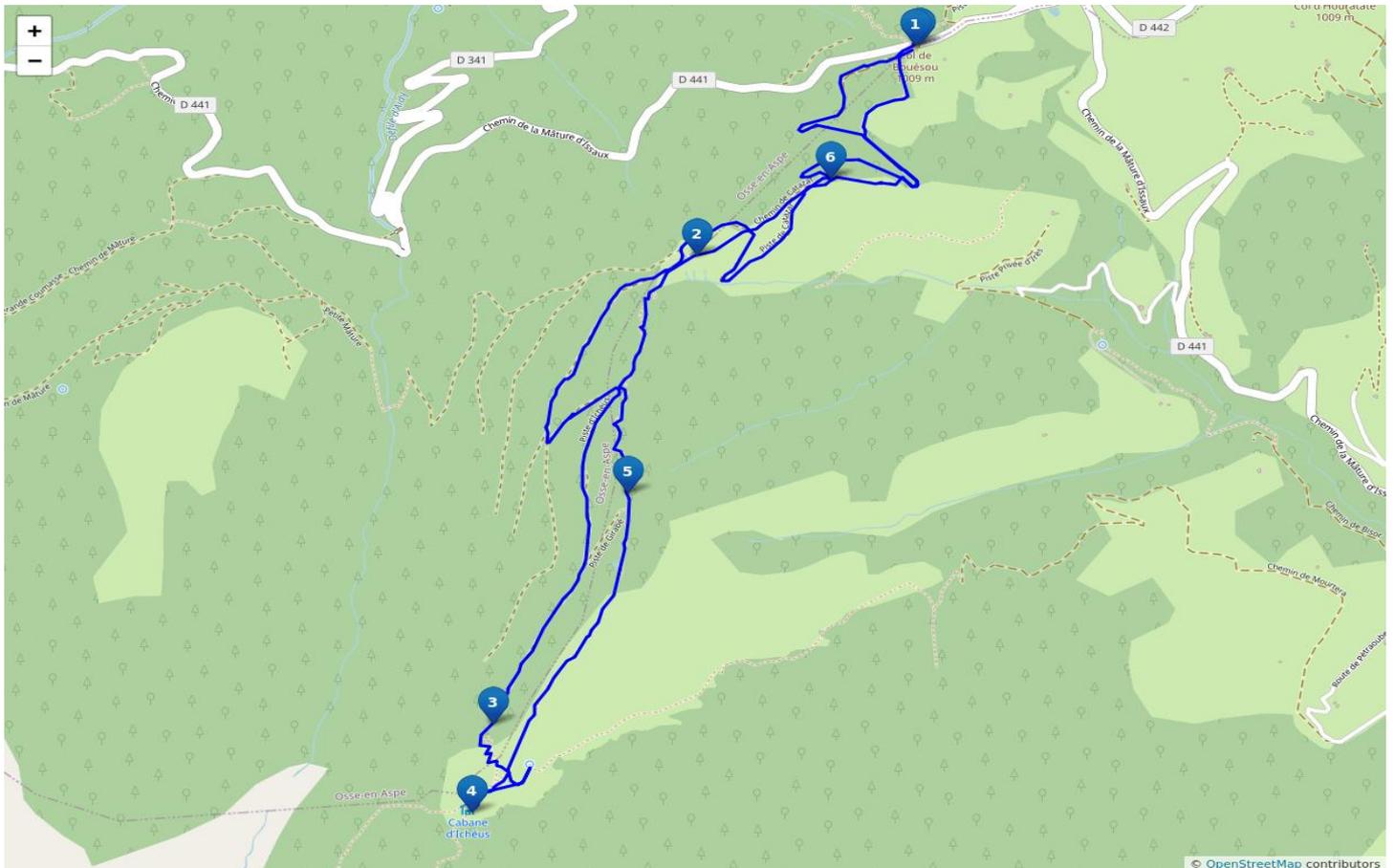
Balisage

⚠️ 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

- **Les mûres.** Même si les ronces sont l'ennemie des vététistes pour les crevaisons causées, elles savent se faire apprécier. Plein de vitamines ! Cette partie du chemin est bordée de mûres, idéal pour une pause gourmande récupératrice.
- **Les Pics.** Durant la montée, cette portion à découvert offre la vue sur la vallée avec en fond l'imposant Pic d'Ilhec et le Permayou à droite.

- **La " pelouse " .** La " pelouse " : il est rarissime de rouler sur des endroits aussi ludiques ! Sans difficulté, se laisser aller sur un terrain sans trace prend ici tout son sens. La multitude de bosses à sauter fait le bonheur des plus aguerris.



★ Étapes

- 1. Col de Catazar.** Du col de Buesou, s'engager sur la piste forestière à gauche de la route. Rouler sur cette piste empierrée qui démarre en douceur. Après une partie versant nord, le chemin passe à l'Est et offre une belle vue sur la vallée. Après un lacet, basculer de nouveau en Nord et arriver sur une aire terreuse.
- 2. La piste.** Suivre la piste qui monte fortement à gauche, elle s'adoucit après la chaîne (ouf !) et grimpe dans le Bois de Girabé. Juste après le court passage très raide, suivre le chemin herbeux à gauche. Ignorer la piste de gauche au virage suivant. Poursuivre la montée jusqu'au bout de la piste.
- 3. La Cabane d'Ichéus.** Passer au-dessus du petit bourbier et suivre une sente qui débouche dans une clairière. Lorsque la trace se perd, décrire des lacets pour remonter la pente. Atteindre le col et se diriger à droite vers la cabane dont le toit apparaît au milieu des Arres. Peu roulant, il est préférable de laisser le VTT à la première ligne rocheuse. Suivre la trace pour rejoindre la cabane.
- 4. Le green.** Du cayolar, retourner vers la prairie et partir à VTT sur une sente à droite. Descendre sur le flanc Est jusqu'à une source et un abreuvoir. Faire demi-tour et rejoindre le col. Monter à droite sur la crête et suivre la ligne de crête sur une trace. Passer entre deux résineux marquant le début de la descente. Se lancer sur la " pelouse " en évitant d'effrayer les chevaux !
- 5. Que du bonheur !.** Entrer dans le bois sur une trace bien marquée. Enchaîner les virages, devers et racines entre les sapins. Lorsque le tracé se creuse, franchir le fossé et descendre quelques tours de roues sur la piste au Col de Catazar. Du col, prendre le chemin herbeux à droite, croiser le chemin carrossable (de la montée) et continuer en face. Attention aux freinages dans le goulet pierreux.
- 6. Le final.** Traverser la piste et suivre le sentier creusé (attention aux marches et aux pédales). Longer la fougeraie, et s'apprêter à virer et stopper à gauche : une barrière coupe net l'élan ! continuer de descendre sur la piste, prudence, il peut y avoir des véhicules. Après l'épingle, ne pas trop lâcher les freins sur la portion droite. Quitter la voie sur un sentier

à droite en contre-bas indiqué par un cairn avant la courbe. Longer la clôture et plonger dans le goulet, attention à la marche de la sortie. Suivre le chemin caillouteux et arriver au parking.

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



reussirmarando.com

