

Del Nive al Litoral Vasco

Encontrará todos los itinerarios en ►►
Disponible en las Oficinas de Turismo

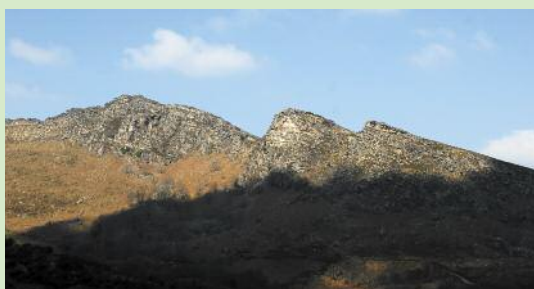


NIV
3

MEDIO

DE COLLADO EN COLLADO

LEPOZ LEPO



El Athekaleun

Circuito extenso que recorre las laderas del Larrún y nos permite descubrir aspectos desconocidos de esta bella montaña, como la brecha y las rocas pudingas del Athekaleun o la angitua Capilla de Olhain.

D Partimos del parking de la piscina y seguimos la señalización del GR-10. Tras cruzar la barrera canadiense, abandonamos el GR y subimos por un camino de tierra ① 0614374-4796306. Seguimos las indicaciones amarillas hasta el collado del "Pharmacien". Giramos a la izquierda en dirección hacia el Larrún ② 0614042-4796624. Tras una prolongada cuesta, llegamos a una meseta herbosa, detrás de la cual hallamos una escarpada pendiente pedregosa, de color ocre, por la que proseguiremos nuestro camino hasta la vía del tren ③ 0612424-4796672. Atravesamos la vía y, por la derecha, la bordeamos hasta llegar al cruce con el GR®10 ④ 0611617-4796654. En el poste 128, cruzamos la vía del tren, y, a la izquierda, tomamos un sendero que se eleva a través de los pastos. Seguimos las indicaciones amarillas hasta el estrecho collado del Athekaleun, donde podemos disfrutar de las vistas ⑤ 0611845-4795782. Comenzamos a descender. Tras cruzar un arroyuelo, llegamos a una meseta

0h27

1h15

2h00

herbosa ⑥ 0611948-4794909 la cual cruzamos para proseguir por un sendero bien trazado que nos dirige a un pinar.

Al salir del bosque, tenemos la oportunidad de subir a la cima para ver las ruinas de una ermita y los restos del reduto de Olhain.

En el collado, giramos a la izquierda ⑦ 0613190-4794410, por el camino herboso que baja por la ladera de la montaña hasta la carretera ⑧ 0613360-4795073. Seguimos bajando por la carretera y, luego, giramos a la izquierda ⑨ 0613692-4795023, para continuar por el camino que bordea la pradera y nos lleva hasta las casas.

Si seguimos la señalización que nos conduce al pueblo, no tendremos ningún problema durante el recorrido.

3h00

3h30

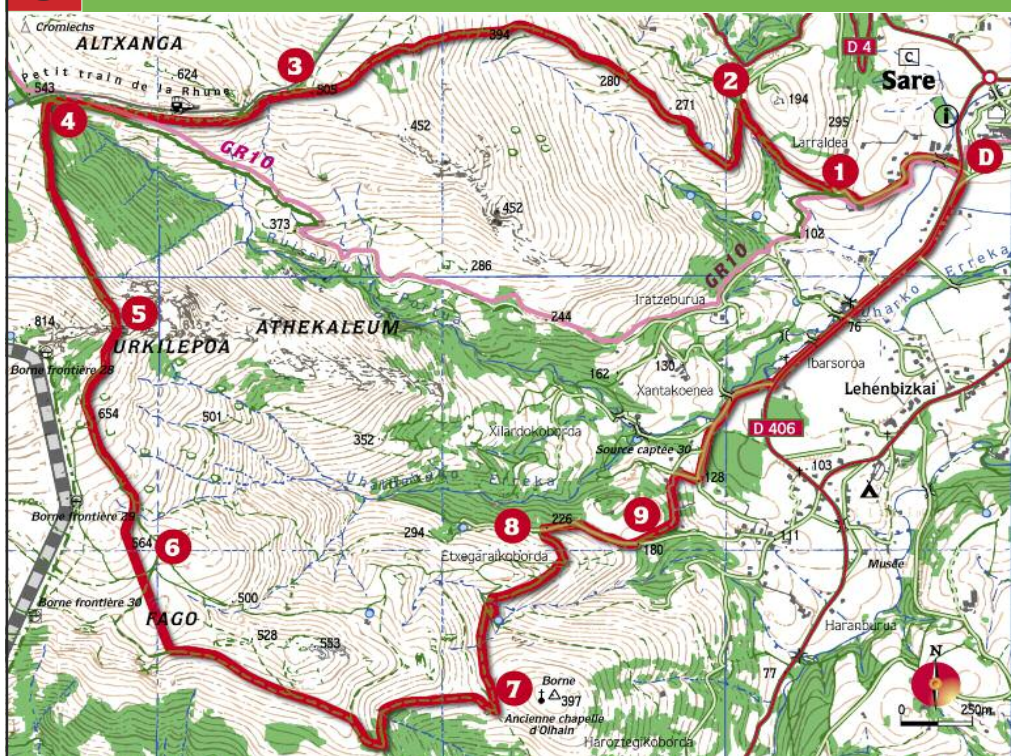


Señalización a pie del reduto de Olhain.

**NIV
3****MEDIO**

DE COLLADO EN COLLADO

LEPOZ LEPO

**D** Parking de la piscina de Sara

GPS : 0614843-4796373

3h30**Señalización****No se lo pierda:**

- Estupendos panoramas
- Antigua capilla de Olhain

11 km **604 m**

Cuidado al cruzar la vía del pequeño tren de Larrún

LA CAPILLA DE OLHAIN – OLHAIN KAPERA

Olhain se encuentra separada de Larrún por un collado que solía ser vía de tránsito pastoral. Actualmente, sólo quedan las ruinas de la capilla, vestigios de un edificio relativamente importante que debió medir 20m x 8.80m. Según los ancianos de Sara, este lugar podría haber sido el refugio de un ermitaño ente 1793 y 1813. Los habitantes de la región, muy apegados a sus tradiciones, van en procesión a este emplazamiento en la víspera de la ascensión y, seguramente, continuarán haciéndolo durante muchos años más.

La Capilla de Olhain se encuentra en medio de las ruinas de un reducto con forma pentagonal, en el que dos de los lados miden más de 25m (extraído del libro "Autrefois Sara" de J.Antz, ed. Atlantica 2005).



The ancient chapel of Olhain

Más información en:

Oficina de Turismo de Sara

Le Bourg - 64310 SARE - Tlf : 05 59 54 20 14

Fax : 05 59 54 29 15 - Mail : otsi.sare@wanadoo.fr - Web : www.sare.fr

TERRE ET CÔTE BASQUES
 PAYS DE SAINT-JEAN-DE-LUZ - HENDAYE
www.rando64.fr

descubra el Béarn y el País Vasco a pie, en bici o a caballo

Nivel

El desnivel indicado en las fichas señala el total de metros de subida. Los tiempos de recorrido no incluyen las paradas.

Los recorridos a pie se clasifican por orden de dificultad y se diferencian por colores en la ficha práctica de cada circuito. Para ello seguimos las recomendaciones de la Fédération Française de Randonnée.

Muy fácil menos de 2 horas de marcha. Ideal para hacer en familia, por caminos bien trazados.

Fácil menos de 3 horas de marcha. Puede hacerse en familia. Por caminos con

algunos tramos menos fáciles.

Medio menos de 4 horas de marcha. Para un excursionista habituado al senderismo. Con algunos tramos para gente deportista acostumbrada a los desniveles.

Difícil más de 4 horas de marcha. Para un senderista experimentado y deportista. El itinerario es largo y difícil (con gran desnivel, tramos delicados) o ambas cosas a la vez.

Duración del recorrido: La duración de cada circuito se ofrece a título indicativo. Tiene en cuenta la longitud del recorrido, los desniveles y las eventuales dificultades.



Señalización

Señalización

Siga la señalización para mantenerse en el camino correcto

Señalización de los senderos	Senderos de país y PR®	GR®
Dirección correcta		
Girar a la izquierda		
Girar a la derecha		
Dirección incorrecta		

GR®, GRP® et PR® son marcas registradas por la « Fédération Française de Randonnée Pédestre » (Federación Francesa de Senderismo)

Su opinión sobre nuestros senderos - Ecoville®

Hemos puesto todo nuestro interés en los itinerarios que les proponemos. Sus impresiones y observaciones sobre el estado de los caminos nos interesan y nos permitirán mantenerlos en buen estado. Les rogamos que nos comuniquen sus observaciones contactando al Syndicat Nive Nivelles en el teléfono: 05 59 93 90 86.

También, puede descargarse la ficha de observación "Ecoville" en www.rando64.com/ecoville.

Recomendaciones útiles

Servicio de Meteorología

+33 (0)8 92 68 02 64

Servicio de Urgencias europeo 112

Para recorrer los caminos de Nive-Nivelles en el País Vasco Sur, es necesario adoptar un comportamiento respetuoso con la naturaleza y las personas que mantienen este territorio. Es importante cumplir una serie de normas:

Por respeto a la naturaleza:

- Lleve una bolsa de plástico para depositar sus residuos.
- Respete la fauna y la flora.
- Manténgase dentro de los senderos señalizados.

Por su seguridad

- No salga sin el material adecuado y necesario
- No salga solo
- No beba agua de los arroyos
- Infórmese sobre estado del tiempo

Por respeto a los demás y a sus actividades

- No olvide cerrar las barreras
- **Evite salir de excursión con el perro. En cualquier caso, manténgalo atado.**
- Está prohibido encender fuego
- Respete las propiedades privadas por las que pase.

Certificaciones de Senderismo

Itinerarios con certificación PR:

Con esta certificación, la Fédération Française Randonnée homologa determinados itinerarios pedestres en función de algunos criterios de calidad. La homologación se basa en criterios de técnicos, turísticos y medioambientales (más información en www.ffrandonne.fr)

Coordenadas GPS de los itinerarios

Las coordenadas GPS de los puntos del recorrido de cada itinerario están a su disposición.

El formato de referencia es el siguiente:

WGS 84 - UTM 30T

¡Atención!

Durante la temporada de caza de la paloma torcaz (de octubre a noviembre) y durante el periodo de quema de rastrojos (de diciembre a marzo), algunos de los circuitos permanecerán inhabilitados.