

Vallée d'Ossau

NIV
3

CIRCUITS N°44 et 45
PARC NATIONAL



Le refuge de Pombie

Avec son petit lac bordé de grands rochers, le refuge de Pombie est le point de départ de toutes les ascensions et escalades au Pic du Midi d'Ossau. Pour y accéder, deux itinéraires sont possibles par le cirque d'Anéou ou par le Caillou de Soques.



D 44 - Par Anéou

Du parking, suivre la piste qui descend vers le centre pastoral. Passer un pont, quitter la piste et prendre à droite. Passer un autre pont et monter à droite. Continuer sur un chemin dans l'herbe. Passer la cabane de Sénescau.

0h30 ① 710249 E - 4744219 N Monter à droite en suivant les lacets du chemin.

1h00 ② 710418 E - 4744755 N Passer le col du Soum de Pombie en laissant sur votre gauche le chemin du col de l'Iou. Suivre le chemin en traversée jusqu'au refuge de Pombie.

1h30 ③ 710292 E - 4745762 N Du refuge, revenir par le même chemin.



Refuge de Pombie.

45 - Par le Caillou de Soques

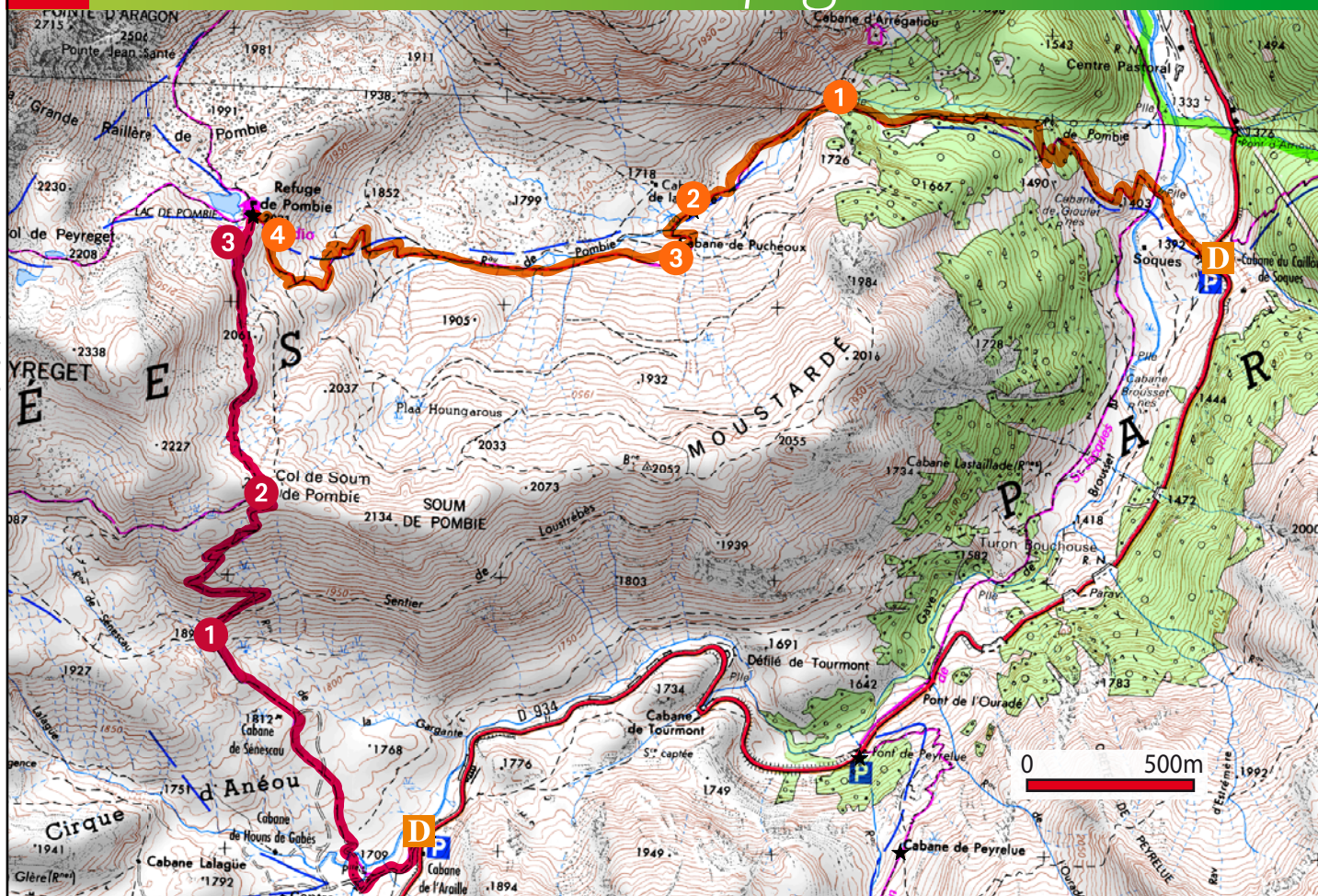
Du parking, descendre au fond du vallon en contrebas de la route en passant à droite de deux cabanes. Passer un pont et remonter en face en suivant un chemin en lacets. Entrer dans la forêt et continuer à monter. Passer une clairière puis un pont.

1h00 ① 712412 E - 4746324 N Monter à gauche en traversée. Passer une zone de prairie puis les rochers d'un pierrier.

1h15 ② 711897 E - 4745897 N Sur un replat en dessous de la cabane de Laglère, se diriger vers la gauche. Passer deux passerelles et monter à gauche. En haut du petit ressaut, tourner à droite.

1h25 ③ 711859 E - 4745767 N Passer devant la cabane de Puchéou, puis continuer à flanc jusqu'à rejoindre le lit du torrent. Remonter celui-ci en bordure d'un grand pierrier. Sur un grand faux plat, suivre tout droit le chemin dans l'herbe puis grimper en lacets jusqu'au refuge de Pombie.

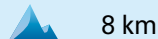
2h30 ④ 710291 E - 4745760 N Du refuge, redescendre par le même chemin.

**Par Anéou (tracé rouge)**

D Parking de l'Araille
sur la D 934, 1 km avant
le col du Pourtalet.



3h



8 km



330 m

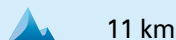
GPS WGS 84 UTM 30T
711092 E - 4743545 N

Par le Caillou de Soques (tracé orange)

D Parking
du Caillou de Soques
sur la D 934.



5h



11 km



720 m

GPS WGS 84 UTM 30T
713795 E - 4745865 N

Panneaux directionnels sur fond jaune, pas de balisage

La marmotte

Disparue des Pyrénées à la fin de la dernière glaciation, la marmotte a été réintroduite en 1948. En 1967, à la création du Parc national, de nombreux lâchers ont été effectués.

Aujourd'hui, elle occupe toutes les vallées pyrénéennes et son cri strident, que l'on pourrait croire venu d'un oiseau, accompagne toutes nos randonnées estivales.

★ À ne pas manquer

- La vue sur la face sud-est de l'Ossau.
- Le lac de Pombie.
- Les isards et les marmottes.

⚠ Attention

- Parc national, réglementation particulière.
- Éviter ces itinéraires par temps de brouillard.
- Attention à la neige en début de saison sur le parcours depuis Anéou.

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

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

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			



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.
- Evitez 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



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