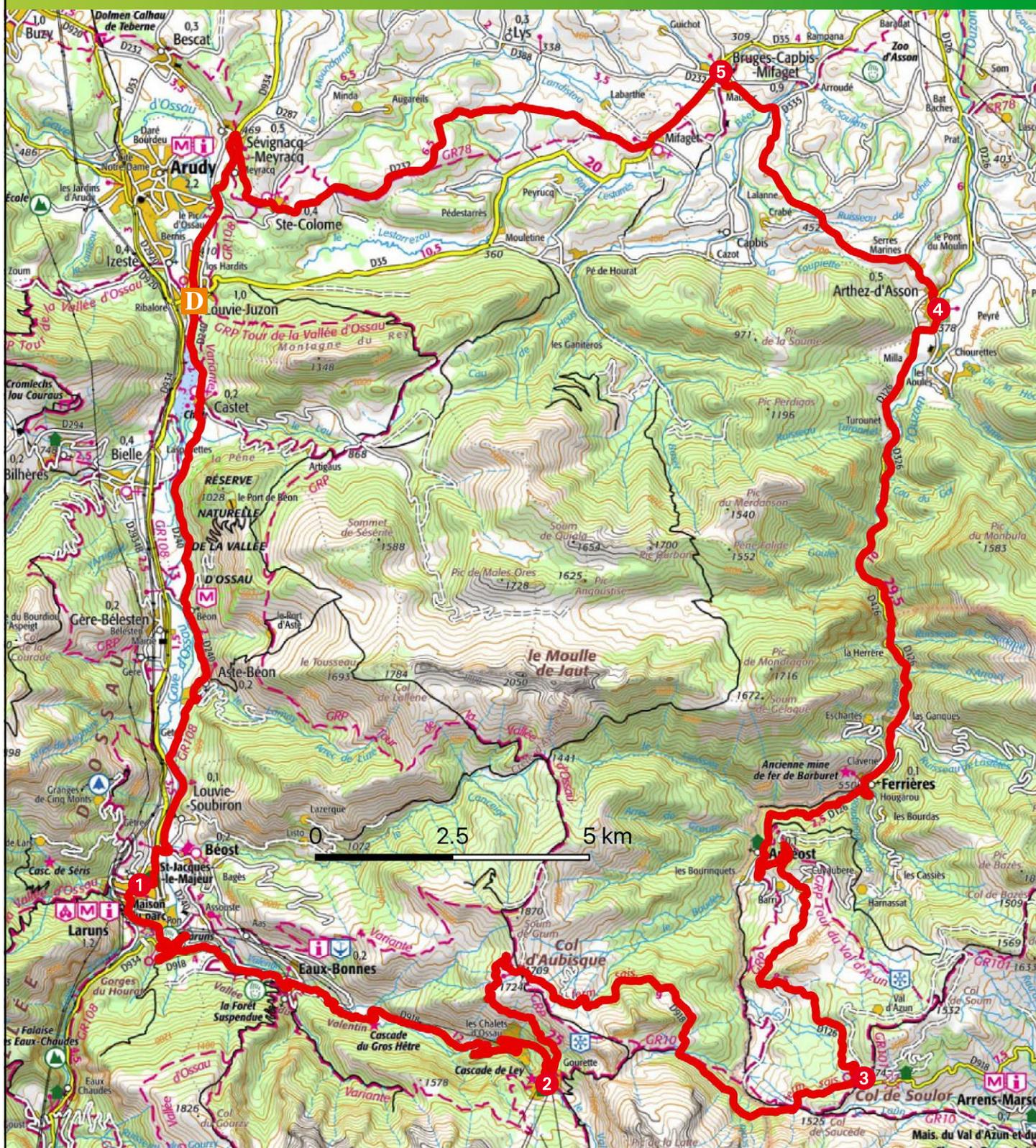


CIRCUIT N°6 Boucle Col d'Aubisque-Col du Soulor en vélo



Vallée
d'OSSAU
PYRÉNÉES
Office de Tourisme

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

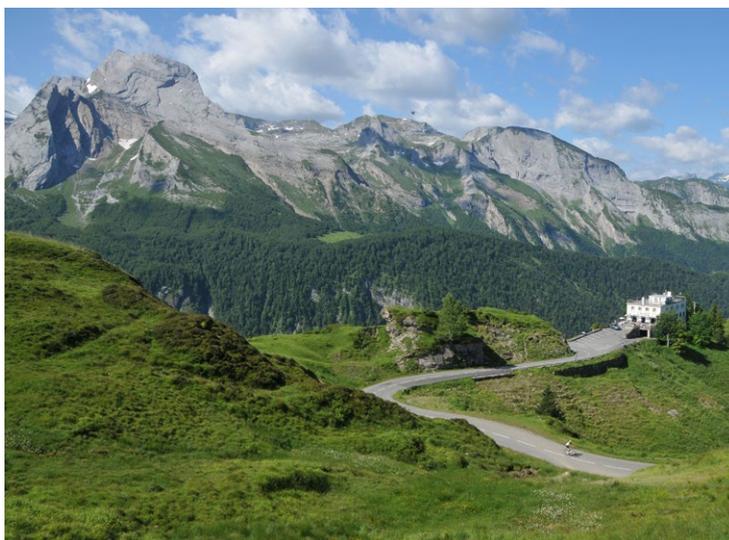
Renseignements complémentaires auprès de :

l'Office de Tourisme de la Vallée d'Ossau Pyrénées
Bureau principal de Laruns - 05 59 05 31 41

Toute l'offre des sports de nature sur l'application mobile **Vallée d'Ossau Pyrénées**

Gravir le col d'Aubisque à vélo est une expérience incontournable de la vallée d'Ossau. Avec son ruban de bitume qui s'extirpe des profondes vallées boisées pour aller musarder sur les estives d'altitude, l'Aubisque est même emblématique des cols pyrénéens. Envisagé en boucle, les cyclistes entraînés pourront se lancer à l'aventure vers le col du Soulor, par l'audacieuse et historique route thermale. La traversée du cirque du Litor est d'une esthétique folle, une expérience poignante lorsque l'asphalte défie les falaises et semble convertir les cyclistes en funambules. Les pâturages sont de nouveau légion au col du Soulor, et c'est par la secrète vallée de l'Ouzom, pastorale et paisible, que vous filerez vers le piémont pyrénéen. Veillez à garder quelques forces, car ce dernier est bosselé et vous propose une demi-douzaine de côtes sérieuses pour rallier Sainte-Colome, aux portes de la vallée d'Ossau.

D En sortant du parking du foyer rural, prendre vers la droite la route de Castet. Après une petite bosse d'échauffement, la route traverse le village de Castet et longe son plan d'eau. Continuer sur la route principale jusqu'au carrefour au sein de Béon (6km) : suivre la rue à gauche entre les maisons, au-delà de la chapelle Saint-Félix. La route visite Aste-Béon, puis redescend de son promontoire vers le fond de vallée, où elle continue à musarder en rive droite orographique, entre les prés. Traverser un plateau (site d'arrivée d'étape du Tour en 2018). Au petit rond-point de Béost (11,2 km), tourner à droite (pont sur le gave) et, au carrefour en T, emprunter la D934 à gauche pour entrer dans Laruns. Longer la piscine puis monter à droite vers le centre-ville.



D Louvie-Juzon, parking du foyer rural

GPS WGS 84 UTM 30T
710034 E - 4773518 N



★ À ne pas manquer

- Le village de Castet, classé au patrimoine
- Le panorama depuis le site des Crêtes blanches
- La route thermale entre Aubisque et Soulor
- Le village de Sainte-Colome et son église classée.

! Attention

- En sortie de Laruns (« Villa Caprice »), prudence à l'intersection D918/D934
- Au col d'Aubisque, descente rapide et sinueuse vers le cirque du Litor, prudence
- Le cirque du Litor, tunnel sans éclairage, serrer à droite
- La liaison Bruges-Mifaget sur D35, route étroite et fréquentée.



1 709838 E – 4762712 N Sur la place centrale de Laruns (12,4 km), contourner la fontaine et suivre à gauche la rue ascendante (« toutes directions »). Prendre deux fois à gauche pour passer derrière le fronton, puis à droite vers « Espagne » pour sortir du village. La route monte vers une intersection entre col d'Aubisque et col du Pourtalet (14,2 km) : bifurquer à gauche pour débiter l'ascension. Une première partie facile conduit à la station thermale des Eaux-Bonnes (5% de moyenne sur 4 km), où l'on contourne la place centrale par la droite (18,1 km). Prolonger vers Gourette avec une section plus sérieuse à 8%, puis une accalmie à 4% jusqu'à franchir un pont sur le Valentin. Un panneau indiquant une rampe à 13% marque le début d'une partie plus soutenue jusqu'à Gourette (8,5% de moyenne sur 6 km), avec toujours des rampes coriaces (10%) au passage sous les paravalanches.

2 717561 E – 4759620 N La station de Gourette accorde un peu de répit horizontal ; poursuivre l'ascension à gauche à l'Office de Tourisme (26,4 km). La route sillonne dans un bois clair (8%) et découvre le belvédère des Crêtes Blanches. Il reste deux kilomètres à gravir (10 et 8%) au milieu des estives panoramiques pour rallier le col d'Aubisque et sa pause méritée (30,55 km). Basculer sur le versant opposé par une descente sinueuse vers la vallée du Litor. Après la forêt et la cabane pastorale d'Arbaze, la route audacieuse offre un grand spectacle : elle passe à flanc de falaise et traverse deux tunnels rocheux. Après ce passage en balcon, le bitume s'élève à l'entrée du département des Hautes-Pyrénées et rejoint le col du Soulor (un premier kilomètre à 9 %, le second plus facile).

3 723338 E – 4760083 N Au col du Soulor (40 km), descendre à gauche la D126 vers Ferrières et Arbéost. Filer en descente dans les pâturages puis, après le passage du défilé de Tartas, la route domine les granges et le tableau verdoyant de la haute vallée de l'Ouzom. Deux lacets annoncent l'entrée dans Arbéost (48,5 km). Continuer à descendre en forêt jusqu'à Ferrières (51,7 km) ; la route file par un long faux-plat descendant dans la profonde vallée, en rive droite de l'Ouzom (quelques voies en sens unique). C'est seulement lorsqu'elle passe côté gauche du torrent (58,9 km) que la route remonte légèrement et rejoint le village d'Arthez d'Asson. Au rond-point de la mairie (61,9 km), aller tout droit sur 100 m, puis tourner à gauche, puis aussitôt à droite, vers « église » et « cimetière ».

4 723590 E – 4774474 N Sur la place de l'église d'Arthez d'Asson (62,2 km – sanitaires), prendre à droite le Chemin du Presbytère et, dans la continuité, la route fléchée « Bruges ». En deux lacets et une ligne droite, il faut vaincre une côte très raide qui brûle les cuisses (15% sur 400 m). Après une légère descente, au sommet de la bosse, tourner à gauche à l'intersection, route de Bruges. Elle passe par une hauteur panoramique puis traverse quelques quartiers. À l'intersection en Y (65,3 km), laisser à droite la route de Sarramayou et poursuivre par une belle descente à gauche. En fond de vallée, au carrefour routier (68 km), continuer tout droit (pont), par la route dite Chemin des Forges. Elle remonte vers Bruges : à la patte d'oie, emprunter la route de gauche pour contourner le quartier Maubec et rejoindre l'église de Bruges.

5 719354 E – 4778446 N Traverser la place à arcades de la mairie de Bruges (69,4 km) et choisir à gauche la D35 vers Mifaget et Laruns. Juste après église et mairie de Mifaget, bifurquer à droite vers Lys (route de Sainte-Colome). Après une partie sur un revêtement médiocre, la route bifurque à droite et arpente un dos de colline entre les corps de ferme. À l'intersection avec la D232 (73,9 km - croix), l'emprunter à gauche vers Sainte-Colome. Une première rampe annonce une belle bosse (7,5% sur 1,1 km), puis la route ondule sur les collines jusqu'à monter à Sainte-Colome (5% sur 1,3 km). Longer l'église de Sainte-Colome (80 km) pour sortir du village par la route principale ; elle descend jusqu'à Sévignacq-Meyracq. Au carrefour, suivre la D934 à gauche. En bas, laisser à droite l'entrée dans Arudy et continuer tout droit (D934) pour retrouver Louvie-Juzon. À la patte d'oie (ancien café-restaurant), tourner à gauche dans une rue en sens unique qui retrouve directement la place centrale de Louvie-Juzon puis le foyer rural.

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 différentes boucles sont classées par ordre de difficulté défini par un code couleur suivant les recommandations de la Fédération Française de Cyclisme :

NIV 1 Très facile, chemin large et roulant. Tout public, praticable en VTC.

NIV 2 Facile, chemin assez roulant. Pratiquant occasionnel de la randonnée VTT

NIV 3 Difficile, sentier technique. Pratiquant averti, avec obligation de maîtrise technique.

NIV 4 Très difficile, sentier très technique. Niveau confirmé sur le plan technique et physique.

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 ou E pour Est et N pour Nord. Téléchargez les tracés GPS des boucles sur : www.valleedossau-tourisme.com.



Durée, donnée en heure. Cette valeur estimée tient compte de la longueur de la randonnée, du dénivelé et des éventuelles difficultés, sans les arrêts.



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

Bonne direction



Tourner à droite



Tourner à gauche



Mauvaise direction



Prudence, danger



Liaison



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, et ceux qui font vivre ce territoire. Voici quelques conseils pour bien randonner en VTT.

Préservez-vous

Empruntez les chemins balisés pour votre sécurité et respectez le sens des itinéraires.

- Ne surestimez pas vos capacités et restez maître de votre vitesse en toutes circonstances.
- Pour votre sécurité n'oubliez pas votre casque.
- Prévoyez ravitaillement, boissons et vêtements adaptés.
- Si vous partez seul, communiquez votre itinéraire à votre entourage.

Préservez la nature

- Ne troublez pas la tranquillité des animaux sauvages.
- Évitez la cueillette sauvage des fleurs, fruits et champignons.
- En période de chasse, attention aux battues et aux palombières.
- Gardez vos détritiques, soyez discret et respectez l'environnement.

Respectez les activités et les hommes

- Sur les zones pastorales, gardez vos distances avec les troupeaux et les chiens.
- Soyez prudent et courtois lors des dépassements ou croisement de randonneurs.
- Le vététiste sait que le piéton est prioritaire, et il respecte le code de la route.
- Respectez les propriétés privées et les zones de culture, refermez les barrières.
- Attention aux engins agricoles et forestiers, n'entrez pas leur circulation.
- Pour agréments vos sorties, n'hésitez pas à contacter les professionnels.

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>).