

# Vallée d'Ossau

NIV  
4

CIRCUIT N°42  
PARC NATIONAL



## Le col d'Artouste



**C**ette belle randonnée permet à moindre effort de découvrir le monde minéral de la haute montagne.

Là-haut, tout n'est que rochers, lacs turquoises et eaux cristallines. Seuls survivants de ce milieu exigeant : quelques pins à crochets aux formes tortueuses se découpent sur le blanc des dalles granitiques.

**D** De la gare d'arrivée du petit train, prendre le chemin touristique qui conduit au lac d'Artouste. Traverser sur le barrage.



Lacs Carnau.

0h15

**1** 717930 E - 4749055 N Prendre à gauche. Laisser des ruines sur la gauche et suivre le chemin qui monte. Traverser à flanc dans une zone de rochers granitiques et de pins à crochets. Passer un replat avec une résurgence.

1h00

**2** 718466 E - 4750556 N Tourner à droite et monter plus raide toujours sur le chemin bien marqué. Passer une zone rocheuse que l'on grimpe tout droit, puis traverser à gauche une zone escarpée avec des petites barres rocheuses.

1h20

**3** 718860 E - 4750693 N Aux lacs Carnau, prendre à gauche, traverser le ruisseau et monter à flanc vers la droite dans un pierrier.

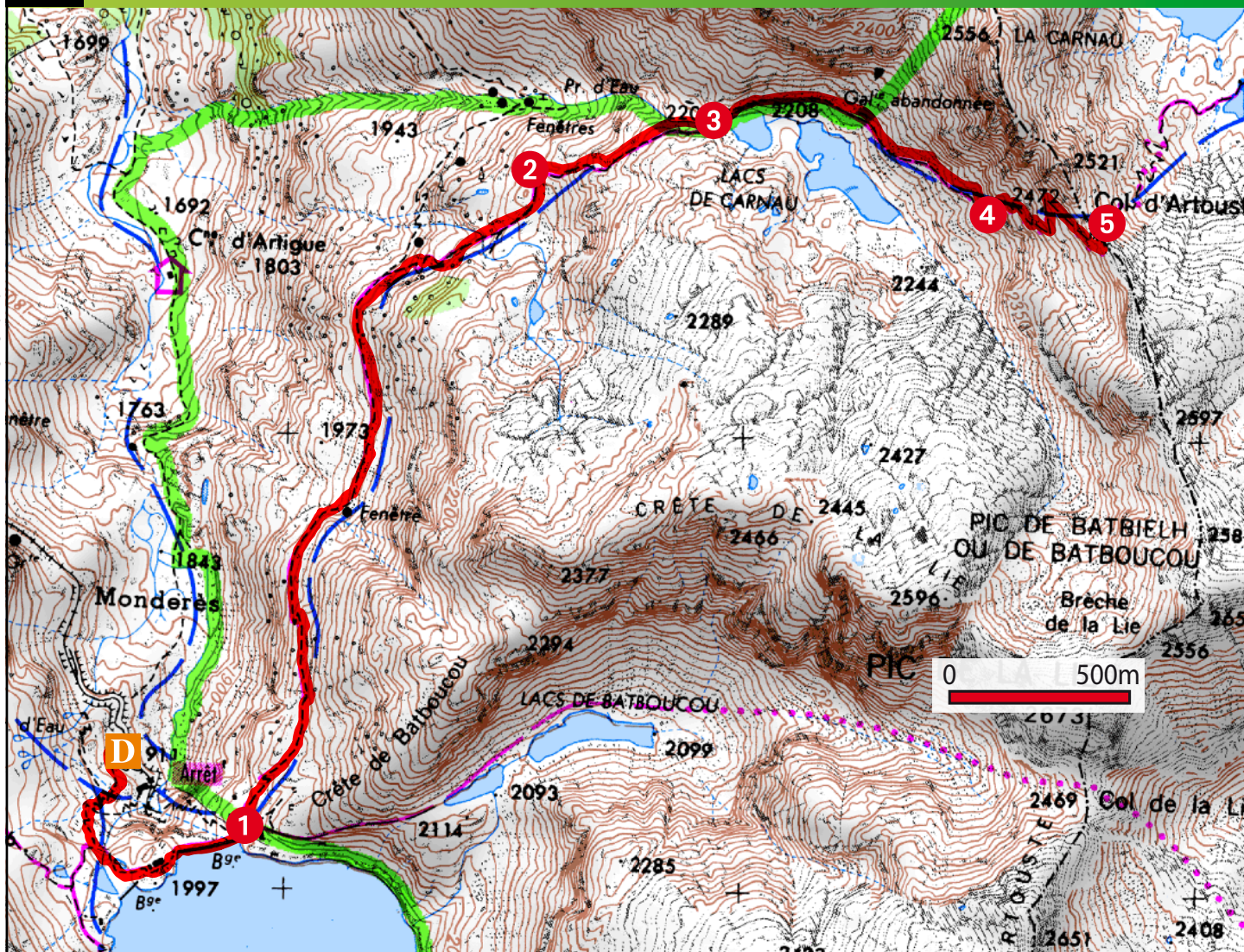
1h35

**4** 719464 E - 4750530 N À gauche, monter en lacets serrés dans un couloir rocheux escarpé puis partir sur la droite en suivant des lacets plus larges sur une pente toujours raide et caillouteuse.

2h15

**5** 719700 E - 4750514 N Du col d'Artouste, redescendre par le même chemin.





**D** Parking de Fabrèges pour prendre le petit train d'Artouste.

**GPS** WGS 84 UTM 30T  
717650 E - 4749239 N

4h

8 km

530 m

**Panneaux directionnels sur fond jaune, pas de balisage**

**★ À ne pas manquer**

- La vue depuis le col d'Artouste.
- Les lacs Carnau.
- Les pins à crochets.

**⚠ Attention**

- Parc national, réglementation particulière.
- Pentes raides, pied montagnard nécessaire au-dessus des lacs Carnau.
- En cas de neige, la section entre les lacs Carnau et le col d'Artouste est très dangereuse.

**Adaptations au milieu montagnard et endémisme**

Les montagnes sont comme des îlots au-dessus des plaines où faune et flore développent des stratégies de survie face au climat, à la pente et à l'altitude.

Les plantes ont recours au nanisme avec des tiges rampantes, de petites feuilles en rosettes et des périodes de floraison très courtes.

Les animaux au sang très riche en globules rouges, changent de couleur, hibernent ou se couvrent de duvet jusqu'au bout des pattes. En suivant le recul des glaciers, des espèces liées au froid se sont isolées, donnant des espèces liées au froid se sont isolées, donnant des espèces propres à chaque massif appelées endémiques telles que le chamois et l'isard.

**Renseignements complémentaires auprès de :**

Office de Tourisme de la Vallée d'Ossau - 05 59 05 77 11  
Office de Tourisme d'Eaux-Bonnes/Gourette - 05 59 05 33 08  
Office de Tourisme de Laruns/Artouste - 05 59 05 31 41



**Programme réalisé par :**

Communauté de Communes de la Vallée d'Ossau  
1 avenue des Pyrénées - 64 260 Arudy - 05 59 05 66 77  
[www.valleedossau-tourisme.com](http://www.valleedossau-tourisme.com)

télécharger les fiches rando sur [www.valleedossau-tourisme.com](http://www.valleedossau-tourisme.com)

**[www.rando64.com](http://www.rando64.com)**

à pied, en vtt ou à cheval, découvrez le Béarn et le Pays basque !



# Bien choisir votre randonnée

Pour chaque itinéraire, vous trouverez des informations techniques et pratiques pour vous permettre de choisir votre randonnée :

## Les niveaux de difficulté.

Les randonnées sont classées par ordre de difficulté défini par un code couleur suivant les recommandations de la Fédération Française de Randonnée Pédestre :

**NIV 1** Très facile, moins de 2h de marche. Idéale à faire en famille, sur des chemins bien tracés.

**NIV 2** Facile, moins de 3h de marche. Peut être faite en famille, sur des chemins avec quelquefois des passages moins faciles.

**NIV 3** Difficile, moins de 4h de marche. Pour randonneur habitué à la marche, avec quelquefois des endroits assez sportifs ou des dénivelés.

**NIV 4** Très difficile, plus de 4h de marche. Pour randonneur expérimenté et sportif. L'itinéraire peut-être long et technique (dénivelé, passages délicats).

## Le balisage

Direction	Sentier de pays et PR®	GRP®	GR®
Bonne direction	—	—	—
Tourner à gauche	↙	↙	↙
Tourner à droite	↘	↘	↘
Mauvaise direction	X	X	X



GR®, GRP® et PR® sont des marques déposées par la Fédération Française de Randonnée Pédestre. Certains itinéraires ont été sélectionnés par la Fédération française de randonnée pédestre en fonction de critères de qualité. Ils sont labellisés PR®.

## Recommandations

**Météo** 08 99 71 02 64 - **Appel d'urgence européen** 112

Parcourir les chemins du Béarn et du Pays Basque nécessite d'être vigilant et d'adopter un comportement respectueux, envers la nature, les hommes et les femmes qui font vivre ce territoire. Voici quelques conseils pour bien randonner.

### Préservez-vous

- Ne partez pas sans le matériel nécessaire (chaussures et vêtements adaptés, gourde, casquette, crème solaire...).
- Sur les zones pastorales, gardez vos distances avec les troupeaux et les chiens.
- Évitez de partir seul; avant de partir, informez un tiers de votre itinéraire.
- Ne buvez pas l'eau des ruisseaux.

- Renseignez-vous sur la météo.
- Ne surestimez pas vos capacités.

### Préservez la nature

- Munissez-vous d'un sac pour emporter vos déchets.
- Respectez la faune et la flore.
- Suivez les sentiers balisés.

### Respectez les activités et les hommes

- Pensez à refermer les barrières.
- Évitez de partir en randonnée avec votre chien ou tenez-le en laisse.
- N'allumez pas de feux.
- Respectez les propriétés privées traversées par les itinéraires.

## Votre avis sur nos sentiers

Les itinéraires que nous vous proposons ont fait l'objet de la plus grande attention. Vos impressions et observations sur l'état de nos chemins, nous intéressent et nous permettent de les maintenir en état. Nous vous invitons à faire part de vos remarques par le biais du dispositif Suricate (<http://sentinelles>).

## Les coordonnées GPS.

**D GPS** 30T 7107030 - 4776694N

Pour chaque point de référence du circuit, vous trouverez des coordonnées GPS. Le système géodésique retenu compatible avec les GPS est le WGS84, la projection est en UTM et la zone 30T pour le Sud-Ouest de la France. Les valeurs du point en longitude et latitude sont données en mètre suivi de O pour Ouest et N pour Nord. Téléchargez les tracés GPS des circuits sur [www.valledossau-tourisme.com](http://www.valledossau-tourisme.com)



Temps de marche, donnée en heure. Cette valeur estimée tient compte de la longueur de la randonnée, du dénivelé et des éventuelles difficultés.



Dénivelé, exprimé en mètre. Pour chaque circuit, la valeur correspond au cumul des montées.



Distance, la valeur exprimée en kilomètre correspond à la longueur totale de l'itinéraire.

# La réglementation du Parc national des Pyrénées

## Réglementation Reglamentación

Le cœur du parc national est un territoire naturel, ouvert à tous mais soumis à réglementation. Les agents du parc national accueillent et informent les visiteurs en encourageant un comportement respectueux et en veillant à l'application du règlement.

El corazón del parque nacional es un territorio natural, abierto a todos pero sometido a una reglamentación. Los Agentes del Parque Nacional acogen e informan a los visitantes promoviendo un comportamiento respetuoso y velando por la aplicación de la normativa



**Pas de camping**  
No acampar

**Bivouac réglementé**  
Autorisé à plus d'une heure de marche des limites du parc national ou d'un accès routier, entre 19h et 9h

**Vivac reglamentado.**  
Sólo permitido a más de una hora de camino de los límites del parque o un acceso por carretera, entre 19h-9h



**Pas de chiens, même tenus en laisse**  
Prohibido perros, incluido atados

**Pas de feu**  
No hacer fuego



**Pas de véhicules, ni de VTT**  
Prohibido vehículos y bicicletas



**Pas de déchets**  
No residuos  
**Pas d'armes**  
Prohibidas las armas



**Ni cueillette, ni prélèvement**  
No recolectar o sacar muestras

**Survol non motorisé réglementé**  
Vuelo libre reglamentado



**Ni bruit, ni dérangement**  
Prohibido el ruido y las molestias

**Pas de drones**  
No drones

Pour préserver le patrimoine, il faut observer un code de bonne conduite et respecter la réglementation du parc national.

**Ni cueillette, ni prélèvement.** Animaux, plantes, minéraux et fossiles appartiennent au paysage.

- **Pas d'arme**, ici tous les animaux sont protégés.

- **Pas de feu**, pour éviter incendies et dégradations du sol.

- **Pas de camping** ou de stationnement de camping-car pendant la

nuit pour préserver la beauté des sites et éviter les pollutions.

- **Le bivouac réglementé est autorisé à plus d'une heure de marche des limites du parc ou d'un accès routier, entre 19h et 9h.**

- **Ni bruit, ni dérangement** pour la quiétude de tous.

- **Survol non motorisé réglementé** pour la tranquillité de la faune sauvage.

- L'utilisation de **véhicules 4 x 4** tout comme la **pratique du moto-trial** sont interdites dans le parc national.

- **Le VTT est également interdit** en dehors des pistes autorisées : pistes de ski de fond du Brousset (vallée d'Ossau) et du Somport (vallée d'Aspe).

- Prévoyez **d'emporter avec vous des sacs poubelles pour redescendre vos déchets** afin de garder le parc national propre pour tous.

- **Les chiens ne sont pas admis dans le parc national, même tenus en laisse.** Évitez d'amener avec vous votre animal ou prévoyez de le faire garder pendant vos randonnées.

Cette réglementation s'applique à la « zone cœur » du parc national. Elle couvre, en vallée d'Ossau, 8000 hectares, exclusivement situés sur la commune de Laruns, entre Gabas et la frontière franco-espagnole.

Maison du parc national - 64440 Laruns - Tél : 05 59 05 41 59