



## ***Sentiers en Navarre***

Canton de Sangüesa,  
Pré-Pyrénéenne et  
Zone Moyenne : Olite

## ***Trails in Navarre***

Sangüesa district,  
Pre-Pyrenees, and  
Central Navarre: Olite





## Des secrets inoubliables

Frontalière et hospitalière, la Zone moyenne est une terre de vignobles et d'oliviers, avec des vallées tranquilles regorgeant de trésors médiévaux.

À **Olite**, le **palais royal** et son charmant quartier historique avec ses maisons seigneuriales robustes, ses arcades gothiques et ses belles églises sont remarquables. Si vous aimez les châteaux, ne manquez pas le **Cerco de Artajona**, une fortification du XI<sup>ème</sup> siècle, et le **sanctuaire-forteresse de Santa María la Real de Ujué**, situé au sommet d'une colline et offrant une vue imprenable sur la région de la Ribera et les Pyrénées.

**Sangüesa** est une ville aux nombreux monuments sur le **Chemin de Compostelle**, qui se distingue par son patrimoine historique et artistique d'origine médiévale. À proximité, vous trouverez le **monastère de Leyre**, avec une crypte du XI<sup>ème</sup> siècle, et le **château de Javier**, demeure de Saint François Xavier, patron de la Navarre. La **Voie Verte d'Irati** traverse la **gorge de Lumbier**, sculptée par la rivière, où vivent de nombreux vautours.

## Des secrets inoubliables

La Zone Moyenne, avec ses montagnes douces et ses champs de céréales, sent **le vin appellation d'origine Navarre**, le pain de blé et **l'huile**. Cette région fait partie de la **Route du Vin de Navarre**.

Elle recèle également d'autres trésors, tels que les champignons, notamment sauvages. Et dans les zones irriguées poussent les **poivrons piquillo**, les **asperges** et les **pochas** (haricots blancs) de **Sangüesa**. Ne manquez pas de goûter le délicieux **gorrín asado** (cochon de lait rôti). N'oubliez pas les **amandes caramélisées** d'Ujué, les **bonbons aux pignons** de Tafalla, la délicieuse **costrada** d'Aoiz et les **alpargatas** de Javier.

Sentiers  
en Navarre



## Unforgettable secrets

A boundary region with a welcoming atmosphere, Central Navarre is a land of vineyards and olive groves, with tranquil valleys brimming with mediaeval treasures.

**Olite** is home to a **Royal palace** and a charming historic centre with robust ancestral homes, Gothic arcades and beautiful churches. If you like castles, don't miss **El Cerco de Artajona**, an 11<sup>th</sup>-century fortification, and the **church-cum-fortress of Santa María la Real de Ujué**, perched atop a hill with breathtaking views over the Ribera region and Pyrenees.

**Sangüesa** is a monumental city on the **Way of St James**, renowned for its mediaeval historical and artistic heritage. Nearby, you'll find the **Monastery of Leyre**, which has an 11<sup>th</sup>-century crypt, and **Javier castle**, the home of Saint Francis Xavier, patron saint of Navarre. The **Irati rail trail** passes through the **Lumbier gorge**, a cleft carved by the Irati river and home to an abundance of vultures.

## Land of transition

Central Navarre, with its rolling hills and cereal fields, smells of **Navarra Designation of Origin wine**, wheat bread and **olive oil**. This area's on the **Navarra wine route**.

Another of its hidden treasures is its wild mushrooms. And in the irrigated fields grow **piquillo peppers**, **asparagus** and **Sangüesa pochas beans**. A must-try is the delicious **roast suckling pig**. Don't miss out on **almendras garrapiñadas** (candied almonds) in Ujué, **pine nut sweets** in Tafalla, delicious **costrada cake** in Aoiz and **alpargata** pastries in Javier.

Trails in  
Navarre





## 1 Balgorra

Tafalla

● 10,24 km

Ce sentier traverse la **vallée de Balgorra** entre vignobles, oliviers et champs de blé, où les éoliennes du **parc de Peña Blanca** se mêlent aux fleurs aromatiques.

This trail crosses the **Balgorra valley** through vineyards, olive groves and wheat fields, where wind turbines in the **Peña Blanca wind farm** stand amidst flowers.



## 2 Dolmens d'Artajona Dolmens

Artajona

● 1,7 km

Il s'agit d'une promenade très courte, adaptée aux familles, qui remonte à la **préhistoire en visitant deux dolmens de type « couloir »**, formés d'imposantes pierres.

This is a very short walk, suitable for families, that takes you back to **prehistory with a visit to two "corridor" dolmens**, formed by imposing stones.



## 3 Iturrixikin

Iratxeta

● 9,5 km

Ce curieux sentier s'enfonce dans le **pay-sage unique de la Valdorba**, passant par cinq sites remarquables pour leur valeur naturelle et leur riche patrimoine rural.

This unique trail heads into the **distinctive landscape of Valdorba**, visiting five places renowned for their natural beauty and rich rural heritage.



## 4 Les forts de Gares/The forts of Gares

Puente la Reina/Gares

● 8,51 km

Puente La Reina conserve des fortifications telles que le **fort de Santa Isabel**, que ce sentier traverse. Il se termine au **pont roman du Chemin de Compostelle**.

Puente La Reina preserves fortifications such as **Santa Isabel fort**, which this trail passes. It ends at the **Romanesque bridge on the Way of St James**.



## 5 Promenade fluviale de l'Aragón Riverside walk

Carcastillo

● → 12,34 km

A la croisée de **Carcastillo et Santacara**, le long de la rivière Aragón et du canal de Caparroso. Elle traverse des bosquets, classés **espaces naturels**, et des coteaux proches du désert des **Bardenas Reales**.

Connecting **Carcastillo and Santacara**, this route follows the Aragón river and Caparroso canal. It traverses riverside woodlands, declared **Natural areas**, and hillsides near the **Bardenas Reales natural park**.



## 6 Ermitage San Román-Rivière Irati/Chapel San Román-Irati river

Aoiz/Agoitz

● → 7 km

Promenade le long des **rives de la rivière Irati**, qui mène à l'**ermitage de San Román**, lieu où fut signé en 1479 le traité de paix entre les Beaumontais et les Agramontais.

This walk along the **Irati river leads to the Chapel of San Román**, the site where the peace treaty between Beaumont and Agramont was signed in 1479.



## 7 Gorge de Lumbier Gorge

Lumbier

● 6,02 km

La **Gorge de Lumbier**, **réserve naturelle protégée**, avec ses falaises calcaires et sa grande diversité d'oiseaux et de vautours fauves. Sentier avec vue sur le Massif de Leyre et qui passe par l'**ancien tracé du chemin de fer d'Irati**.

The **Lumbier gorge**, a **Protected natural reserve**, features limestone cliffs and a great diversity of birds, including griffon vultures. This trail offers views of the Sierra de Leyre mountain range and follows the **old Irati railway line**.



## 8 Sources de l'Aurita-Lifuentes Springs

Cáseda

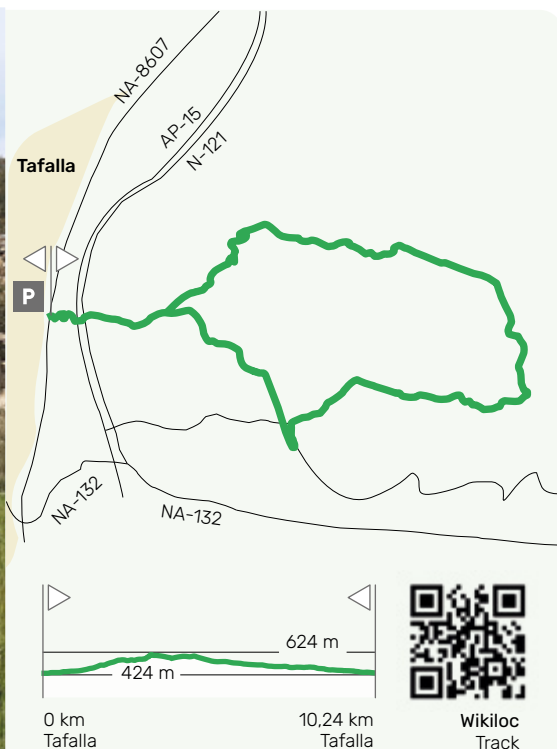
● > 7,14 km

Sentier menant aux sources qui alimentent Cáseda, entre **vignes, oliviers, amandiers et zones escarpées** à la végétation dense.





This trail takes you to the springs that supply Cáseda with water, winding through **vineyards, olive groves, almond trees and ravines** with dense vegetation.



# 1 Balgorra



## Tafalla

  10,24 km  3:30 h  221 m

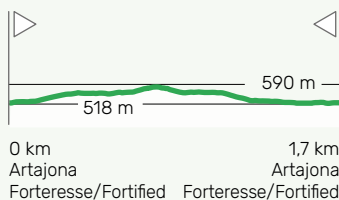
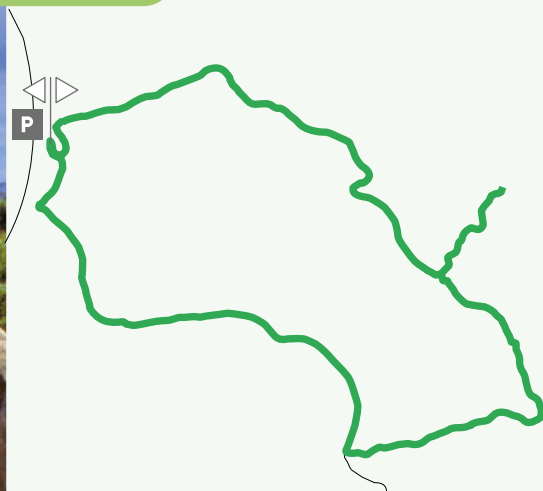
Il commence à Tafalla, près du pont de la Panueva et du rond-point de la NA-8607, sur un parking avec panneau d'information. Après être passé sous la voie ferrée et l'autoroute, il y a une bifurcation : le chemin du retour à droite, et à gauche vers **la chaîne de montagnes Peña Blanca**, avec éoliennes, en passant près de **ruchers et de la cabane de Gurrutxo**.

Depuis l'éolienne A.7, on atteint Valdelobos, avec de belles vues. On trouve ensuite la **source de Pozuelo** (eau non traitée) et, plus loin, par un chemin bordé de chênes verts, une cabane de berger. Le chemin continue vers le Portillo del Aire et le Canal de Navarre. Au milieu des champs labourés se trouve le **réservoir en pierre de la Fuente del Rey**. Au milieu des potagers, retour à Tafalla. Attention : zone de chasse au sanglier (août-février).

The route begins in Tafalla, next to Panueva bridge and the NA-8607 roundabout, in a parking area with an information panel. After passing under the railway and motorway, the path splits: right for the way back, left to **Peña Blanca ridge**, with wind turbines, **beehives and Gurrutxo's cabin**.

From turbine A.7, you go to Alto de Valdelobos, with beautiful views. Next is the **Pozuelo spring** (untreated water) and, along a path lined with kermes oak trees, a shepherd's hut. The route continues towards the heights of Portillo del Aire and the Navarre canal. Among fields stands the **stone reservoir of Fuente del Rey**. Passing through allotments, take the path back to Tafalla. Be careful: wild boar hunting area (August-February).

## 2 Dolmens d'Artajona Dolmens



Wikiloc  
Track

### Artajona

1,7 km 1:00 h 67 m

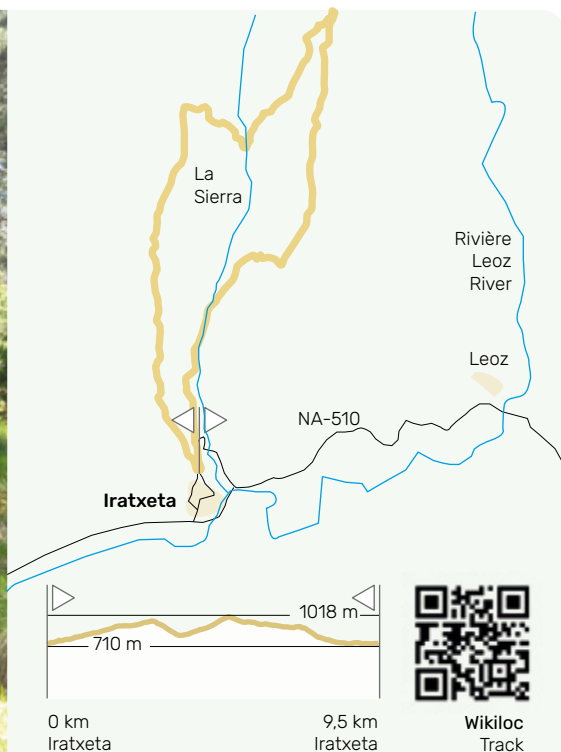
Le parcours dès le parking, avec un panneau d'information, situé à environ 4 km en voiture du cimetière. À proximité se trouve le **dolmen « Portillo de Enériz »**, l'un des monuments préhistoriques les mieux conservés de Navarre, avec de grandes dalles de pierre et un tumulus de près de trois mètres, ainsi qu'une **belle vue sur Artajona**.

En continuant sur le sentier, on arrive au **dolmen « Mina de Farangortea »**, à 850 mètres derrière une pinède, où le contraste entre cet ancien vestige funéraire et les éoliennes modernes du massif est **surprenant et évocateur**.





The route begins in the parking area, where there's an information panel, which is about 4 km by car from the cemetery. Nearby is the **Portillo de Enériz dolmen**, one of the best-preserved prehistoric monuments in Navarre, with large stone slabs and a tumulus almost three metres high. **There are also beautiful views of Artajona**.

Continuing along the path, you reach the **Mina de Farangortea dolmen**, 850 metres beyond a pine wood, where the contrast between this ancient burial site and the modern wind turbines on the tops of the mountains is **striking and evocative**.

### 3 Iturrixikin



#### Iratxeta

  9,5 km  3:00 h  450 m

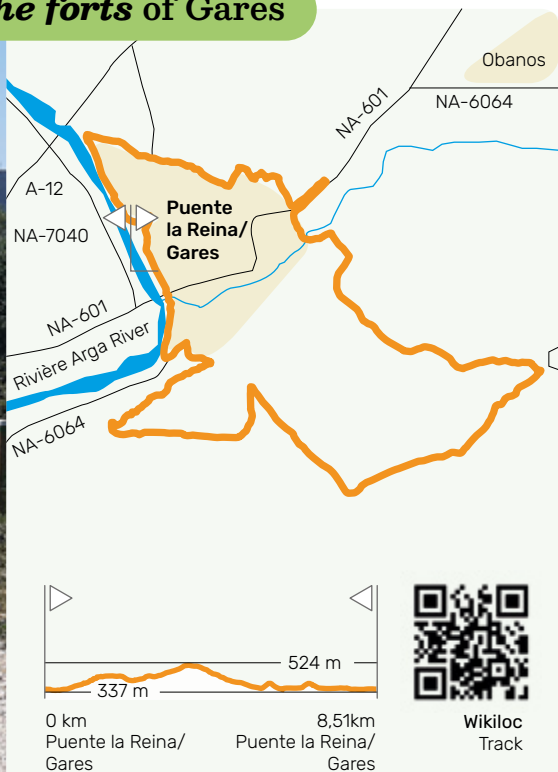
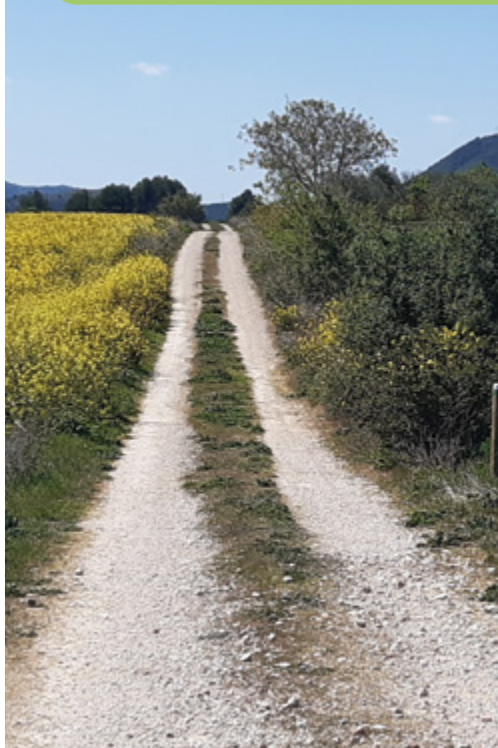
Le parcours, qui commence à Iratxeta, monte en transitant par les **paysages variés de la Valdorba** : bocage (petites parcelles agricoles irrégulières), chênaies, pinèdes et pâturages de montagne.

Tout au long du parcours, **cinq points d'intérêt** sont **signalés** : la **borda (maison traditionnelle agricole) de las Vacas**, où l'on peut découvrir les anciens métiers et les anciennes utilisations du territoire ; le **col d'Iturrixikin**, avec une **vue panoramique spectaculaire** sur la vallée ; la **source de la Teja** (eau non traitée), un lieu de repos et de contemplation de l'art inspiré par la nature ; la **borda de Mariano**, un exemple presque unique d'architecture populaire ; et le **col d'Irumuga** (1 010 m), un belvédère sur la vallée qui vous fera vivre des émotions uniques.





The route, which begins in Iratxeta, ascends, showcasing the **diverse landscapes of Valdorba**: bocage (small, irregularly shaped agricultural plots), Portuguese oak trees, pine trees and mountain pastures.

Along the trail, there are **five marked points of interest**: **Borda de las Vacas** (Cow shed), where you can learn about traditional farming and land use; **Alto de Iturrixikin**, offering a **spectacular panoramic view** of the valley; **Fuente de la Teja**, the water from which is untreated, a place to rest and contemplate nature-inspired art; **Borda de Mariano** (livestock shed), a unique example of vernacular architecture; and **Alto de Irumuga** (1,010 m), a viewpoint over the valley with a panorama with a lasting impression.

## 4 Les forts de Gares/The forts of Gares



### Puente la Reina/Gares

  8,51 km  3:00 h  277 m

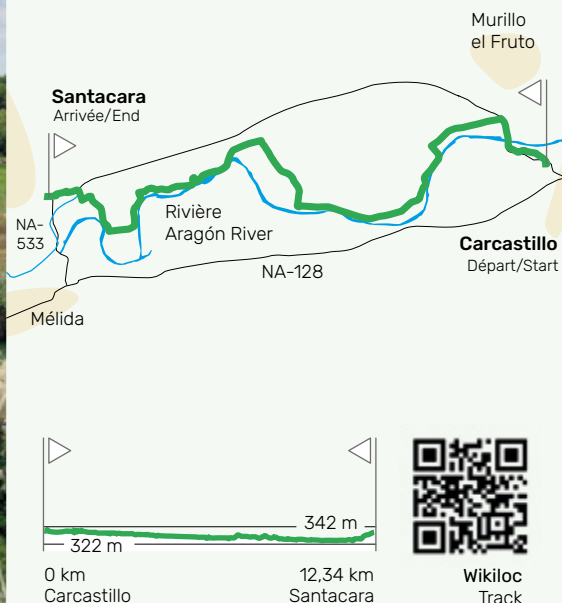
Le sentier commence près du **pont roman du Chemin de Compostelle**, au-dessus de la rivière Arga, où se trouve un panneau d'information. Continuez par la rue San Pedro jusqu'au croisement avec la NA-1110, puis longez pour traverser la NA-6064.

Montez vers la montagne jusqu'à atteindre le **fort de San Gregorio** (zone de chasse au sanglier d'août à février et zone d'entraînement des chiens), le **col de Nekeas** et le **fort de Santa Isabel**. Descendez ensuite vers le **col d'Arnotegi**, en face de la chapelle colorée, et passez par le cimetière local, contournez la **colline du Reducto**. Le retour s'effectue par le **Chemin de Compostelle**, à côté de l'**église du Crucifijo**. Traversez la NA-1110, montez jusqu'au **fort de Zabaltzagain** et rejoignez la rivière Arga. En longeant ses berges, vous revenez au point de départ.

The route begins next to the **Romanesque bridge** over the Arga river, where there's an information panel. Continue along Calle San Pedro until you cross the NA-1110 and follow the riverbank past the NA-6064.

The trail climbs up the hillside until you reach **San Gregorio fort** (a wild boar hunting area from August to February and also a dog training area), **Portillo de Nekeas** and **Santa Isabel fort**. Then it descends to the **Arnotegi saddle**, opposite a striking chapel, and passes by the local cemetery, circling **Reducto hill**. The way back follows the **Way of St James**, passing by the **Church of El Crucifijo**. Cross the NA-1110, climb up to **Zabaltzagain fort** and then on to the Argá river. You get back to the starting point along its banks.

## 5 Promenade fluviale de l'**Aragón** Riverside walk



### Carcastillo

→ 12,34 km ⌚ 3:00 h ⚓ 10 m

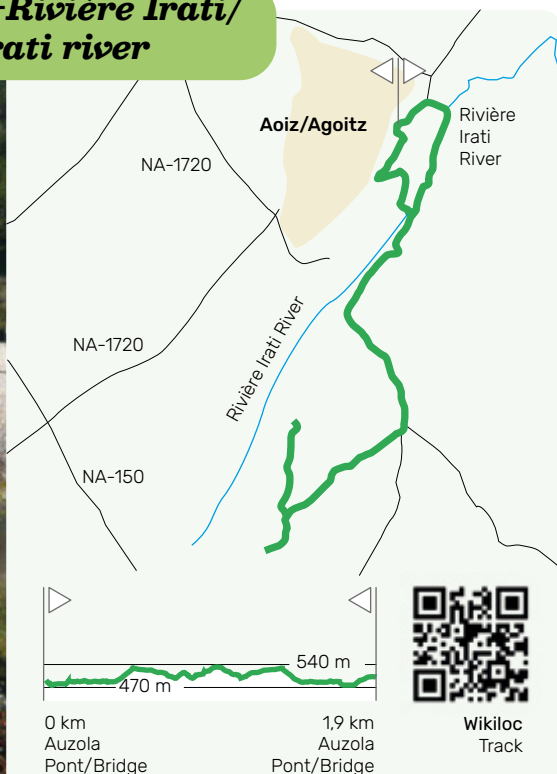
Le parcours commence à Carcastillo, entre les vergers, en traversant le pont sur la rivière Aragón et un tronçon de route sans passage piéton jusqu'au croisement de Murillo. Il se poursuit par un chemin agricole plat entre bosquets et champs, jusqu'au **croisement d'El Rinconar**, où la rivière se niche contre le versant. Après avoir traversé deux ponts en béton, on arrive **au barrage du canal de Caparroso**. Plus loin, on traverse le pont sur le canal à côté d'une centrale électrique jusqu'au croisement de Santacara, pour finir sur la place et le terrain de jeux du village.

Marchez prudemment dans les passages étroits près de la route ; le sentier traverse des zones de chasse au gros et au petit gibier en saison.

The route begins in Carcastillo, passing through allotments, crossing the bridge over the Aragón river and along a section of road not designed for pedestrians to the Murillo crossroads. It continues along a flat farm track through copses and fields, reaching the **Rinconar crossroads**, where the river's confined against the hillside. After crossing two concrete bridges, the route reaches the **Caparroso canal dam**. Further on, it crosses the bridge over the canal next to a hydroelectric power station to reach the Santacara crossroads, ending in the village square and children's playground.

Walk carefully in narrow sections near the road. The trail crosses areas used for big and small game hunting during the season.

## 6 Ermitage *San Román-Rivière Irati*/ Chapel *San Román-Irati river*



### Aoiz/Agoitz

→ 7 km ⌚ 2:45 h ↙ 187 m

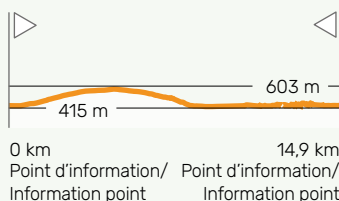
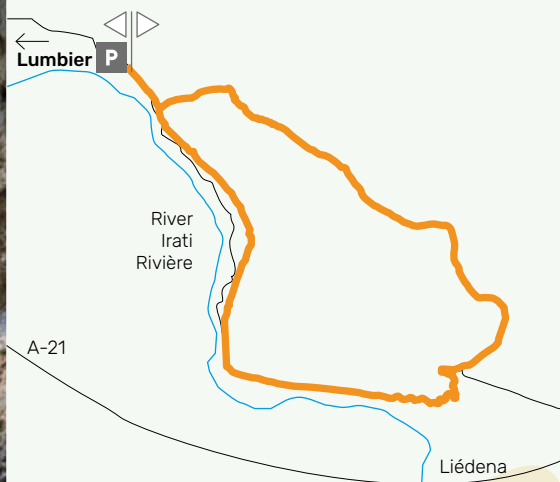
Le parcours commence près du **pont médiéval d'Auzola**, l'un des plus beaux de Navarre. De là, on atteint l'**ermitage de San Román**, simple mais d'une grande valeur historique. Le chemin s'enfonce dans une forêt de pins jusqu'à la **glacière d'Aoiz**, un puits où s'accumulait la neige hivernale des montagnes voisines, la compactant en glace pour conserver les aliments.

Le sentier continue jusqu'au belvédère surplombant la rivière Irati, d'où l'on peut observer l'**ancienne scierie d'Ekai**, un ensemble de bâtiments industriels datant du début du XX<sup>ème</sup> siècle. Pour revenir, 400 m avant d'arriver au pont médiéval, traversez la passerelle sur la rivière et vous arriverez au moulin qui, en plus de moudre, fournissait l'électricité au village.

The route begins next to the **mediaeval Auzola bridge**, one of the most beautiful in Navarre. From there, you reach the **Chapel of San Román**, rudimentary yet of great historical value. The path leads into a pine forest to the **Aoiz ice house**, a pit where winter snow from the nearby mountains was collected and compacted into ice to preserve food.





The trail continues to a viewpoint overlooking the Irati river from which you can see the **old Ekai sawmill**, a complex of industrial buildings from the early 20<sup>th</sup> century. To return, 400 metres before reaching the mediaeval bridge, cross the footbridge over the river to the mill, which, in addition to grinding grain, used to provide the village with electricity.

## 7 Gorge de *Lumbier* Gorge



Wikiloc  
Track

### Lumbier

  6,02 km  2:15 h  235 m

Le parcours commence à 1,5 km de Lumbier, au point d'accueil et d'information, avec un parking payant. Le panneau de départ se trouve dans la zone de pique-nique d'où l'on monte à gauche entre les cènes verts et les broussailles jusqu'à la partie haute avec vue sur la **Sierra de Leyre**. On descend jusqu'à la piste d'une carrière et, par un chemin étroit avec de **belles vues sur la rivière Irati**, on arrive à un tronçon plat de l'ancien tracé du chemin de fer, aujourd'hui **Voie Verte d'Irati**.

Continuez jusqu'au tunnel de l'entrée sud de la gorge (il n'est pas recommandé de visiter le Pont du Diable pour des raisons de sécurité). En suivant la rive de la rivière, vous trouverez le deuxième tunnel, qui vous ramènera au point de départ. En dehors de la zone protégée, des battues de chasse au sanglier ont lieu (août-février).



The route begins 1.5 km from Lumbier in the Visitor and information area, which has paid parking. The starting point's an informative panel in the picnic area. From there, climb to the left through kermes oak thickets and scrubland to the upper section with views of **Sierra de Leyre**. The trail descends to a quarry track and follows a narrow path with **beautiful views of the Irati river**, leading to a flat section of the old railway line, now the **Irati rail trail**.

Carry on until you reach a tunnel at the southern entrance to the gorge (visiting the Devil's Bridge is not recommended for safety reasons). Following the riverbank, you come to a second tunnel, which leads you back to the starting point. Outside the protected area, wild boar hunts take place between August and February.

## 8 Sources de l'*Aurita-Lifuentes* Springs



### Cáseda

  7,14 km  3:00 h  236 m

Le parcours commence à côté du poste de la Guardia Civil, où se trouvent un petit parking et un panneau d'information. Un chemin bétonné mène à l'**ermitage du Calvario**, où se trouve un panneau d'information sur l'**aigle de Bonelli**. Continuez entre les amandiers jusqu'à une bifurcation qui sépare les accès aux deux sources, signalée par une table panoramique.

Pour visiter **Lifuentes**, descendez par un chemin agricole, puis empruntez un sentier étroit et quelque peu imprécis. De retour au croisement, prenez la bifurcation qui passe à côté du **cucurucho d'Ibarra** jusqu'à la **source de L'Aurita**, dans une zone escarpée. Le retour à Cáseda s'effectue par le même chemin. Les sources, situées dans des zones escarpées, peuvent être à sec ; d'août à février, il y a des battues de sangliers.

The route begins next to the Civil Guard barracks, where there's a small parking area and information panel. A paved path leads to the **Chapel of El Calvario**, where there's an information panel about **Bonelli's eagle**. The trail continues through almond groves to an illustrated panoramic panel where there's a fork in the path, each way leading to one of the springs.

To visit **Lifuentes**, go down a farm track and then follow a narrow, somewhat indistinct path. Returning to the crossroads, take the path that passes by the **Ibarra tower** to the **Aurita spring**, located in a ravine. The way back to Cáseda follows the same route. Springs in ravine areas may be dry; wild boar hunts are common from August to February.

## Office de tourisme/Tourist office

### Sangüesa/Zangoza

Calle Mayor 2  
(+34) 948 871 411  
oit.sanguesa@navarra.es

### Olite/Erriberri

Plaza de Teobaldos 4  
(+34) 848 423 222  
oit.olite@navarra.es

### Urgences/Emergencias

112

# VisitNavarra.es

