

 2h15   

Difficile

Distance : 16 km

Dénivelé : 150 m



Il y aurait dans les montagnes Souletines, dans les sombres forêts et au cœur de grottes les plus secrètes des êtres mystérieux et discrets. Appelés Laminak, ces aux activités nocturnes et aux apparences très variées auraient été aperçus près des sources d'eaux chaudes du petit village de Camou. Pour espérer les rencontrer, il faudra parcourir 16 km à vélo sur un itinéraire vallonné au paysage riche et varié. Troupeaux de brebis et de vaches jalonnent le parcours ponctué de villages aux belles maisons de pierres. Une arrivée en marchant sur les 400 derniers mètres sera indispensable pour espérer apercevoir une de ces sympathiques créatures. Si malgré tout elles ne dédaignaient pas se montrer, il ne faudra pas hésiter à s'immerger dans la source chaude pour profiter pleinement de ce lieu chargé de mystère.



A NE PAS MANQUER Tardets-Sorhulus

Ancienne bastide située dans la vallée du Saison. Sa place centrale bordée d'arcades est entourée de belles bâtisses typiques de La Soule.

Les stèles discoïdales

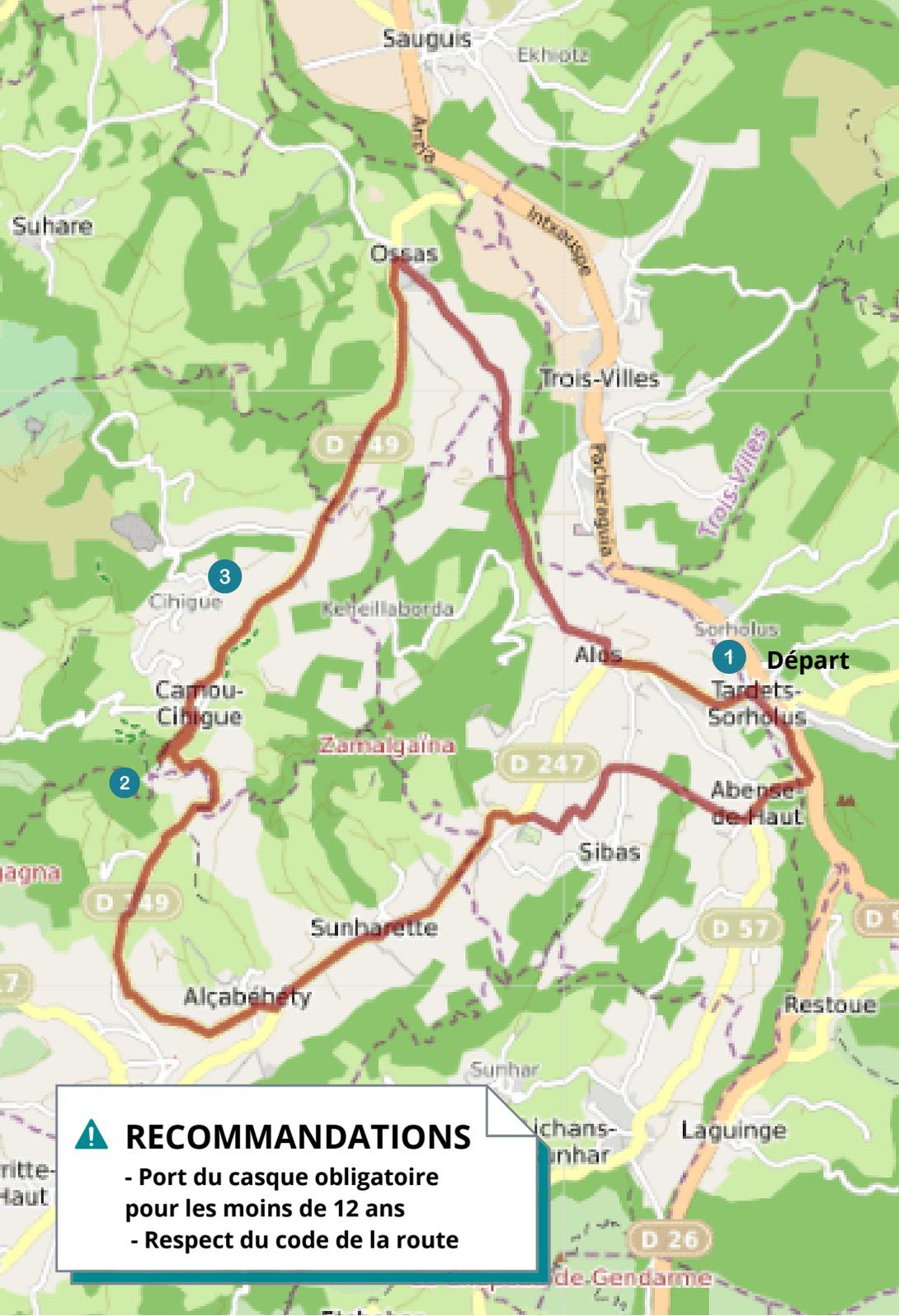
Cet élément d'ornementation funéraire serait antérieur au Christianisme et était répandu au-delà du Pays-Basque.



Depuis Tardets-Sorhulus, passer la place centrale sur la D918 pour la quitter 200 m plus loin en suivant à gauche la D247. Se garer (parking) avant de traverser le pont du Gave du Saison.



Scanner le flash code et télécharger la trace GPX ou directement sur www.velo-enpaysbasque.fr



1 DE TARETS À CAMOU-CIHIGUE LAT/LONG : 43.11685 / -0.86427

Suivre la route sur 500 m en longeant rive droite la rivière avant de tourner à droite (D57) en direction d'Abense. Franchir le pont pour entrer dans Abense de Haut. La première montée se présentant sur la droite est à suivre et obligera peut-être à mettre pieds à terre sur une cinquantaine de mètres. Longer le cimetière et tourner à droite pour s'engager sur une belle route champêtre. Une deuxième bosse se présente sur environ 200m. L'effort de courte durée offre par la suite de belles ambiances en longeant des tilleuls centenaires et en apercevant quelques pottoks au milieu des champs. L'itinéraire entame une longue descente jusqu'à rejoindre la D247 à suivre en tournant à gauche. Entrée dans Sunharette et nouvelle bosse à passer sur une centaine de mètres. Ce fond de vallon est dédié à l'élevage de brebis de races manech et basco-béarnaise. A la bifurcation, suivre à droite la D149 pour entrer dans Alçabéhety. Un passage dans la petite église de Sainte Agnès permettra de voir quelques stèles discoïdales caractéristiques des cimetières basques. Dans le village, prendre à gauche en direction de Camou (D149). La route s'éloigne du village en jouant les montagnes Russes ! Les quelques bosses font rapidement place à une montée sur 300 m avant de rejoindre le point culminant du circuit altitude 293 m. La vue est ici remarquable avec à l'ouest le massif des Arbailles. Descente avec prudence jusqu'à rejoindre Camou et l'auberge « Chez Aguer ».

2 DE L'AUBERGE À LA GROTTES DES LAMINAK LAT/LONG : 43.11556 / -0.90642

Afin de rejoindre la grotte des Laminak (bains de Camou), laisser les vélos à l'auberge en le signalant aux propriétaires. L'accès se fait à pied (400m) en suivant un chemin signalé par un panneau explicatif. Rejoindre une vaste bergerie que l'on contourne par la droite puis quitter la piste pour suivre un sentier qui descend sur la droite et traverse une prairie. Longer le petit ruisseau qui conduit aux sources. Les chemins et champs traversés sont privés et il conviendra de refermer correctement les clôtures et de respecter les animaux. Possibilité de pique-niquer et de se baigner sur place.

3 DE LA GROTTES DES LAMINAK À TARETS LAT/LONG : 43.11312 / -0.90895

Retourner à l'auberge pour boire un verre et demander pourquoi le Lamina n'a pas montré le bout de ses pieds palmés ! Le circuit continue en suivant la D140 en direction d'Ossas. Une légère bosse à passer pour sortir de Camou et le retour à Tardets se fait sans difficulté. Arrivée à Ossas, suivre la C3 en direction d'Alos. Cette route communale orientée plein sud offre une large vue sur le relief Pyrénéen avec en point de mire le pyramidal Pic d'Anie et ses 2504 m. Avant d'entrer dans Alos, il ne faut pas hésiter à s'arrêter au petit pont sur l'Aphoura et descendre les quelques marches menant à une source confidentielle réputée pour sa fraîcheur et sa pureté. Continuer vers Alos par une ultime et rapide montée afin de rejoindre la D247. Prendre à gauche, passer le pont du Gave du Saison et retrouver le parking.

⚠ RECOMMANDATIONS

- Port du casque obligatoire pour les moins de 12 ans
- Respect du code de la route