

# VTT N°8 - Col de Laünde

📍 LOURDIOS-ICHERE

VTT

Comment définir un beau parcours Enduro ? Une montée facile sur piste voire bitume, une descente variée, technique et ludique au milieu de paysages montagneux. Voici la bonne description de cette boucle dont la composition comprend tous ces ingrédients. L'ascension du Col d'Ichère est une formalité, la piste qui mène au Col de Laünde l'est un peu moins ! S'en suit une traversée superbe, avant de dévaler une pente assez raide, dont le sentier suivant, entremêlé de racines et marches, fait le bonheur des vététistes au pilotage fin. Et ce n'est pas terminé ! Une longue portion roulante plonge non loin du Gave de Lourdios.



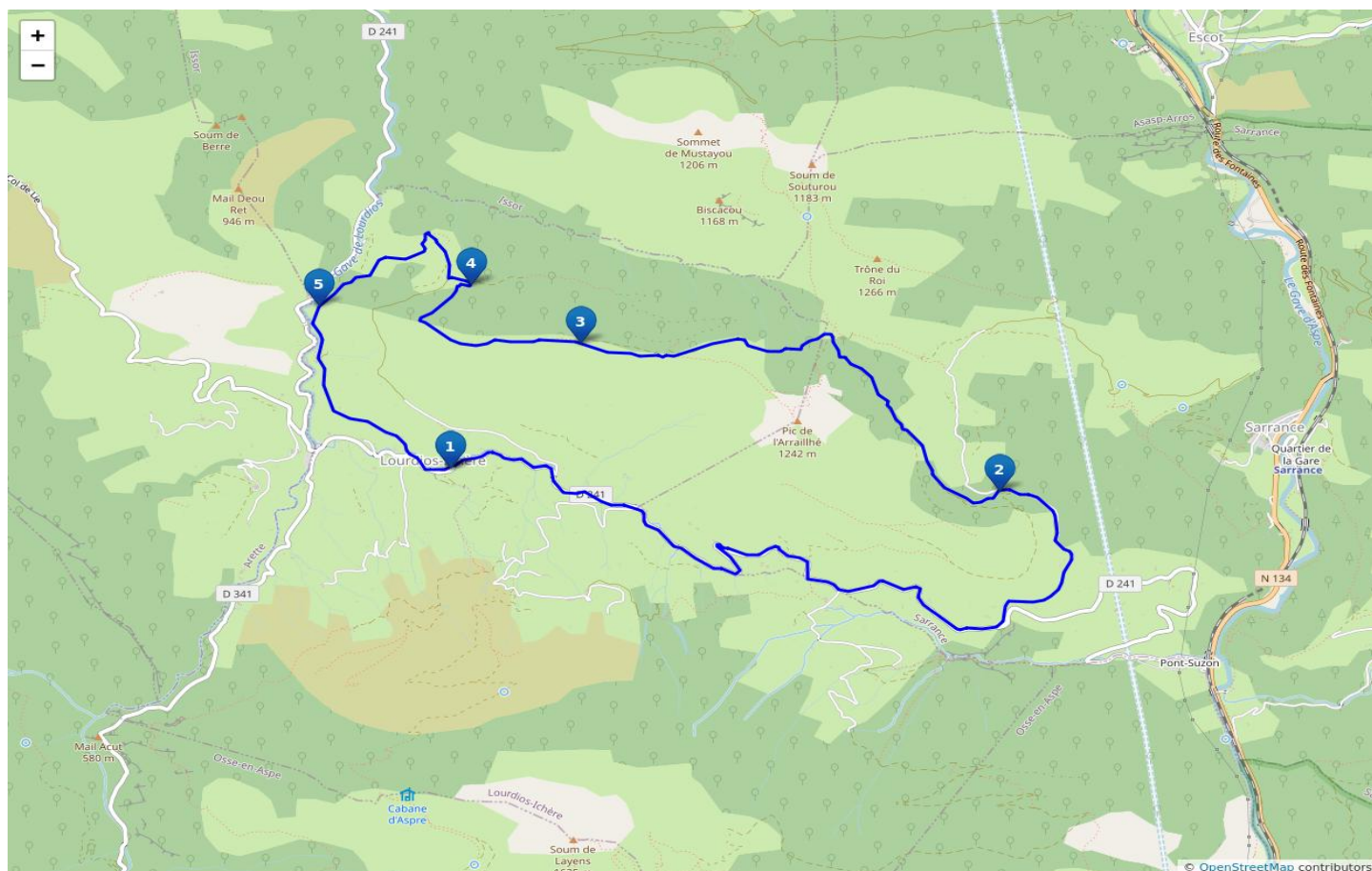
📍 <b>Départ : LOURDIOS-ICHERE</b> Arrivée : LOURDIOS-ICHERE	📏 <b>Distance :</b> 14.9 km	⛰️ <b>Dénivelé :</b> 520 m	🕒 <b>Durée :</b> 3h30
----------------------------------------------------------------	--------------------------------	-------------------------------	--------------------------

🗺️ <b>Itinéraire : Boucle</b>	🅑 <b>Place de l'église</b>	☎️ <b>Appel d'urgence : 112</b>	🚩 <b>Balisage</b>
-------------------------------	----------------------------	---------------------------------	-------------------

⚠️ 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

- **le Layens.** Vue de la face nord du Layens.
- **La fougeraie.** Descente dans la fougeraie.
- **Notre Dame des Bergers.** Creusée à la dynamite dans la roche en 1948 par le curé du moment. L'abbé Guichon fit construire une passerelle pour se rendre au lieu de culte.



## Étapes

- 1. Le col d'Ichère.** Du parking devant l'église, rejoindre la route du col d'Ichère (D241) par la passerelle, passer devant le fronton et l'école et sortir du village. Grimper le col d'Ichère sur la très agréable D241. Après le col, continuer vers Sarrance. Au replat qui précède la descente, bifurquer à gauche vers Bosdapous. Poursuivre sur la petite route.
- 2. La piste forestière de Laünde.** Bifurquer sur la première piste à gauche au Bas de Cambet. La montée est soutenue, arrivé au Col de Laünde, continuer sur la piste à plat. Au Col de Saudarie, passer la cabane en bois et s'engager sur le sentier versant Sud. Très rocailleux, à flanc, il s'étrécit et réclame de la concentration. Remonter légèrement pour atteindre la crête de Saudalate.
- 3. Descente partie 1.** Rouler sur ce tapis herbeux en restant côté gauche. Une sente apparaît avant de buter contre les hêtres, elle bascule au Sud dans la pente. Assez directe, elle entre dans un bosquet où démarre un sentier. Attention au virage à 90° au pied d'un arbre, et aux épingles suivantes plutôt techniques. La suite file en roue libre.
- 4. Descente Partie 2.** Sur la piste, aller à gauche, et dans la courbe gauche, bifurquer à droite sur une belle trace herbeuse. Descendre toute crête en suivant la trace, se méfier de quelques cailloux dissimulés. Avant le bois, bifurquer à gauche et continuer la descente. Filer sur cette très belle portion roulante. Après un passage à couvert un peu pierreuse, prudence au croisement avec une route.
- 5. Retour à Lourdios.** Remonter sur ce chemin, et à l'entrée d'une ferme, grimper le talus à gauche, un sentier démarre un peu plus haut. Monter sur ce magnifique sentier ombragé par les buis. Il débouche plus haut sur une piste, la suivre et tourner à gauche après la passerelle pour retourner à Lourdios-Ichère. Traverser l'Arric par le ponton devant l'église et arriver sur la place.

## Équipements

- Lieu de pique-nique

Pour bien préparer sa rando et adopter les bons gestes en montagne, rendez vous sur [reussirmarando.com](http://reussirmarando.com)