



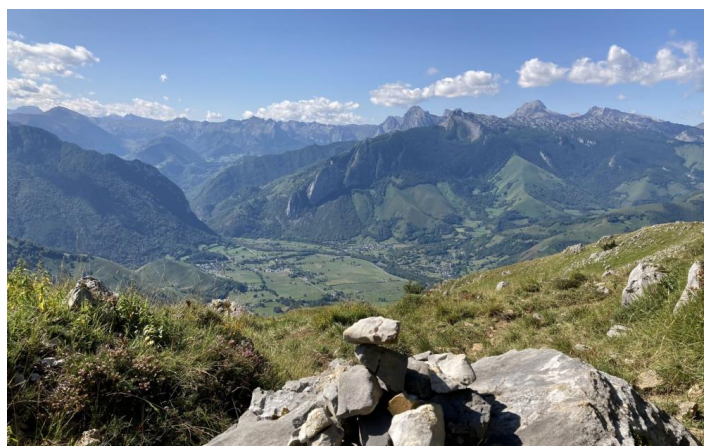
N°18 Trail d'Ourdinse

 **BEDOUS**

TRAIL




Ce parcours d'envergure a de quoi combler les amoureux d'efforts intenses et de nature. De part la distance et la variété du terrain, se lancer sur une telle boucle relève l'engagement. Les paysages sublimes apportent le réconfort tandis que les zones ombragées assurent de la fraîcheur. Cela commence très fort avec la montée au plateau d'Ourdinse et ses 21% de moyenne sur 900 mètres. La deuxième longue montée à mi-parcours est moins raide mais la fatigue se fait déjà ressentir !



 **Départ : BEDOUS**
Arrivée : BEDOUS

 **Distance : 28 km**


 **Dénivelé : 2050 m**

 **Durée : 3h30**

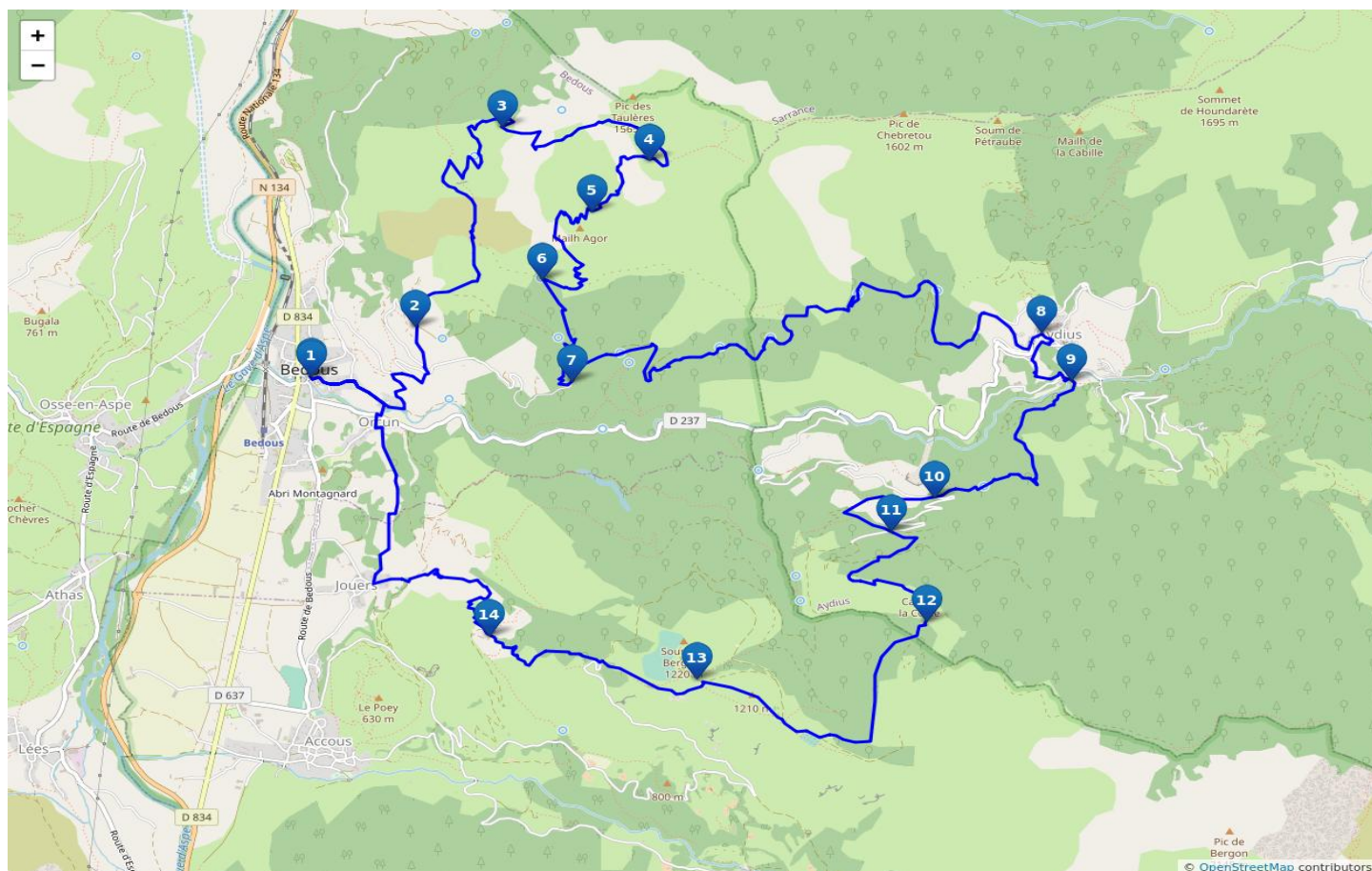
 **Itinéraire : Boucle**

 **Place de l'église**

 **Appel d'urgence : 112**

 **Les montagnes basques et béarnaises sont des espaces pastoraux. Evitez de partir avec votre chien.**

Dans tous les cas, tenez-le en laisse. Merci !



★ Étapes

1. **Table d'orientation.** De la place du village, longer l'église et le fronton. Suivre la piste entre les murets. Au moulin, longer le canal et grimper sur le sentier à gauche. La montée est ardue, à la bifurcation, suivre à droite et continuer sur la route. A l'épingle, prendre le sentier de droite et obliquer à gauche. Retrouver la route et à l'angle du bosquet, monter dans la fougeraie.
2. **Cabane de Castéruch.** Passer la table et suivre la route. A la grange, grimper le sentier à gauche droit dans la pente. Passer la barrière, sortir du bois et profiter de ce replat pour récupérer. Laisser le sentier de droite et continuer la progression. Après deux passages boisés, une suite de lacets aboutit à un bois. A la sortie, aller à droite vers la Cabane de Castéruch.
3. **Cabane d'Ourdinse.** Monter sur la croupe au-dessus de la cabane, et suivre la sente qui s'en éloigne sur le versant Nord. Après le lacet, atteindre une crête rocheuse. Le sentier repart fortement sur le côté Nord et termine par quelques S jusqu'au col. S'engager sur la trace à gauche qui perd de l'altitude. Traverser les anciens cayolars et à l'approche de l'abreuvoir, obliquer à droite pour remonter vers la cabane d'Ourdinse
4. **Au-dessus du Mail Abor.** Monter au-dessus de la cabane sur le sentier herbeux. Passer sous quelques hêtres et obliquer à gauche plein Sud. S'éloigner de la lisière sur une sente qui coupe la pente. Descendre à un petit col, la déclivité s'accroît, continuer jusqu'à une crête bien marquée.
5. **La Fontaine de Larrun.** Continuer sur le sentier face Ouest. Les graviers rendent la progression glissante, d'autant que la pente est bien marquée. Plus bas, le tracé passe de nouveau l'arrête et sous le Mail Abor. Arriver sur un beau sentier et partir à droite vers la Fontaine de Larrun.
6. **La descente sauvage.** Descendre à droite sur le sentier. Il passe dans une chênaie puis retrouve une piste caillouteuse. La suivre à droite, surveiller dans la descente : la bifurcation est au niveau de la clôture barbelée à gauche. Ouvrir le fil et prendre une trace en devers (glissante). Dévaler sur la crête jusqu'à une sente bien marquée sur la gauche au niveau d'un chêne.
7. **Aydius.** Remonter la piste et la quitter 500 mètres plus loin. Suivre le sentier caillouteux et bifurquer à gauche. Sur la piste, continuer la montée, et dans la première épingle, monter par le sentier rocailleux sur l'arête. Le sentier s'aplanit, puis monte et descend dans une hêtraie. Arrivé sur une piste, aller vers la droite et poursuivre jusqu'à la route. Partir à

droite et à la première habitation, suivre le sentier à gauche.

8. **Descente vers le Gabarret.** De la place, descendre la rue entre les tables de pique-nique, un peu plus bas, prendre les marches, au niveau la murette interrompue de droite. Sur la rue, poursuivre à droite et suivre le sentier. Continuer en face sur le chemin et obliquer à gauche sur un très beau sentier après la maison. Plus bas, quitter la sente et traverser le pont après la ferme.

9. **Clutchet Anirepoque.** Suivre la piste jusqu'au rocher surplombant, et s'engager sur le sentier de suite après. Monter sur cette trace ombragée et parfois étroite. Traverser le ruisseau Sarité, puis le ruisseau de Traillère. Ignorer le sentier de droite et progresser pour arriver sur un chemin bitumé.

10. **La jonction Escourau.** Descendre quelques mètres sur la route et suivre le chemin à gauche. Prendre à droite de la haie pour ne pas entrer dans la propriété. Trottiner sur la trace herbeuse et passer la ferme. Prendre la trace à gauche et monter sur le sentier qui oblique à gauche un peu plus haut. Poursuivre jusqu'à la route.

11. **Sous le Pic Lacoste.** Continuer sur le sentier en face et après le lacet, déboucher sur une piste. Avancer sur le plat et monter sur la trace à gauche. Passer la clôture et sortir du bois. Grimper la sente de terre qui suit la lisière. La trace s'oriente plein sud et traverse une fougère. Pénétrer dans le bois.

12. **Le Col de Bergout.** Passer le ruisseau de Sahun et avancer vers la clôture. La franchir et continuer sur la piste terreuse qui descend jusqu'au talweg, puis monter vers la crête. Marcher sur le chemin herbeux en direction de l'abreuvoir. Passer devant le corral et monter sur la butte au-dessus de la cabane. Redescendre jusqu'à la piste.

13. **Franchou.** Plonger à gauche et suivre une sente versant sud. Passer un " Pas " entre la roche et descendre en restant sur la trace le long de l'arête. Au croisement de la piste (Franchou), traverser la barrière canadienne (grille au sol).

15. **Le final un régal.** Suivre cette trace propre et ludique qui plonge en zigzag dans un sous-bois. Une fois sur la piste, aller à gauche et en suivant à droite pour entrer dans Jouers. Aller à droite, passer la dernière maison et suivre le sentier. Couper dans la prairie et suivre le chemin empierré. A Orcun, descendre la rue et bifurquer à droite. Rejoindre le moulin en face et continuer jusqu'à Bedous.

Équipements

- Point d'eau
- Point d'eau

pour bien préparer sa rando
et adopter les bons gestes
en montagne,
rendez-vous sur 

**REUSSIR
64
MA RANDO**

reussirmarando.com