

Vallée d'Ossau

NIV
4

Le lac du Lurien



Le vallon du Lurien et son lac font partie des rares endroits privilégiés qui ont su garder le caractère sauvage des montagnes d'Ossau. Le sentier un peu raide dans la forêt dissuade les promeneurs et laisse cette montagne aux randonneurs. C'est donc au pas du montagnard qu'il faut remonter ce vallon qui devient de plus en plus étroit et sinueux au fur et à mesure de la progression.

D Traverser une zone de taillis au niveau d'un pylône électrique, avant de pénétrer dans la forêt. Le sentier s'élève rapidement en sous-bois et devient vite caillouteux. Malgré les lacets, la montée reste raide. Plus haut, le sentier rejoint un ruisseau qu'il longe un court moment.

2h15

0h45

1 713401 E - 4750332 N Après quelques lacets encore un peu raides, la forêt se fait moins dense et la pente s'atténue. Le sentier traverse de petites clairières et il débouche peu après sur les pâturages.

1h00

2 713660 E - 4750195 N Au-dessus s'ouvre le vallon du Lurien. Le sentier remonte vers le fond du vallon en direction d'une cascade. Derrière un gros bloc sur la droite, on peut voir une première cabane à côté des ruines de l'ancienne, détruite par une avalanche. Continuer le long du torrent pour passer un petit ressaut, qui donne accès à un premier petit plateau.

1h30

3 714494 E - 4749781 N Le sentier jusqu'ici bien marqué devient moins évident dans la pelouse, mais il est très bien indiqué par des cairns. Il s'infléchit sur la gauche avant d'attaquer le deuxième ressaut un peu raide.

Remonter le long du talweg pour déboucher sur un replat.

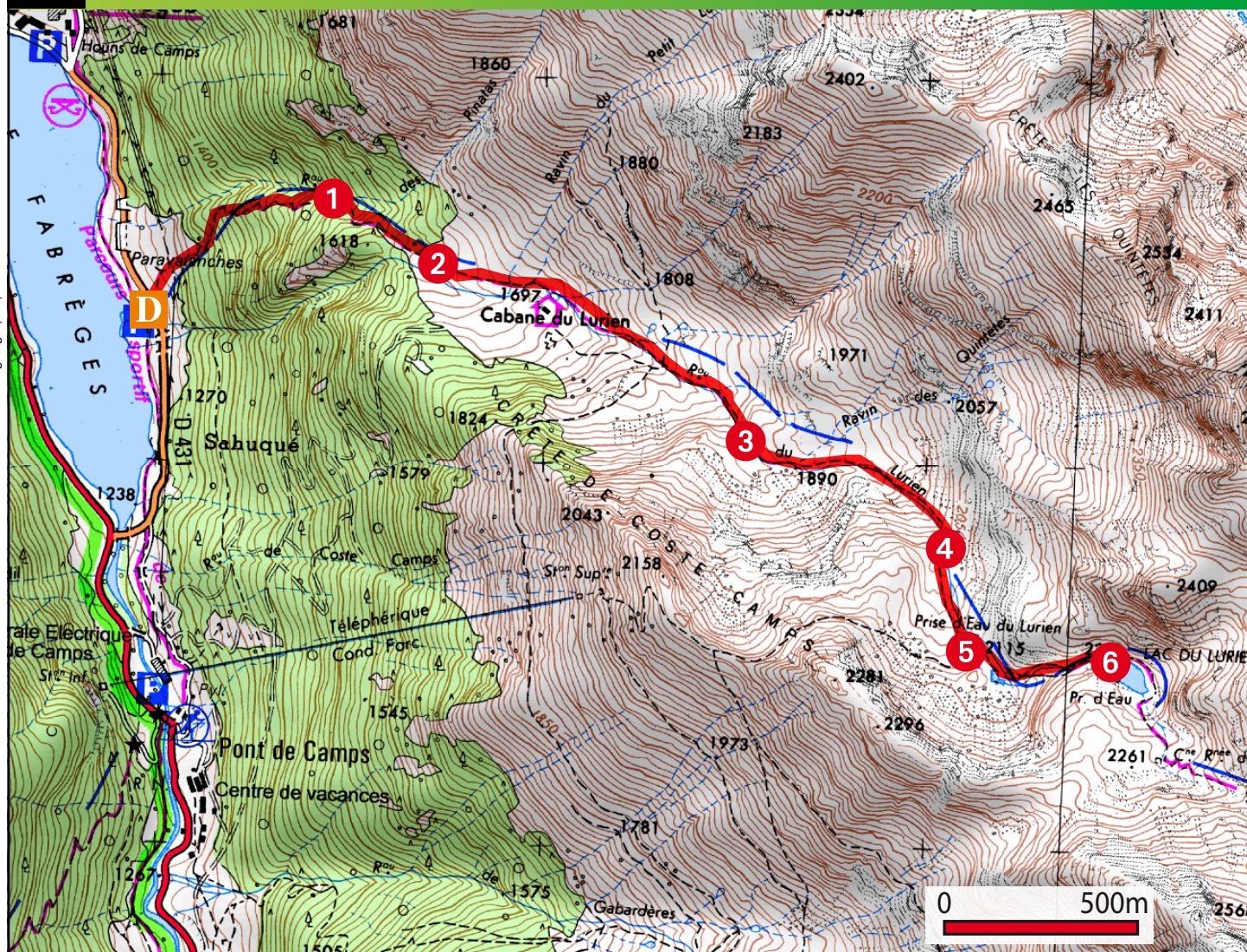
4 715035 E - 4749539 N Il faut maintenant passer le troisième et dernier ressaut. Traverser le ruisseau et rejoindre la cabane bien visible au-dessus (baraquement), au niveau d'une prise d'eau.

5 715111 E - 4749287 N Au-dessus, on arrive à un petit laquet, le sentier vire à gauche pour franchir une petite gorge. Après une courte montée, raide et caillouteuse, on retrouve les pelouses.

6 715485 E - 4749279 N Lac du Lurien. Le retour s'effectue par le même itinéraire que la montée.



Lac du Lurien.



D Fabriges :
au niveau du premier
paravalanche.

GPS WGS 84 UTM 30T
712930 E - 4750016 N

5h

7,7 km

960 m

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

★ À ne pas manquer

- La cabane des bergers et son étrave pour la protéger des avalanches.
- Les sources sur le plateau au dessus de la cabane.

⚠ Attention

- Passage escarpé à l'arrivée sous le lac.
- Possibilité de continuer au-delà du lac vers le col du Lurien (0h20).

L'euprocte

Ce petit lézard d'eau, de la famille des tritons, est endémique des Pyrénées. Il était déjà présent à l'époque des dinosaures.

Amphibien de couleur grise ou vert olive, il se différencie de ses cousins par une ligne jaune orangée au milieu du dos et du ventre.

C'est le seul triton à posséder des ongles pour s'agripper dans le fond des torrents.

Il est présent à toutes les altitudes où il affectionne les eaux froides et oxygénées, se nourrissant de larves et de vers aquatiques. Sa présence est un bon indicateur de la qualité des eaux, il est en effet très sensible à la pollution.



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

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 trouvaux 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>).

Les coordonnées GPS.

D GPS 30T 710703O - 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.