

# Vallée d'Ossau

NIV  
2

CIRCUIT N°17

## Le Larroun



**C**et itinéraire, comme une machine à remonter le temps, vous fera passer du XXI<sup>e</sup> siècle où l'on fabrique des mécaniques de précision pour l'aéronautique, à la préhistoire de la vallée d'Ossau où ses habitants vivaient dans des grottes, chassaient le renne et le rhinocéros.

**D** Partir en direction de la Fonderie Messier. Au niveau d'un portail, suivre le chemin sur la droite qui longe l'usine.

0h10 **1** 707896 E - 4774360 N Prendre à droite un sentier qui monte assez raide.

0h40 **2** 707142 E - 4773962 N En haut de la montée et au niveau d'un gros bloc rocheux, tourner à gauche, marcher jusqu'à une cabane. De là prendre à droite, traverser le plateau en passant des haies.

0h50 **3** 706916 E - 4773832 N Passer une zone de dolines et remonter légèrement en suivant la bordure gauche d'une clairière.

1h00 **4** 706726 E - 4774029 N Le chemin entre dans la forêt et part sur la droite au niveau d'un petit col. Descendre dans le creux du talweg en prenant soin de suivre sur la droite les lacets du sentier lorsque celui-ci devient très raide et paraît infranchissable au premier abord. En bas de la descente, continuer sur un plat en traversant une plantation de mélèzes. Suivre le chemin qui traverse à flanc et descend légèrement, toujours dans la forêt.

1h20 **5** 706878 E - 4774915 N Au niveau d'un col, prendre à gauche et descendre 100m pour aller voir la grotte de Malarode. Revenir sur ses pas et prendre la descente en face. Le sentier est un peu raide au départ, puis la

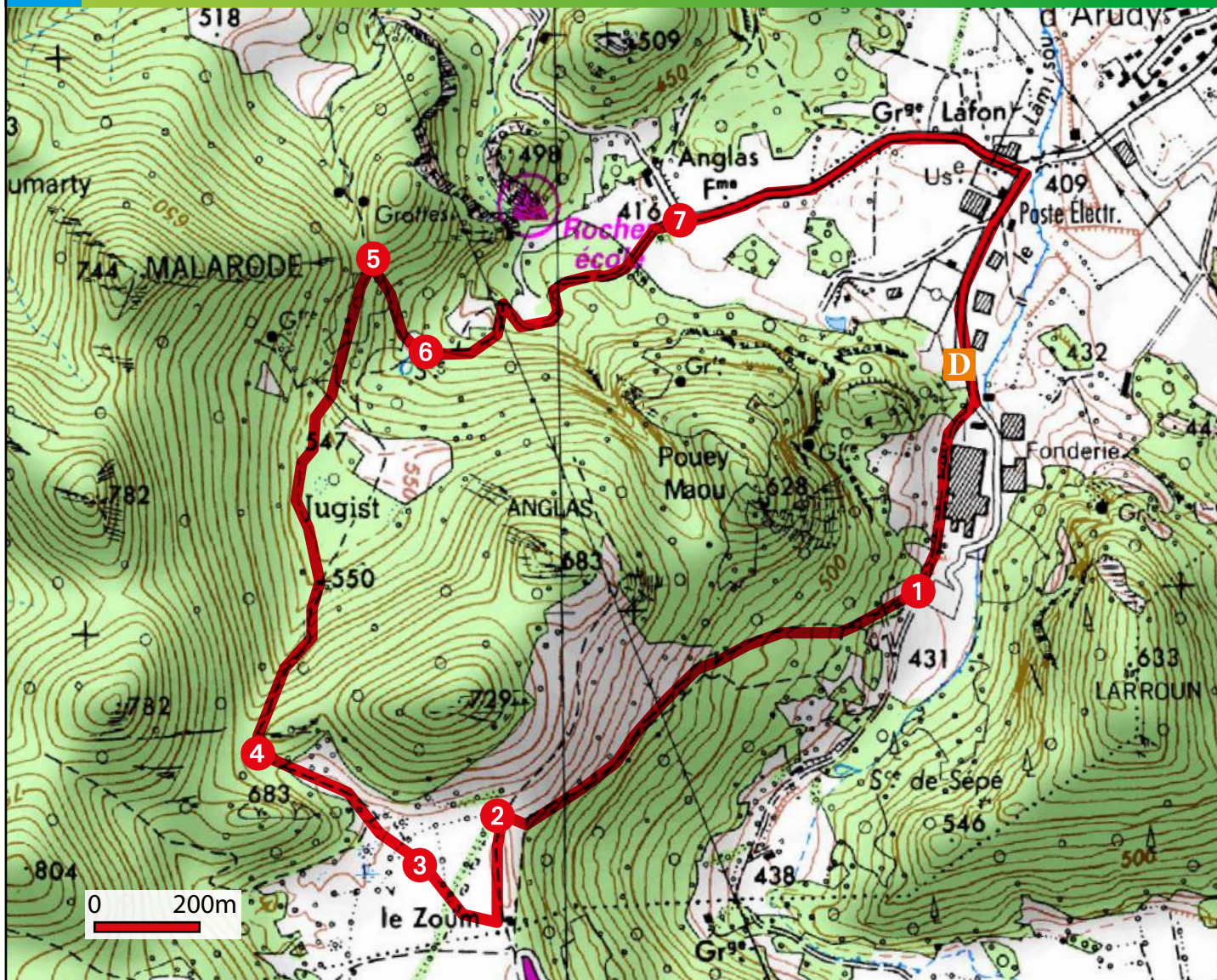
pente s'adoucit en tirant vers la droite.

1h30 **6** 706966 E - 4774766 N On retrouve un plus gros chemin. Prendre à gauche et descendre vers la ferme d'Anglas. On aperçoit à gauche à travers les arbres, les falaises du rocher école d'Arudy.

1h40 **7** 707441 E - 4775001 N Passer le portail par un petit passage sur la gauche et suivre la route qui part à droite. Au carrefour avec la rue du Touya, prendre à droite pour rejoindre le parking.



Mousses dans le sous bois.



**D** Village d'Arudy  
près du stade du Touya  
et de la Fonderie Messier

**GPS** WGS 84 UTM 30T  
707962 E - 4774847 N

→ 2h

4,7km

345m

**★ À ne pas manquer**

- Le détour par la grotte de Malarode, l'ambiance mystérieuse de la forêt envahie de mousses et de lichens et le plateau du Zoum.

**⚠ Attention**

- Chemin très raide par endroits et très glissant, éviter ce parcours après ou durant les jours de pluie.
- Ne franchissez pas les grilles de protection des grottes.
- Prévoir du répulsif à taons et tiques de juin à août.

**Balilage jaune**

**La préhistoire**

L'histoire de l'homme en Ossau commence dans les grottes d'Arudy. Les premières traces datent d'il y a environ 16000 ans. Ces chasseurs-cueilleurs suivaient les troupeaux d'herbivores pour la chasse. Ils se nourrissaient de viande de bouquetin, de renne, mais aussi d'escargots, de racines et de graminées. Ils fabriquaient des outils en os et en pierre, maîtrisaient la poterie et utilisaient l'ocre rouge comme peinture.



**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](http://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**