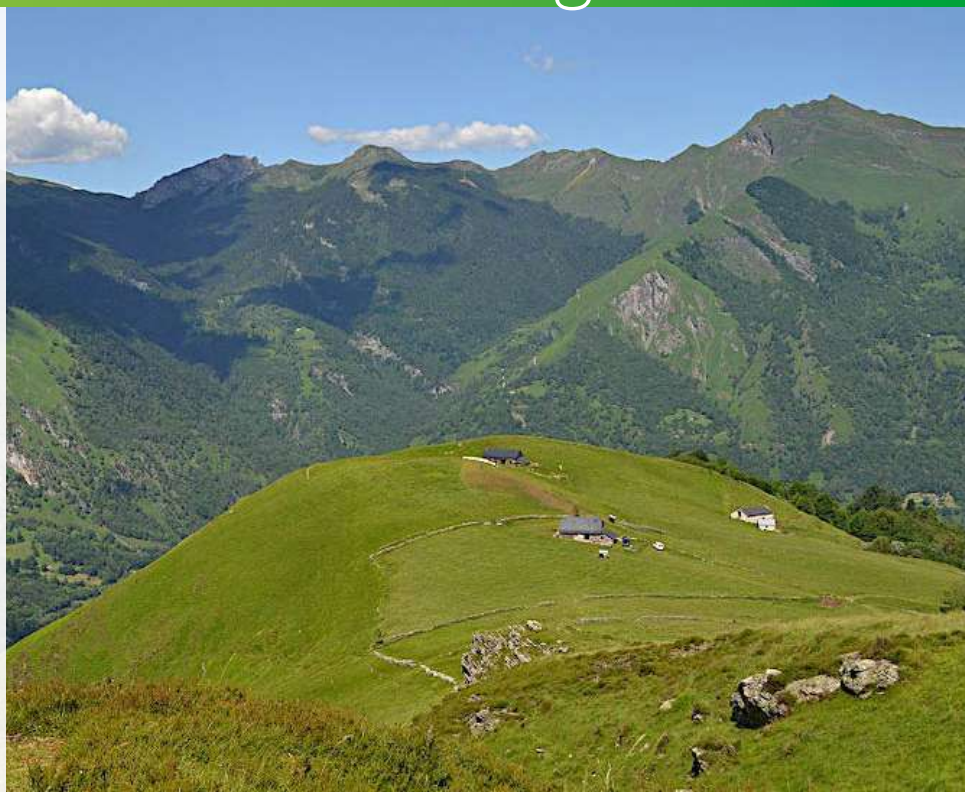


Vallée d'Ossau

NIV
3

La montagne verte

Elle porte bien son nom la montagne verte, ses pâturages restent verts même en été. Il faut dire que l'eau y est abondante et nombre de sources jaillissent de ses flancs. Son quartier de granges au sommet et les formes douces de sa crête contrastent avec la rigueur des montagnes voisines. Ce belvédère naturel offre un panorama sur la vallée des Eaux-Bonnes et le pic du Ger spectaculaire et aérien.



D Remonter la petite route en direction du Chemin de Pleyssse. Peu après, on trouve une bifurcation marquée par une croix sculptée en pierre. Prendre à droite et 200m après, tourner à gauche au niveau d'une antenne, direction la Miellerie de la montagne verte. La montée est un peu raide. Continuer jusqu'à la fin du goudron au niveau d'un abreuvoir.

1h40

5 712897 E - 4762641 N Il évite la route et la rattrape en contrebas. Poursuivre toujours en descente, traverser le hameau de Bagès. À la sortie, laisser à droite le sentier qui descend sur le village de Béost au niveau d'un belvédère. Continuer sur la route, un peu plus bas on trouve une bifurcation.

0h30

1 713036 E - 4761733 N Remonter à gauche le sentier qui traverse le versant au-dessus du village. Après une longue traversée et trois lacets plus haut, on arrive en haut de la pente.

2h30

6 711185 E - 4762896 N Remonter la piste goudronnée à gauche qui traverse un quartier de granges et ramène au village d'Aas.

0h50

2 712523 E - 4762218 N Continuer le sentier qui se prolonge par la droite. Il longe un muret par en dessous puis il passe au pied de petits ressauts rocheux.

1h00

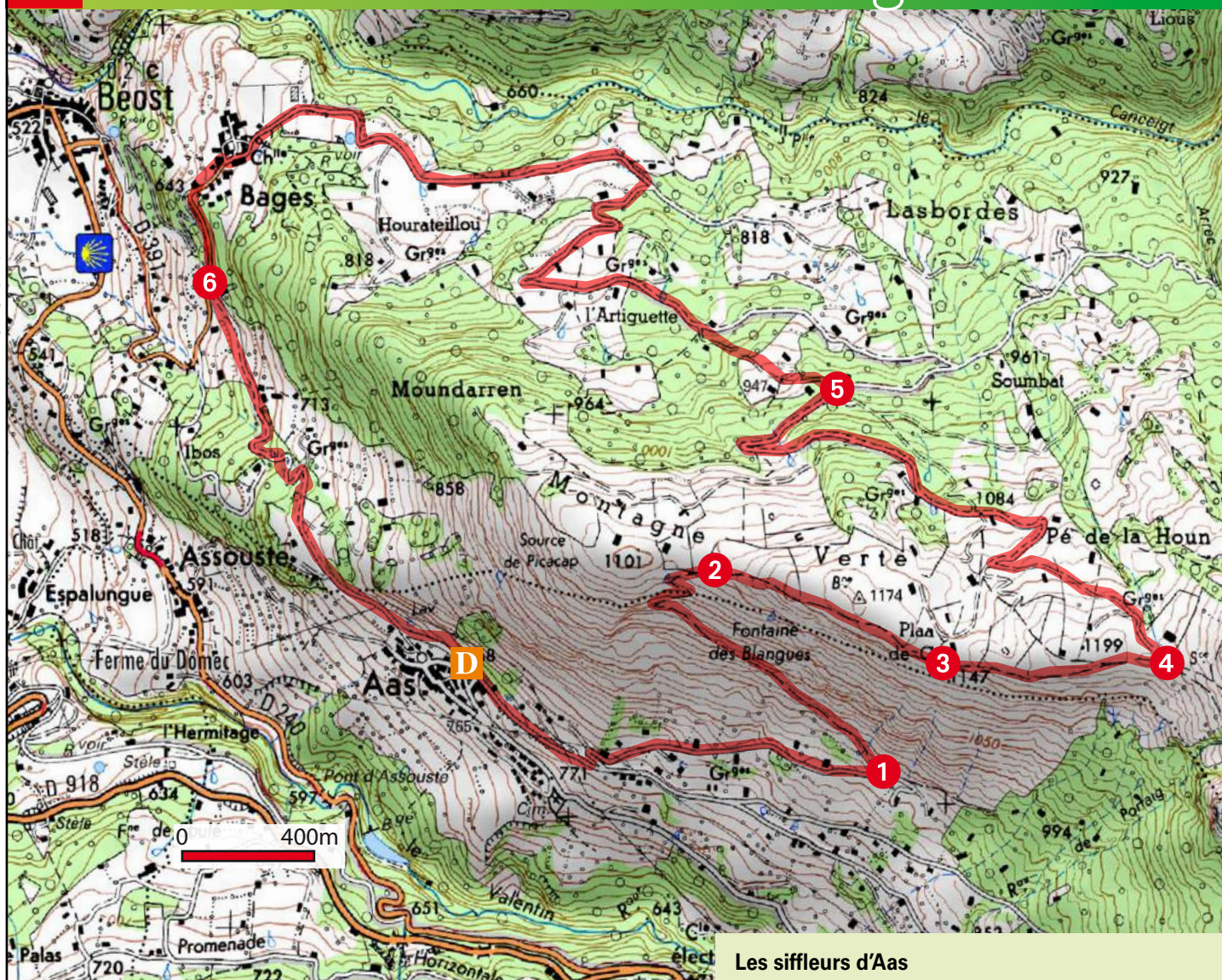
3 713076 E - 4762046 N Après cette longue traversée, on débouche sur une piste. Prendre à droite pour arriver à un parc à contention et une barrière.

1h10

4 713762 E - 4762035 N Tourner à gauche pour suivre la piste pastorale et continuer toujours en descente. Quelques lacets plus bas, on retrouve le bitume. Peu après la première épingle à droite, quitter la route pour prendre à gauche un bon sentier en sous-bois.



Lavoir à Bagès.



D Aas : début du chemin de Pleyse
GPS WGS 84 UTM 30T
 711948 E - 4761955 N

3h15
 10,5km
 560m

★ À ne pas manquer

- La vue sur les Eaux-Bonnes et le Ger.
- La visite des hameaux de Bagès et Aas.

⚠ Attention

- Prévoir répulsif à taons en été.
- Laisser les animaux tranquilles dans les pâturages.
- Éviter de démarrer les après-midi chaudes.

Balisage jaune

Les siffleurs d'Aas

Aas est connu bien au-delà des Pyrénées pour être ou plutôt avoir été le village des siffleurs. Les gens d'Aas avaient une façon de parler bien à eux. Avec un doigt ou deux dans la bouche, les siffleurs pouvaient se faire entendre d'un versant de la montagne à l'autre. Plus qu'un simple appel, il s'agissait d'un véritable langage qui leur permettait de communiquer selon les besoins : tâches domestiques, rendez-vous... Révélée au grand public dans les années 60, on ne put qu'assister à l'agonie de cette langue avec la disparition des derniers siffleurs. Ce particularisme ne se retrouve que dans de rares endroits à travers le monde, aux Canaries ou en Turquie, où elle continue d'être exploitée.



Programme réalisé par :

Communauté de Communes de la Vallée d'Ossau - 1 avenue des Pyrénées - 64 260 Arudy - 05 59 05 66 77
www.cc-ossau.fr

Renseignements complémentaires auprès de :

L'Office de Tourisme de la Vallée d'Ossau Pyrénées - Bureau principal de Laruns - 05 59 05 31 41
www.valleedossau.com

Toute l'offre des sports de nature sur l'application mobile **Vallée d'Ossau Pyrénées...**
 et sur le site terredaventures.valleedossau.com

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).

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.

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.fr>).