

Vallée d'Ossau

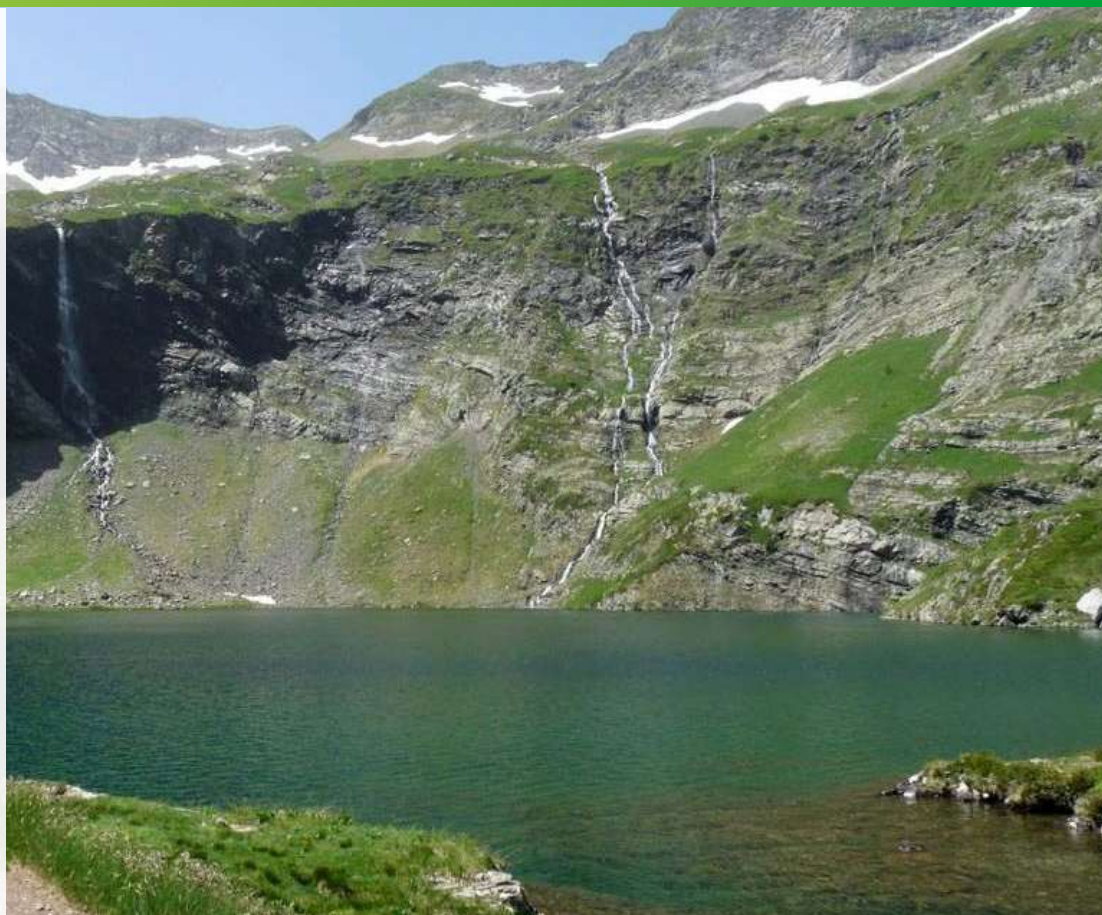
NIV
4

CIRCUIT N°31

Le lac d'Isabe

Vu d'en haut, le lac fait l'effet d'une pierre précieuse sertie dans la montagne. Saphir ou émeraude suivant la lumière du jour, il est blotti au pied du Pic de Sesques.

Pour y accéder, il faut une bonne dose de motivation, mais la récompense est à la hauteur de l'effort...



D 50 m avant le pont, prendre le sentier partant sur la gauche. Il remonte en longeant la rive droite du gave du Bitet que l'on finit par traverser à gué et rejoindre la fin de la piste.

0h45 **1** 705505 E – 4757237 N Au bout de la zone de parking, passer le ruisseau sous la prise d'eau du Bitet et prendre le sentier qui monte raide dans la forêt. Après un plat, continuer à monter très raide.

2h00 **2** 704687 E – 4757098 N À la sortie de la forêt, suivre le chemin qui serpente dans des blocs et reprendre la montée vers la droite. De belles cascades qui coulent du lac dévalent les barres rocheuses sur la droite. Monter maintenant dans un grand pierrier parsemé d'arbustes et de rhododendrons.

3h00 **3** 704389 E – 4756450 N Traverser un petit ruisseau et partir à droite sur des marches de rochers. Monter en lacets une zone escarpée. Le chemin, étroit et aérien, serpente entre des barres rocheuses. Prendre pied sur un replat vallonné, qui mène au lac.

3h30 **4** 704088 E – 4756319 N Reprendre le même chemin pour la descente.



Rhododendrons dans les éboulis.



D Au dessus des Eaux-Chaudes. Parking sur la piste du Bitet au niveau du pont et de l'interdiction de circuler.

GPS WGS 84 UTM 30T
706833 E - 4756257 N

→ 6h

10,8km

1130m

★ À ne pas manquer

- La hêtraie-sapinière.
- Les cascades.
- Le lac d'Isabe.

⚠ Attention

- Vu l'état de la piste par endroit, il est préférable de se garer au parking avant le départ de la piste du Bitet (plus 3,4 km en aller et retour).
- Ne pas faire cette rando quand il reste de la neige sur la dernière pente.

Balisage jaune

L'ours des pyrénées

Figure emblématique de la faune pyrénéenne, l'ours brun a longtemps vécu dans les grandes forêts de la vallée d'Ossau. Avec la mort de Cannelle en 2004, dernière ourse de souche pyrénéenne, il a disparu de ce que l'on appelait ici « la zone à ours ».

Le seul ours présent encore en vallée d'Ossau est slovène, appelé Néré, petit de Ziva, ourse réintroduite en 1996 en Ariège. Cannelito, l'ourson de Cannelle, mi slovène, mi pyrénéen, s'est déplacé vers les Hautes-Pyrénées. La population actuelle d'ours des Pyrénées vient de la réintroduction, elle s'élève à une vingtaine d'individus regroupés sur la partie centrale de la chaîne.



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

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 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.

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>).

Toute l'offre des sports de nature sur l'application mobile

Vallée d'Ossau Pyrénées