

Valle de Ossau

NIV
3

Parque Nacional



La cabane de Saoubiste

Nada mejor para los amantes del senderismo al aire libre que esta ruta, que comienza en un hermoso bosque de hayas y abetos.

En las afueras de la cabaña, el paisaje abierto de pastos de altura cambia por completo la atmósfera, ofreciendo un entorno bucólico donde suenan las campanas de vacas, caballos y ovejas.



D Tome la pequeña carretera a la derecha justo antes del puente. Suba por esta carretera en una curva a la derecha, dejando a su izquierda una pista que bordea el río Gave. Pase una cadena y camine 50 m.

0h10 | 712965 E - 4748874 N Gire a la izquierda por el sendero que comienza en el bosque. Sube siguiendo las curvas. Pasar un arroyo en un barranco, un corredor de avalanchas. Suba a la derecha por el sendero empinado.

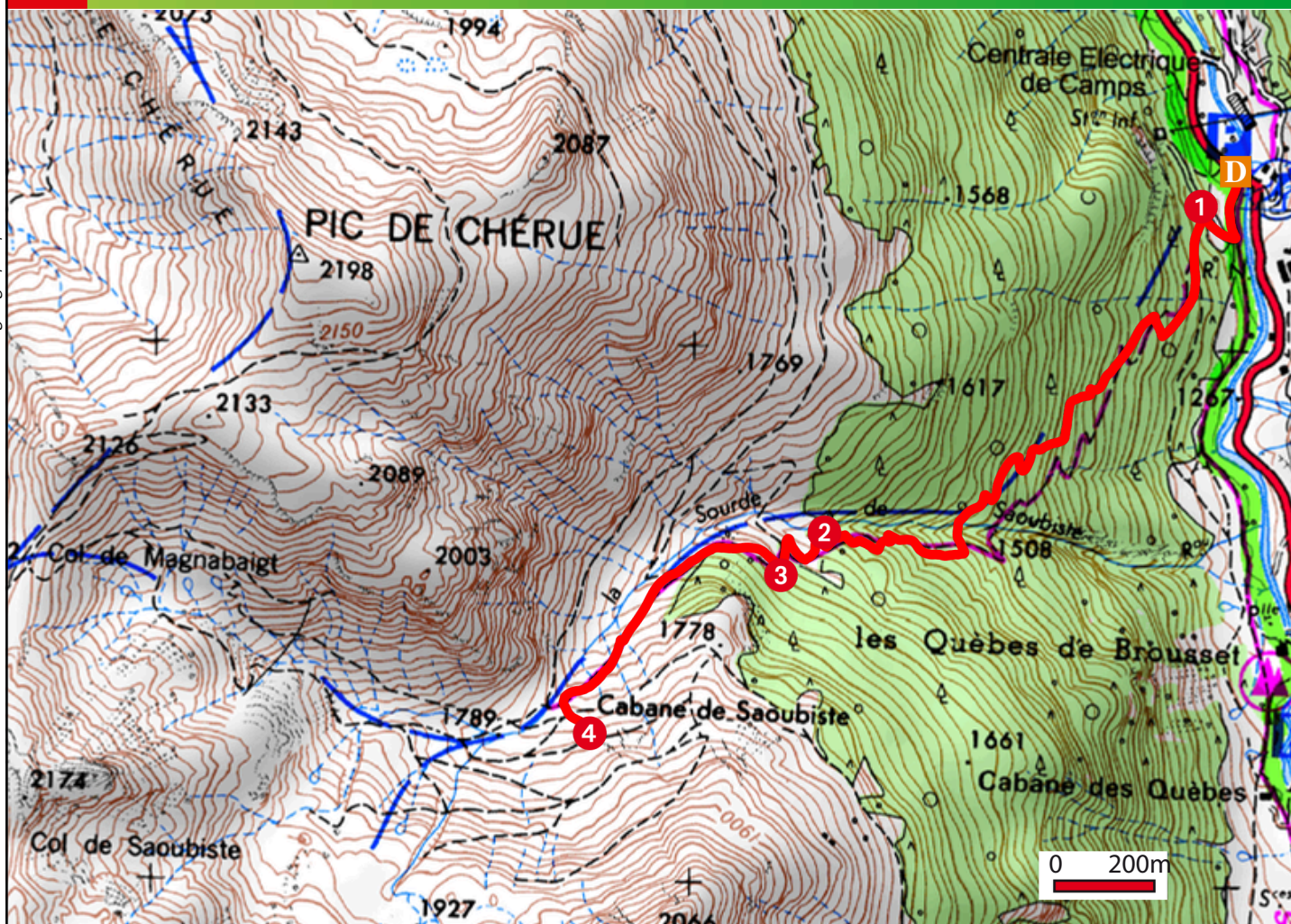
1h10 | 712294 E - 4748217 N Al final del bosque, seguir el camino a la izquierda en el borde. Suba dos curvas hasta un claro empinado. Dejar un camino a la derecha que desciende hacia el barranco y entrar de nuevo en el bosque.

1h15 | 712232 E - 4748161 N El camino tuerce a la derecha y luego sigue el borde. A continuación, suba por la orilla izquierda del valle. El pico que domina a la derecha es el Pico de Chérue.

2h00 | 711890 E - 4747841 N Desde el refugio de Saoubiste, volver por el mismo camino.



Queso de oveja



D Pont de Camps

GPS WGS 84 UTM 30T
713021 E - 4748958 N

→ 3h

4,4km

520m

Señales de dirección sobre fondo amarillo, (sin marcas)

★ No se lo pierda :

- Observación de isardos y marmotas: la flora endémica de los Pirineos (lirios azules en julio).
- Escalada del puerto de Magnabaigt o Pombie para montañeros experimentados.

⚠ ¡Cuidado!

- Parque nacional, reglamentación especial.
- No deje basura en la cabaña. La cabaña está ocupada en verano por pastores.

Receta de queso de oveja

Calentar la leche a 30° en un caldero de 25 litros. Añadir el cuajo y dejar cuajar durante 15 minutos. Cortar la cuajada en trozos pequeños. Durante un segundo calentamiento a 40°, recoger los granos con la mano y formar una bola. Colocar la bola en un molde agujereado y presionar para extraer el suero. Dar la vuelta al queso formado y volver a colocarlo en el molde con un paño y la marca en el fondo. Tápalo y ponle un peso encima. Al día siguiente, sacar el queso, grabar el número de producción y llevarlo al saladero, donde madurará en sus bodegas durante 3 meses.

Disfrútalo con vino "Jurançon", nueces, manzanas, uvas o mermelada de cerezas y un buen pan.



Realizado por :

Communauté de Communes de la Vallée d'Ossau
1 avenue des Pyrénées – 64260 Arudy +33 (0)5 59 05 66 77

Información :

Oficina de Turismo del Valle de Ossau, Pirineos - Sede 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**

El Parque Nacional de los Pirineos

La zona central del Parque Nacional es un territorio natural, abierto a todos, sujeto a una normativa. El Parque Nacional de los Pirineos, territorio con un patrimonio excepcional, tiene como misión proteger la naturaleza y los paisajes, garantizar la diversidad biológica y sensibilizar al público sobre los comportamientos respetuosos con la naturaleza. Descubra este lugar extraordinario que todos debemos respetar y proteger.



No se admiten perros, ni siquiera con correa.



No se permite acampar ni estacionar autocaravanas durante la noche para preservar la belleza de los lugares y evitar la contaminación. Se permite acampar de forma regulada a más de una hora a pie de los límites del parque o de un acceso por carretera, entre las 19:00 y las 9:00.



No se admiten perros, ni siquiera con correa.



Está prohibido practicar ciclismo de montaña fuera de las pistas autorizadas: pistas de esquí de fondo de Brousset (valle de Ossau) y Somport (valle de Aspe)



Sin ruidos ni molestias para garantizar la tranquilidad de todos.



Lleve consigo bolsas de basura para llevarse sus residuos.



Está prohibido el uso de vehículos 4x4, así como la práctica del motocross.



No hacer fuego, para evitar incendios y daños al suelo.



No hay armas, aquí todos los animales están protegidos.



No recolectar ni recoger. Los animales, las plantas, los minerales y los fósiles pertenecen al paisaje.



Vuelo sin motor regulado para preservar la tranquilidad de la fauna silvestre.

Esta normativa se aplica a la «zona central» del parque nacional. Abarca, en el valle de Ossau, 8000 hectáreas, situadas exclusivamente en el municipio de Laruns, entre Gabas y la frontera franco- española.

Maison du parc national

64 440 Laruns - Tél : 05 59 05 41 59 - www.pyrenees-parcnational.fr