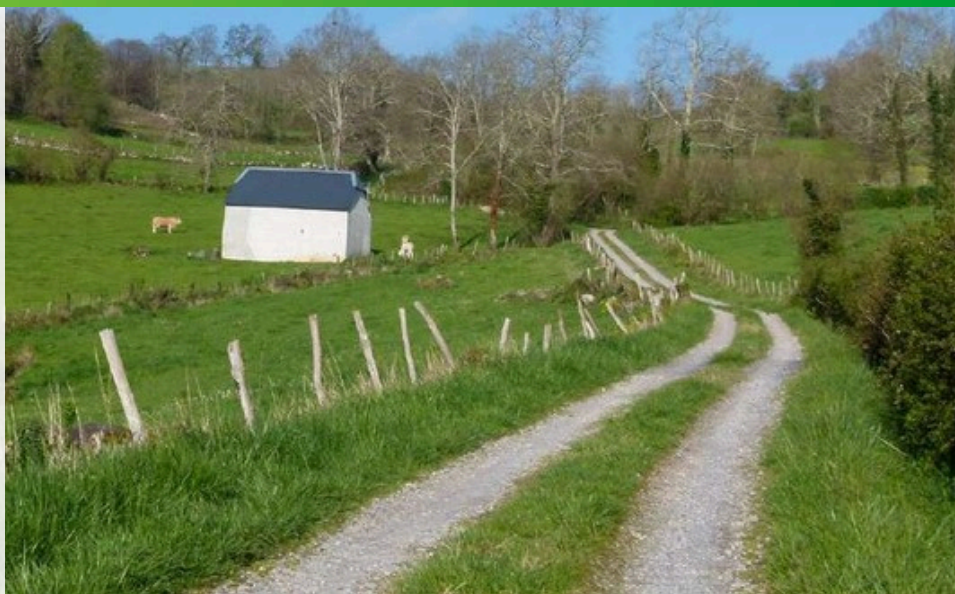


Valle de Ossau

NIV
2

Les buis

Este itinerario da una idea de la riqueza del patrimonio de Sainte-Colome : arquitectónico e histórico en su centro urbano con la iglesia, el castillo y las casas de carácter; natural y paisajístico al recorrer zonas de colinas, boscosas y rurales. ¡Un resumen del piedemonte de Ossau.



D Pase la iglesia y suba por la carretera principal hacia Nay. En el cruce con el Camino de Arruets, gire a la derecha e inmediatamente a la izquierda por el Camino de Terranère. 150 m más adelante, girar a la izquierda por una pista que se convierte en sendero. Tenga cuidado, el descenso puede ser resbaladizo con tiempo húmedo. Al final del camino, gire a la izquierda, atravesie la valla ("chicana") y suba por el prado bordeando el bosque de la izquierda.

Oh25 **1** **711858 E – 4775245 N** En la segunda barrera, seguir a la derecha durante 250 m por el camino de piedra hasta una rotonda. Gire a la derecha por el camino de Lasbordes. Tras unas cuantas curvas cerradas, se convierte en un sendero entre bojés y robles para llegar a un claro (semibarreras). Crúzalo, primero llano hacia el este y luego cuesta abajo hacia el sur.

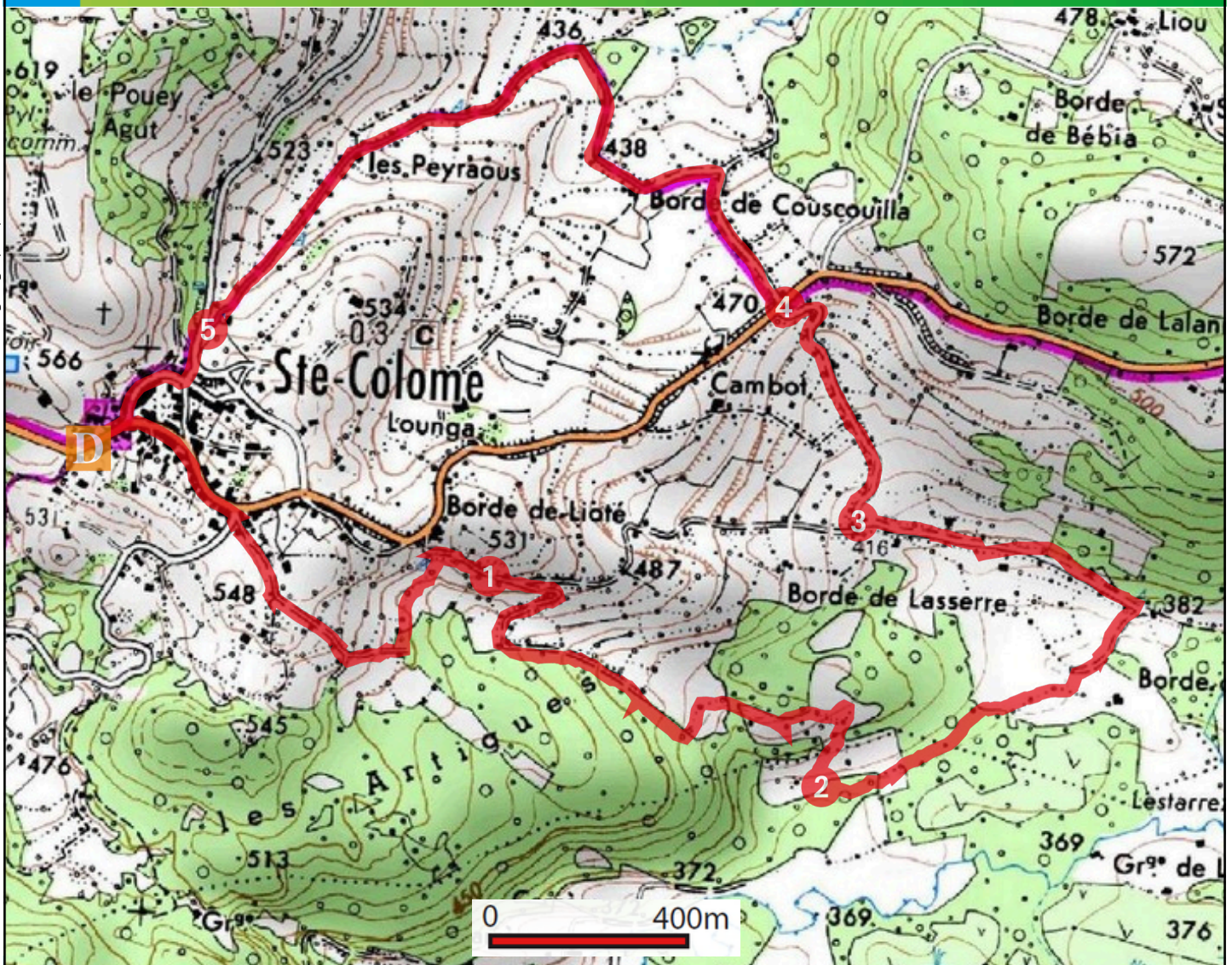
Oh55 **2** **711989 E – 4775089 N** Abajo, pasar otra barrera. Después de 100m el circuito se une con el bucle de bicicleta de montaña de la "tourbière" (turbera). Continuar 600 m. En el Borde de Estarrès, el camino asciende y se dirige hacia el noreste durante 700 m. Hermosa vista de la montaña del Rey.

Ih15 **3** **712598 E – 4775355 N** En el siguiente cruce, abandone el bucle BTT nº 5 para subir por el Camino dous Quatrou (o Camino de Gailles) a la derecha hasta el cruce con la D932 (carretera Bescat-Mifaget).

Ih25 **4** **712428 E – 4775735 N** Continuar por el camino en frente. Se encuentra en un tramo del GR®78, la ruta del Piamonte de Santiago de Compostela. El itinerario atraviesa la llanura de Peyraous, cruza campos bordeados de árboles, algunos centenarios, y sube hacia el sur para incorporarse a la carretera Sainte-Colome/Lys ("Camino de Ossau").

Ih45 **5** **711400 E – 4775615 N** Girar a la izquierda y después la primera a la derecha (Camino de l'Especieu). El callejón conduce a la hermosa iglesia de Santa Silvestre, del siglo XVI, final de su paseo.





Iglesia de Sainte-Colome.



1h50

WGS 84 UTM 30T
711225 E – 4775405 N

6km



Señalización amarilla



220m

**No se lo pierda**

- Vista de las primeras estribaciones de los Pirineos, simbolizadas por la montaña del Rey, imponente macizo que culmina a 1349 m
- El circuito de interpretación del patrimonio en la l'applicación móvil « Wivisites ».

**El boj**

Originario del sur de Europa y de Asia Menor, este pequeño árbol que puede alcanzar de 5 a 6 metros está muy presente en nuestros bosques de montaña o en los bordes de los senderos, como aquí en Sainte-Colome. Se puede buscar su presencia en verano, ya que su follaje compacto y perenne ayuda a mantenerla fresca. Su madera es especialmente conocida para la fabricación de mangos de cuchillos, ya que los torneros (incluidos los locales) aprecian su densidad, finura y brillo una vez trabajada. Sin embargo, desde hace algunos años se ve amenazada por un formidable depredador, la "polilla del boj", una mariposa nocturna cuya oruga se alimenta de las hojas.

**Programa realizado por :**

Communauté de Communes de la Vallée d'Ossau - 1 avenue des Pyrénées - 64 260 Arudy -
+33 (0)5 59 05 66 77 www.cc-ossau.fr

Más información disponible en :

Oficina de Turismo del Valle de Ossau Pirineos - Oficina principal en Laruns - +33 (0)5 59 05 31 41
www.valleedossau.com

Todas las actividades deportivas al aire libre están disponibles en la aplicación móvil
Vallée d'Ossau Pyrénées... y en el sitio web terredaventures.valleedossau.com

Cómo elegir su caminata

Para cada itinerario, encontrará información técnica y práctica que le ayudará a elegir su caminata.

Niveles de dificultad

Los recorridos se clasifican por orden de dificultad definido por un código de colores siguiendo las recomendaciones de la Federación Francesa de senderismo:

- NIV 1** Muy fácil, menos de 2 horas de caminata. Ideal para familias, por caminos bien señalizados.
- NIV 2** Fácil, menos de 3 horas andando. Se puede hacer en familia, por senderos con partes a veces menos fáciles.
- NIV 3** Difícil, menos de 4 horas de caminata. Para excursionistas acostumbrados a caminar, con lugares a veces bastante deportivos o desniveles importantes.
- NIV 4** Muy difícil, más de 4 horas de caminata. Para excursionistas experimentados y deportistas. El itinerario puede ser largo y técnico (desniveles, pasos complicados).

Coordenadas GPS

GPS 30T 710703O - 4776694N

D Salida

 Tiempo de caminata, expresado en horas. Este valor estimado tiene en cuenta la duración de la caminata, el desnivel y las posibles dificultades.

 Diferencia de altura, expresada en metros. Para cada circuito, el valor corresponde a la cantidad total de ascenso.

 Distancia, el valor expresado en kilómetros corresponde a la distancia total de la ruta.

Señalización

Dirección	Senderos de país y PR®	GRP®	GR®
Dirección correcta			
Girar a la izquierda			
Girar a la derecha			
Dirección equivocada			



GR®, GRP® et PR® son marcas registradas de la Federación Francesa de Senderismo. Algunas rutas han sido seleccionadas por la Federación Francesa de Senderismo según criterios de calidad. Llevan la etiqueta PR®.

Recomendaciones

Antes de irse

Me aseguro de mi equipo, el nivel del recorrido y las condiciones meteorológicas
Si me voy solo, comunico mi itinerario a mis personas cercanas
Ver el mapa de las quemas

En montaña/ zona de pastoreo

Sigo los senderos marcados y cierro las barreras después de mi paso
Respeto la naturaleza y traigo mi basura
Si estoy acompañado(a) de un perro, me aseguro de que se me permita caminar con él en el recorrido elegido y lo mantengo con correa
En época de caza, evito las zonas de las batidas/ doy la vuelta
No rodeo los rebaños y no me acerco a los perros pastores (no los alimento ni los acaricio)

Parque Nacional

El corazón del Parque Nacional es un territorio natural, abierto a todos pero sujeto a una reglamentación que depende de un código de buena conducta. Los perros están prohibidos incluso con correa. Prohibido hacer fuego, hacer bicicleta, acampar. Sólo se permite el vivac - se puede instalar una pequeña tienda para pasar la noche, a partir de las 19h y desmontarla por la mañana antes de las 9h. Debe instalarse a más de una hora de camino desde cualquier acceso motorizado...

Llamada de urgencia europeo : 112

Todas las actividades deportivas al aire libre están disponibles en la aplicación móvil Vallée d'Ossau Pyrénées... y en el sitio web **terredaventures.valleedossau.com**