



La voie verte de Pau à Narcastet

PAU

VELO

PAU
TOURISME
Béarn Pyrénées

Entre le centre-ville de Pau et la commune de Narcastet, cet itinéraire est intégralement dédié à la promenade à vélo ou à pied. Il s'extrait immédiatement de l'agglomération et offre plus de 8 km champêtres pour flâner sur les berges ombragées du gave de Pau, colonne vertébrale de la plaine de Nay. Avec pour point de départ le stade d'Eaux-Vives de Pau et ses opportunités de sensations, la suite du cheminement est l'exemple parfait de balade à vélo à partager en famille, en quête de fraîcheur descendue des Pyrénées.



Départ : PAU
Arrivée : PAU

Distance :
17 km

Dénivelé :
30 m

Durée :
3

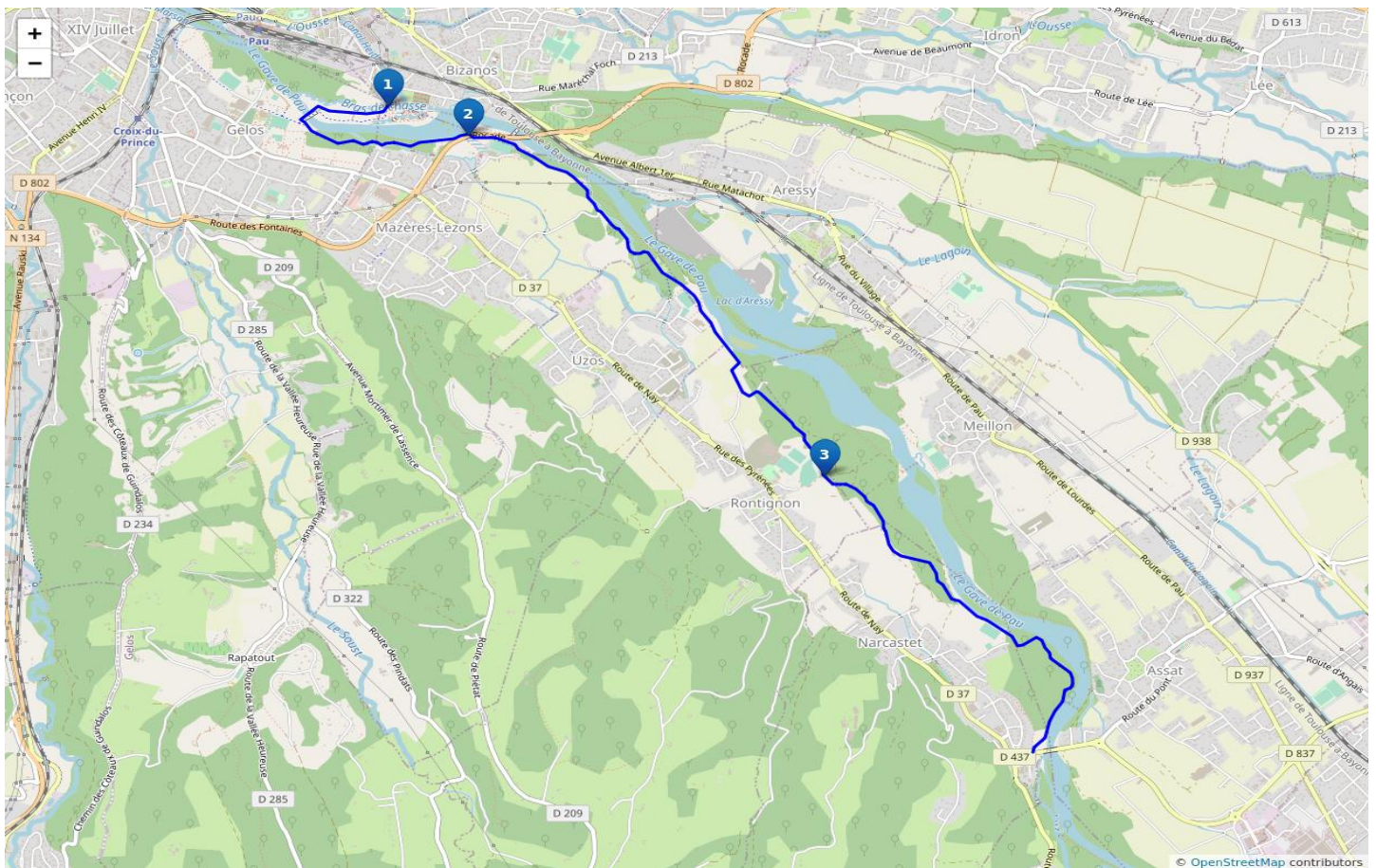
Appel
d'urgence : 112

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

- **Le stade d'Eaux-Vives.** Idéalement situé à proximité du centre-ville de Pau, le stade d'Eaux-Vives (ou Parc Aquasports) est à la fois un site de renommée internationale pour l'entraînement des sportifs et un complexe grand public. S'oxygéner, flâner, découvrir et pratiquer des sports alliant plaisirs et sensations, réservez votre créneau et jetez-vous à l'eau ! La rivière artificielle du site accueille novices comme athlètes internationaux. Venez profiter d'un équipement de haut niveau dans un cadre composé d'un plan d'eau de 5 000 m², d'un parcours de compétition, d'un bassin d'arrivée et d'un bassin d'initiation, d'un parcours d'eaux vives au débit réglable, d'un parc aqualudique l'été.

- **Les haras de Gelos.** En 1808, Napoléon Bonaparte, de retour d'Espagne où il venait d'installer son frère sur le trône de ce royaume, logea au château de Gelos. Il décida d'implanter un Haras impérial dans cette propriété qui appartenait alors au Baron De Duplaa, Président du Parlement de Navarre. La transaction n'aboutit qu'en 1817 par l'achat en copropriété entre l'Etat et le département. C'est à cette date-là que les premiers étalons arrivèrent à Gelos. Le château édifié au 18ème siècle est l'une des plus belles demeures construite en Béarn à cette époque. Les écuries ont été construites au 19ème siècle. Le Haras national de Pau-Gelos dépend de la délégation territoriale Nouvelle-Aquitaine de l'Institut français du cheval et de l'équitation. Le site est actuellement fermé au public.
- **Les platanes têtards.** Au passage dans ce bois de platanes, on ne peut que s'étonner du port particulier des arbres, des troncs massifs surmontés de grappes de branches plus fines, formant une discontinuité entre le tronc et le houppier. Pour utiliser leur bois, ces platanes ont en fait été élagués à plusieurs reprises. Cette technique de taille dite en têtard est traditionnelle dans le sud de la France.



Étapes

- 1. De Pau au seuil Heïd.** A l'entrée du complexe du stade d'Eaux-Vives, emprunter la passerelle au fléchage « vers Véloroute ». Rouler sur le chemin empierré qui le prolonge ; il longe le canal de sortie du bassin nautique. Une longue passerelle permet ensuite d'enjamber le gave de Pau (vue sur le château de Pau). Sur l'autre rive, déboucher sur la plaine des sports de Gelos (intersection en T) : aller à gauche en compagnie de la V81, en direction de « Lourdes ». Longer le domaine du Haras national de Gelos. Emprunter ensuite à gauche un pont métallique sur un ruisseau ; la voie cyclable continue à louvoyer sous la ripisylve.
- 2. Du seuil Heïd à Rontignon.** On retrouve le gave de Pau au niveau du seuil Heïd (chute d'eau) : passer à droite sous le pont de la rocade et continuer le long d'un stade, puis tout droit sur la voie cyclable. Après un bosquet de platanes, au carrefour en Y (regard de pompage), choisir l'allée de gauche (balisage V81). La piste s'éloigne du gave et atteint un second Y : aller encore à gauche, puis bientôt à droite à la barrière, pour retrouver la continuité de la voie verte à l'ombre des arbres. Longer le stade d'Uzos et poursuivre tout droit dans les boisements de la saligue.

3. **De Rontignon à Narcastet.** A l'intersection de Rontignon, par un aller et retour à droite, on peut rejoindre la plaine des sports et un parcours ludique pour vélos (200 m hors itinéraire). Pour continuer la balade, poursuivre tout droit sur la voie verte, toujours facile au sein des bosquets des berges du gave. On découvre plus loin une vue sur la chapelle Saint-Ambroise de Narcastet, en même temps que l'on longe son stade. Le dernier tronçon de voie verte se rapproche ensuite du gave. Rester en sa compagnie (barrage et vue sur le pont d'Assat), jusqu'à atteindre le point de demi-tour, à la jonction avec la D437, au pont d'Assat. Retour à Pau par le même itinéraire. Photos et textes cofinancés par le Fond Européen de Développement Régional (FEDER) dans le cadre du Poctefa.