



30 sentiers incontournables à travers la Navarre

Gobierno
de Navarra



Nafarroako
Gobernua



2030



Royaume de
Navarre



GR - Grandes Randonnées GR



Sentiers



Localités



Sentiers accessibles



Chemin Ignatien



Quatre-voies et autoroutes



Routes nationales



Chemin de Saint-Jacques



Voies vertes

LES PYRÉNÉES

	LOCALITÉ	DIFF.	DISTANCE	PAGE
1	Route du pottok bleu	Zugarramurdi	● 11,8 km.	page 08
2	Cascade de Xorroxin	Erratzu	● 6,9 km.	page 10
3	Iturburu	Oieregi	● 6 km.	page 12
4	Source de la rivière Larraun	Iribas	● 5 km.	page 14
5	Le balcon des vautours	Irurtzun	● 4,9 km.	page 16
6	Chênes monumentaux	Jauntsarats	● 1,8 km.	page 18
7	Lacs de barrage de Leurtza	Urrotz	● 9,7 km.	page 20
8	Sentier d'Orgi	Lizaso	● 8,6 km.	page 22
9	Forêt de Basajaunberro	Orreaga / Roncesvalles	● 3,9 km.	page 24
10	Les Paradis-Erlan	Orbaizeta	● 4,6 km.	page 26
11	Errekaidorra	Ochagavía / Otsagabia	● 9,6 km.	page 28
12	Route de Gartxot	Izalzu / Izaltzu	● 11,3 km.	page 30
13	Ascension à l'Orhy	Ochagavía / Otsagabia	● 4,8 km.	page 32
14	Chemin de Zemeto	Isaba / Izaba	● 4,5 km.	page 34
15	Dronda-Mata de Haya	Isaba / Izaba	● 5,3 km.	page 36
16	Artikomendia	Isaba / Izaba	● 5,6 km.	page 38
17	Route des Dolmens	Etxarri-Aranatz	● 14,9 km.	page 40
18	Itinéraire des Montagnards	P.N. Urbasa-Andia	● 7,6 km.	page 42
23	Rivière Iraty-ermitage St. Romain	Aoiz / Agoitz	● 7 km.	page 52

LE BASSIN DE PAMPELUNE

22	Promenade fluviale de l'Arga	Pamplona / Iruña	● 35,2 km.	page 50
----	------------------------------	------------------	-----------------	---------

LA ZONE MOYENNE

19	Source de l'Urederra	Baquedano	● 6,2 km.	page 44
20	Canyon de la rivière Irantz	Abárzuza / Abartzuza	● 4,4 km.	page 46
21	Canyon de la rivière Ubagua	Riezu	● 11,4 km.	page 48
24	Basilique de Saint-Jacques de Lokiz	Ollobarren	● 7,4 km.	page 54
25	Dolmens d'Artajona	Artajona	● 1,6 km.	page 56
26	Iturririkin	Iracheta	● 10,2 km.	page 58
27	Promenade du Pape-Peña del Adiós	Javier	● 13 km.	page 60

LA RIBERA

28	Ravin de las Cortinas	P.N. Bardenas Reales	● 1 km.	page 62
29	Le Moine	P.N. Bardenas Reales	● 5,8 km.	page 64
30	Circuit de las Roscas	Fitero	● 8,2 km.	page 66
	Sentiers Accessibles			page 68

Pictogrammes

Distance		Aller-retour		Familial		Printemps	
Dénivelé		Circulaire		Grand public		Été	
Temps				Expérimenté		Automne	
Difficulté basse				Sentier accessible		Hiver	
Difficulté moyenne							

Observation d'oiseaux		Circuit fluvial		Mégalithisme		Apte pour les vélos	
Belvédère panoramique		Forêt		Mycologique		Apte pour les chevaux	
Intérêt culturel et ethnographique		Interprétatif		Intérêt géologique		Lieux d'intérêt	
Cascade naturelle		Habitat singulier naturel				Gastronomie	

Aire de pique-nique		Bar		Point d'information		Observations	
Parking		Toilettes publiques		Fontaine			

Départ du circuit		Zone de ski de fond		Ermitage		Chemin de Saint-Jacques	
Arrivée du circuit		Château		Grotte		Pont	
Refuge							

Ascension à l'Orhy à
partir du col de Larrau.



30 sentiers incontournables pour découvrir la Navarre

La Navarre vous propose de découvrir un territoire où diversité naturelle et riche patrimoine culturel se donnent la main, le tout empreint d'une histoire passionnante. Pour vous permettre d'en profiter, la Navarre met à votre disposition plus de 1.250 kilomètres de chemins, de sentiers, de **Voies Vertes** et de Sentiers de **Grande Randonnée** qui traversent le territoire du nord au sud et d'est en ouest.

Le **Chemin de Saint-Jacques** est l'un des plus grands attraits de ce guide de randonnée, qui, avec le **Chemin Ignatien**, qui passe à l'ouest et au sud de la Navarre, vous permet de découvrir le riche patrimoine artistique et culturel de la Communauté Forale.

Nous vous présentons ici **30 circuits singuliers**, classés en trois catégories – familial, grand public et expérimentés – en fonction de leur difficulté, qui enserrent une grande variété de trésors naturels : forêts, cascades, promenades fluviales, ermitages, cimes, observatoires d'oiseaux, formations géologiques, mythologie, dolmens...

Chaussez vos bottes, choisissez votre circuit et allez au devant de paysages magiques, de gens authentiques, d'une riche gastronomie et revenez le sac replet d'expériences inouïes.

En fait, pour les amateurs de marche, la Navarre est un vrai paradis, un lieu à ne pas manquer, quitte à s'y perdre.



Sentier Chemin de Zemeto

A wooden signpost stands in a mountainous landscape. The signpost has two horizontal wooden planks. The top plank is partially visible and has some text that is mostly obscured. The bottom plank is clearly visible and has the text "R.IS-22 Larrería-Z" and "(Larrería)" written on it in black. The signpost is made of light-colored wood and has a vertical post. The background features a steep, rocky cliff face with some green vegetation. The foreground is a grassy area with scattered rocks.

R.IS-22 Larrería-Z
(Larrería)



Route du pottok bleu



11,8 km



307 m



3 h



ZUGARRAMURDI. Les Pyrénées

30 T 617893 4791721

DÉPART: Grotte de Zugarramurdi

Ce sentier bucolique, qui serpente entre prairies, forêts et fermes, fait partie d'un circuit en boucle d'environ 35 km dans la région transfrontalière de Xareta: Urdazubi / Urdax, Zugarramurdi, Sare et Ainhoa. En guise de balisage, un petit cheval bleu est peint sur les pierres.

La Route du pottok bleu (Pottokaren bidea, en basque), également dénommée « la route des contrebandiers », relie les places des quatre villages et leurs trois grottes, ce qui en fait un lieu de grand intérêt. Étant donné que la totalité du circuit a une durée de plus de douze heures, nous proposons ce tronçon d'environ 12 km, avec un faible dénivelé et apte pour un public familial,

qui relie la Grotte des Sorcières de Zugarramurdi à la localité d'Urdazubi/Urdax. Après avoir quitté la grotte où se tenaient les célèbres sabbats au Moyen Âge, nous parvenons, entre pâturages et bétail, à une zone où quelques fermes égaient les alentours de l'ermitage de Saint Étienne (dans le quartier d'Alkerdi, commune d'Urdazubi / Urdax). Le sentier traverse également la masse de roches karstiques de Berroberria, ainsi qu'une forêt de châtaigniers et de chênes qui nous conduira, aisément, à destination.



Grotte et Musée des Sorcières de Zugarramurdi; moulin, monastère et grottes d'Urdazubi / Urdax (Ikaburu)



Liqueur de mandragore





0 500 1.000 1.500 2.000 m

Échelle 1:27.000

WEB CIRCUIT

TÉLÉCHARGEZ
TRACK GPS

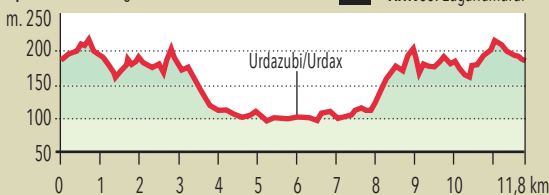


LE PROFIL

Départ: Grotte de Zugarramurdi



Arrivée: Zugarramurdi



 Sentier balisé avec des traces de pottok bleu

SERVICES





Cascade de Xorroxin

6,9 km



145 m



2 h



ERRATZU. Les Pyrénées

📍 30 T 625279 4782169

DÉPART: Erratzu

Ce circuit se trouve parmi les plus évocateurs et attrayants de Baztan. Une promenade pleine de charme, au milieu de hêtres et de chênes, où l'esprit de créatures mythologiques ancestrales flotte toujours.

La charmante cascade de Xorroxin se niche au fond d'une belle forêt de hêtres et de châtaigniers. Il s'agit d'une agréable promenade en raison de la variété de paysages qu'elle nous offre. À Erratzu, on laisse le véhicule dans le parking de la rue Ubidea, proche des hangars de la scierie. Du parking, on rebrousse chemin et on traverse la route NA-2600 au niveau d'un lotissement de maisons. Le circuit déambule dans les rues du sud, en évitant la circulation de la route, avant de se frayer un passage au milieu des potagers et d'atteindre un magnifique pont en pierre qui enjambe l'Aranea. Il se peut qu'une lamia nous attende au détour d'un méandre de la rivière. Le sentier continue en parallèle avec Iñarbegiko Erreka (rigole Iñarbegiko) et avec la route qui va vers les quartiers

Gorostapolo et Iñarbil, pour franchir deux petits ponts et arriver au croisement signalisé (poteaux). Les chemins se rejoignent et nous suivons les panneaux indiquant le vieux Sentier Local qui nous conduit à un nouveau pont. Nous pénétrons dans une hêtraie-châtaignier en longeant la rigole Iñarbegi. Un sentier à gauche nous évitera de la franchir à gué, en dépassant une première cascade avant d'en découvrir une deuxième, encore plus surprenante, celle de Xorroxin. Le murmure de l'eau, sur un lit de mousse, de lichens et de fougères sera, sans nul doute, le meilleur moment de la journée. De la cascade de Xorroxin, nous descendons jusqu'au croisement qui nous mène à la côte de l'ermitage Gorostapolo. C'est en traversant ce quartier caractéristique de la région (Baztan), aux ruelles pavées et aux maisons rougeâtres, que nous arrivons à notre point de départ.



Musée Santxotena, Amaiur / Maya, Zugarramurdi



Pâté, cidre





WEB CIRCUIT

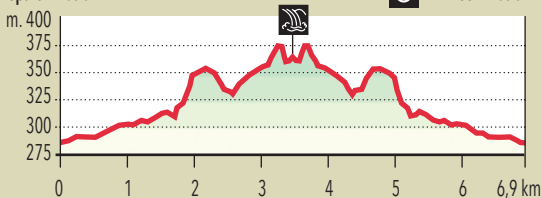
TÉLÉCHARGEZ
TRACK GPS



LE PROFIL

Départ: Erratzu

Arrivée: Erratzu



Sentier balisé
en blanc et vert

SERVICES



Ne pas se garer sur la voie
vers Gorostapolo





Iturburua



OIEREGI. Les Pyrénées

30 T 612788 4777143

DÉPART: Parc Naturel de Bertiz

Sentier en boucle très simple, idéal pour écouter battre le cœur de la forêt et découvrir la faune du Parc Naturel de Bertiz.

Ce circuit, fortement recommandé pour les enfants en raison de son caractère interprétatif, démarre à la piste principale du parc, au niveau de la loge charbonnière. Au départ, il traverse une zone couverte de chênes d'Amérique. Après avoir surmonté le seul raidillon du circuit, nous entrons dans la forêt de hêtraies, un type de végétation qui pousse rarement à de si basses altitudes.

Le sentier parvient à une petite source qui à certaines époques de l'année est à sec. Après

avoir descendu le versant et traversé la rigole, une piste, aisément praticable, nous ramène vers le point de départ de la promenade. Çà et là sur le chemin, des vestiges de certains usages traditionnels de la forêt nous renseignent sur le passé (charbonnier, pastoralisme, constructions pour conserver les châtaignes...) avec les panneaux interprétatifs correspondants. Bertiz est l'un des rares endroits où l'on peut trouver les sept espèces différentes de piverts habitant dans la péninsule ibérique.

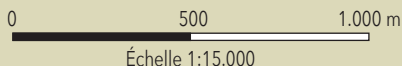


Infermuko Errota (Lekaroz), Jardin Botanique de Bertiz et belvédère de Baztan (Ziga)



Chasse





WEB CIRCUIT

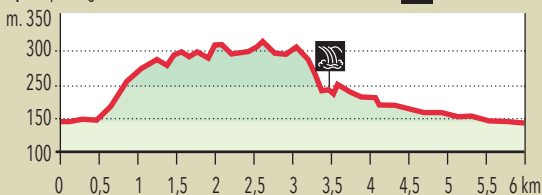
TÉLÉCHARGEZ
TRACK GPS



LE PROFIL

Départ: parking Parc Naturel de Bertiz

Arrivée: Bertiz



■ Sentier balisé
avec son nom

SERVICES





Source de la rivière Larraun



5 km



100 m



1 h 30'



IRIBAS. Les Pyrénées

📍 30 T 589392 4760209

DÉPART: Parking d'Iribas. NA-7504 depuis Lekunberri

Promenade sans difficulté pour découvrir les sources d'Iribas, où des coins délicieux nous attendent, dans la fraîcheur de la rivière et de la végétation. L'infiltration de l'eau dans le sol calcaire de la Sierra d'Aralar est à l'origine de ce résultat absolument féérique.

Ce sentier en boucle nous permet de visiter deux sources: Aitzarreta, qui donne naissance à la rivière Ertzilla, et Basakaitz, lieu où prend sa source la rivière Larraun. Du parking, à l'entrée du village d'Iribas, il faut partir vers l'église et suivre plusieurs pistes pour dépasser la bergerie d'Arotzenea et arriver à la première remontée des eaux, Aitzarreta (image ci-dessous) dans la partie basse de laquelle

jaillissent la cascade et la rivière Ertzilla.

Nous revenons sur nos pas, en nous déviant par les champs d'Aiztondo, en bordure de la rivière Ertzilla qui, semblable au fleuve Guadiana, disparaît, alors qu'elle a à peine parcouru un kilomètre. Après une courte montée, nous atteignons une piste qui conduit au gouffre de Lezegalde, et de là nous continuons, sur le lit asséché qui parcourt la vallée d'Uhantxoko, jusqu'à Basakaitz, la source de la rivière Larraun. Il ne reste alors qu'un dernier raidillon pour arriver à Iribas.

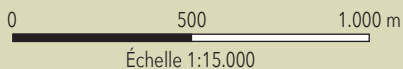


Grotte de Mendukilo (Astiz), Sanctuaire de Saint Michel d'Aralar et Lekunberri



Cidre, fromage





WEB CIRCUIT

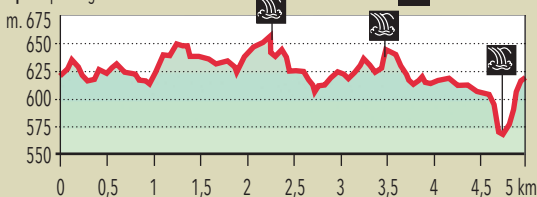
TÉLÉCHARGEZ
TRACK GPS



LE PROFIL

Départ: parking Iribas

Arrivée: Iribas



Sentier balisé
en blanc et vert

SERVICES





Le Balcon des Vautours



4,9 km



325 m



1 h 45'



IRURTZUN. Les Pyrénées

30 T 595881 4752651

DÉPART: cimetière, partie haute d'Irurtzun

Sentier plein de charme évoquant l'ancien tracé du train Plazaola qui reliait Pampelune à Donostia/Saint-Sébastien et qui permettait, au point le plus élevé du trajet, d'admirer le vol des vautours fauves dans les montagnes des Dos Hermanas.

Ce circuit en boucle, à mi-chemin entre le bassin de Pampelune et la montagne, traverse les versants des rochers de Dos Hermanas, un paysage somptueux surgi de l'inlassable érosion de la rivière Larraun. L'excursion démarre à Irurtzun, à proximité du cimetière, où nous trouvons un panneau informatif.

Nous dépassons une déviation qui conduit à l'ermitage de la Trinité d'Erga, et nous suivons

les indications vers la gauche, à travers un sentier qui traverse une chênaie, jusqu'au sommet d'Allegain, un belvédère qui nous offre une très belle vue panoramique d'Irurtzun. Nous reprenons le chemin principal et, du Balcon des Vautours, nous contemplons tout le corridor de Sakana, animé par le vol de ces oiseaux imposants. Sur le sentier, la descente ondule dans la forêt d'Orazulo, jusqu'au pied même de la montagne Dos Hermanas. Nous revenons sur le tracé de l'ancien train, franchissons l'un de ses tunnels et revenons à Irurtzun.

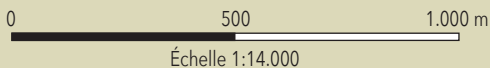


Ermitage d'Itsasperi, Monastère de Zamartze et Sanctuaire de Saint-Michel d'Aralar.



Fromage et chistorra





WEB CIRCUIT

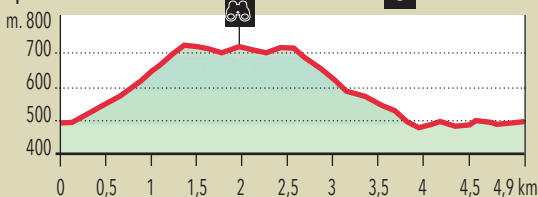
TÉLÉCHARGEZ
TRACK GPS



LE PROFIL

Départ: cimetière

Arrivée: Irurtzun



 Sentier balisé
en blanc et vert

SERVICES





Chênes monumentaux



1,8 km



25 m



1 h



JAUNTSARATS. Les Pyrénées

30 T 597868 4761650

DÉPART: Écoles Municipales parking, NA-4351

Ce sentier dans la forêt, idéal pour le parcourir avec des enfants, nous invite à admirer deux vieux exemplaires de chêne pédonculé qui, en raison de leur intérêt et de leur rareté, ont été déclarés «Arbres Monumentaux de Navarre».

Nous commençons le circuit au niveau de l'école de Jauntsarats, à la sortie de la localité en direction de la vallée de l'Ultzama. Juste à côté du panneau informatif, on peut voir la déviation vers le premier chêne centenaire, qui porte le nom de « Kisolabe » du fait que jadis il y avait un chaufour (four à calcination de pierre calcaire) à cet endroit. Ses plus de 10 m de diamètre en font l'un des plus larges de Navarre.

Plus loin, nous franchissons la rigole Baragon, sur un petit pont en bois et, après avoir traversé la route communale, nous empruntons un chemin longeant des prés. Nous pénétrons dans la chênaie de Beheitikolanda, où nous contemplons, fascinés, un nouvel exemplaire de chêne centenaire. Le chemin se poursuit dans la chênaie de Beheitiko Zelaia, à proximité des eaux de la rivière Basaburua. Nous franchissons la régate et nous la longeons, au milieu de chênes somptueux, jusqu'à la route qui nous ramène au point de départ.



Musée du miel (Eltso), Vallée de l'Ultzama, Chênaie d'Orgi



Lait caillé, cidre





0 250 500 m

Échelle 1:7.000

WEB CIRCUIT

TÉLÉCHARGEZ
TRACK GPS

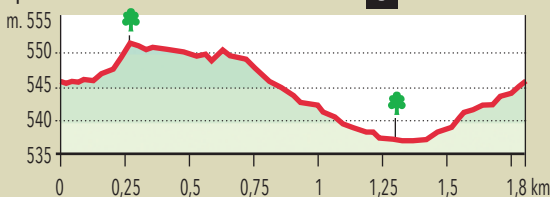


LE PROFIL

Départ: école de Jauntsarats



Arrivée: Jauntsarats



Balisé avec des chênes
peints, en bois

SERVICES





Lacs de barrage de Leurtza



9,7 km



390 m



2 h 30'



URROTZ. Les Pyrénées

30 T 604565 4769576

DÉPART: Aire Naturelle Récréative Leurtza, piste depuis Urroz

Entre les communes d'Urroz et de Beintza Labaien, les lacs de barrage de Leurtza nous réservent une agréable surprise. Déclarés Aire Naturelle Récréative, ils présentent une énorme valeur écologique et sont synonymes de tranquillité et de paysages féeriques.

Le départ de ce magnifique sentier en boucle se trouve au niveau du point d'information, à 5 km d'Urroz. Le circuit longe le bassin du ruisseau de Leurtza et offre un merveilleux contraste entre l'eau et les hêtraies. Cet habitat idéal est le refuge de la grenouille rousse.

Une fois que l'on traverse la digue du lac de barrage supérieur, il faut remonter un chemin

sur lequel apparaissent quelques tronçons de l'ancienne chaussée d'Eltzaburu. Nous arrivons au col de Zumaderna, à proximité de la croix d'Erlain. Nous empruntons le GR vers Belate, pour admirer le dolmen Pittortzar. De retour à Zumardena, nous continuons sur un tronçon plat jusqu'au col d'Uztakorta, où l'on peut voir des palombières. Nous quittons le GR12 et grimpons sur le flanc est la montagne Soratxipi et nous atteignons le col Ezkalarre. De là, la route descend jusqu'au point de départ.

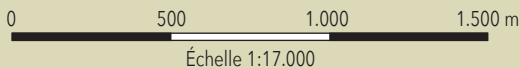


Tour de Donamaria, Balnéaire d'Elgorriaga et Moulin de Zubieta



Cèpes et camomille

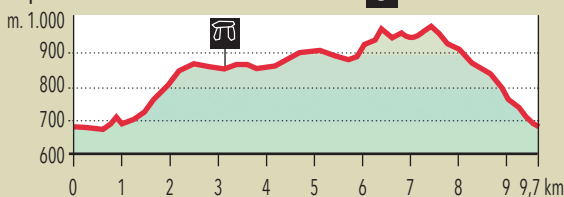




LE PROFIL

Départ: Aire Naturelle Récréative de Leurtza

Arrivée: A.N.R. Leurtza



WEB CIRCUIT

TÉLÉCHARGEZ
TRACK GPS



Sentier balisé en
jaune et blanc

SERVICES



Parking régulé en haute saison





Sentier d'Orgi



LIZASO. Les Pyrénées

30 T 607770 4757828

DÉPART: Parking Aire d'Orgi PK 20 NA-411

Itinéraire simple, apte pour les vélos tout terrain et pour les chevaux, qui parcourt plusieurs localités des vallées de l'Ultzama et d'Odieta : Lizaso, Gorrontz, Olano et Guelbenzu, et nous offre des vues magnifiques sur la chênaie d'Orgi, très riche du point de vue écologique.

De l'Aire Naturelle Récréative d'Orgi, nous poursuivons le chemin au milieu des prés jusqu'à Lizaso, nous traversons la localité, franchissons la route et la rivière Arkil et nous montons jusqu'à Gorrontz et Olano. Nous avons, sur cette forêt séculaire de 80 hectares et seul témoin des chênaies humides de Navarre, des vues d'une grande beauté. Nous continuons sur un sentier

parallèle avec une jolie forêt, nous traversons deux ruisseaux saisonniers jusqu'à Guelbenzu, et de là, nous avons les meilleures vues panoramiques sur la vallée. En descendant, nous contourignons un pré entouré de barbelé, nous débouchons sur un chemin qui suit un tronçon à côté de la rivière Arkil, pour dépasser deux fermes avant d'atteindre la route. Après 300 m, apparaît une bifurcation qui nous conduit jusqu'au parking du départ. Les petits sentiers interprétatifs d'Orgi méritent une pause.

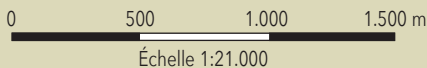


Forêt d'Orgi, Musée du Miel d'Eltso, Parc Mycologique d'Ultzama, Ferme École Ultzama (Lizaso)



Cèpes





WEB CIRCUIT TÉLÉCHARGEZ
TRACK GPS

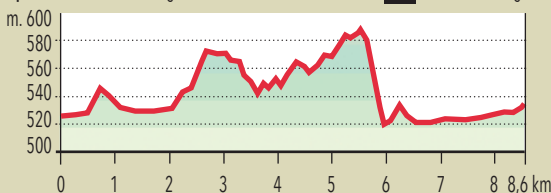


LE PROFIL

Départ: Aire Récréative d'Orgi



Arrivée: AR Orgi



 Sentier balisé
en blanc et vert

SERVICES



Parking régulé en haute saison





Forêt de Basajaunberro



3,9 km



70 m



1 h



ORREAGA / RONCESVALLES. Les Pyrénées

30 T 636962 4763103

DÉPART: Parking Collégiale. PK 47 N-135 à la France

Promenade très simple qui serpente au milieu des arbres et des prairies et revient sur un tronçon du Chemin de Saint-Jacques. Sa toponymie fait allusion à Basajaun, le seigneur de la forêt, un personnage de la mythologie basque.

La première partie de ce sentier en boucle, qui démarre du parking, derrière la Collégiale, nous conduit, sur une piste forestière, à travers une forêt de hêtres et de quelques chênes, assez singuliers, comme «El Lancero». Nous continuons à travers des prairies, où l'on peut voir le bétail en train de paître, jusqu'à la ferme expérimentale du Gouvernement de Navarre.

De là, démarre une piste pavée jusqu'au croisement avec la route, que nous franchissons, pour reprendre le Chemin de Saint-Jacques en sens inverse, vers Orreaga / Roncevaux, à travers une autre forêt peuplée de hêtres, de chênes, de quelques conifères et de houx. D'après la légende, des sabbats auraient eu lieu ici, raison pour laquelle on l'inclut dans la Route de la Sorcellerie de Navarre.



Collégiale d'Orreaga / Roncesvalles et cimetières d'Auritz / Burguete et d'Aurizberri / Espinal



Fromage et produits de la forêt



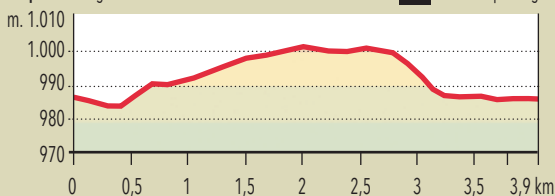


0 500 1.000 1.500 m
Échelle 1:17.000

LE PROFIL

Départ: Orreaga / Roncesvalles

Arrivée: parking



WEB CIRCUIT

TÉLÉCHARGEZ
TRACK GPS



Sentier balisé
en blanc et vert

SERVICES





Les Paradis-Erlan



4,6 km



110 m



1 h 30'



ORBAIZETA. Les Pyrénées

30 T 649662 4760898

DÉPART: Parking du barrage du lac de barrage d'Irabria

Le cadre où déambule ce sentier, la forêt d'Iraty, est tout simplement parfait. Le chemin avance, presque dans sa totalité, à l'abri de cette magnifique hêtraie-sapinière, où des tronçons de pistes forestières et des sentiers de bûcherons se succèdent.

Le départ du circuit, très facile et idéal pour le parcourir en famille, se trouve dans le parking situé au-dessus du lac de barrage d'Irabria (à 13 km d'Orbaizeta). Nous empruntons une large piste qui le longe, et avançons sur un terrain plat, escortés par les silhouettes élancées de hêtres, jusqu'à une petite zone récréative, Segundo Paraíso /Deuxième Paradis (panneau in-

formatif sur les piverts). Ensuite, nous quittons la piste et empruntons un sentier boisé, qui grimpe mollement sur le versant de la montagne Mozolotxiki. Au milieu de la forêt, une clairière nous permet d'admirer l'une des plus belles vues panoramiques du lac de barrage où vient se jeter la rivière Iraty. Arrivés au col d'Ermuñoa (940 m), nous amorçons la descente jusqu'à la piste qui nous ramène au parking.

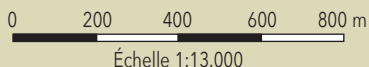


Manufacture d'Armes d'Orbaizeta, greniers sur pilotis de la Vallée d'Aezkoa et Belvédère d'Ariztokia



Veau, poulain et fromage

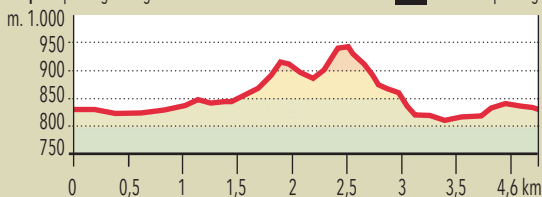




LE PROFIL

Départ: parking barrage d'Irabia

Arrivée: parking



WEB CIRCUIT

TÉLÉCHARGEZ
TRACK GPS



Sentier balisé
en blanc et vert

SERVICES



Parking régulé en été et en
automne dans l'Aire d'Arrazola.
Grande affluence en haute saison



Errekaidorra



9,8 km



390 m



2 h 30'



OCHAGAVÍA / OTSAGABIA. Les Pyrénées

30 T 654359 4761315

DÉPART: Chalets d'Iraty (parking régulé) NA-2012, km 24

Quatre territoires se partagent ce fascinant sentier transfrontalier: Salazar, Aezkoa, Soule et Cize. Il nous permet de découvrir comment étaient utilisées les ressources forestières d'Iraty.

Au cours de cet intéressant circuit en boucle, six points sur l'activité muséale sont exposés en plein air, à l'aide de panneaux informatifs sur la flore, la faune, la géologie, etc., de cet espace naturel. La route, qui part des Chalets d'Iraty, nous conduit, en premier lieu, à l'intérieur de la forêt jusqu'au fabuleux décor de la Cascade du Cubo, où une petite pause s'impose. Les six arrêts suivants, qui présentent un énorme

intérêt didactique, se font dans l'ordre suivant: los Remos, el Mástil, la Esclusa, las Cenizas, los Cables et las Vías. Nous apprenons pourquoi les hêtres et les sapins de ces forêts étaient si convoités pour la construction de gâliens, quels systèmes de débardage des troncs on utilisait et comment on gérait le débit de la rivière pour les transporter sur des longues distances. Le dernier tronçon suit le cours de la rivière et on emprunte un autre sentier en boucle qui revient au point de départ.



Centre d'Interprétation de la Nature
(Ochagavía), Ermitage de Muskilda, Ezcároz



Poulain, cerf, pommes de terres et champignon





0 500 1.000 1.500 m
Échelle 1:19.000

WEB CIRCUIT TÉLÉCHARGEZ
TRACK GPS

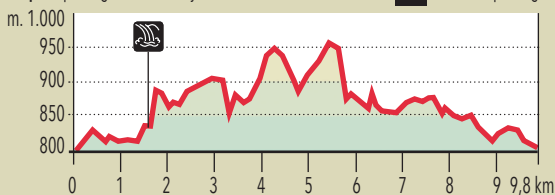


LE PROFIL

Départ: parking Chalets d'Irati



Arrivée: parking



Sentier interprétatif avec des
panneaux informatifs

SERVICES



Parking régulé. Grande
affluence en haute saison





Route de Gartxot



11,3 km



485 m



3 h 50'



IZALZU / ITZALTZU. Les Pyrénées

30 T 658902 4753073

DÉPART: Izalzu / Itzaltzu NA-140, km 38

Ce circuit en boucle, un peu plus exigeant, offre des vues panoramiques absolument spectaculaires avec les sommets pyrénéens et la vallée de Salazar comme toile de fond. Son nom évoque la légende du barde Gartxot.

Le sentier démarre à Izalzu / Itzaltzu et, après un kilomètre sur la route vers Uztároz, on emprunte un sentier à travers une forêt de chênes. Sur la première partie s'érige un fabuleux belvédère orienté vers les Pyrénées et, plus loin, on aperçoit les sommets du sud de la Navarre jusqu'au Moncayo. Ensuite, le sentier se faufile au milieu d'épaisses forêts de hêtres et de chênes, de pâturages, de bergeries et, à deux endroits intermédiaires, la fraîcheur de deux cascades ombragées

parvient jusqu'à nous. Une petite bifurcation nous conduit à la grotte d'Elkorreta.

C'est ici que, d'après la légende médiévale, le barde Gartxot se réfugie après avoir donné la mort à son fils pour éviter que les moines d'Orreaga / Roncevaux ne le lui enlèvent. Un chemin nous conduit à une vallée et à une piste, nous descendons une zone de prés et nous rejoignons une autre piste qui pénètre dans une chênaie et une buissaille jusqu'à Izalzu / Itzaltzu. Il est conseillé d'utiliser des chaussures de montagne.

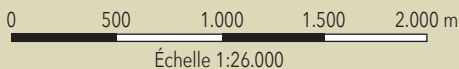


Ermitage de Muskilda et d'Ochagavía



Fromage et migas de pastor (miettes de pain frites)





WEB CIRCUIT

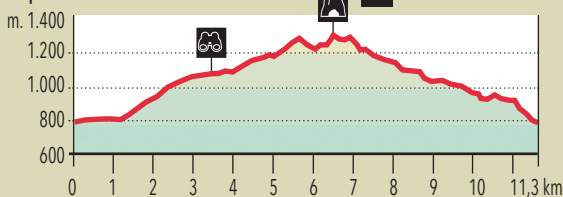
TÉLÉCHARGEZ
TRACK GPS



LE PROFIL

Départ: Izalzu / Itzaltzu

Arrivée: Izalzu / Itzaltzu



Sentier avec balisage privé

SERVICES





Ascension à l'Orhy



4,8 km



500 m



2 h 15'



OCHAGAVÍA / OTSAGABIA. Les Pyrénées

30 T 663557 4759899

DÉPART: Sortie est Tunnel de Larrau, NA-2011, km 11

Le mont Orhy est le roi des sommets de la vallée de Salazar. Son ascension est facile et très agréable, car elle offre au randonneur l'un des balcons paysagers les plus imposants de Navarre.

Il se dresse majestueux dans les Pyrénées orientales navarraises, à l'orée de la frontière avec la France. Il est recommandé de commencer l'ascension, d'un peu plus d'une heure, à partir du Col de Larrau (1.560 m). Après avoir franchi le tunnel, le sentier devient précis. La montée prolongée se fait parmi les prés et suit l'arête sud-est de la montagne, puis sa partie finale se raidit jusqu'au sommet, plat et allongé.

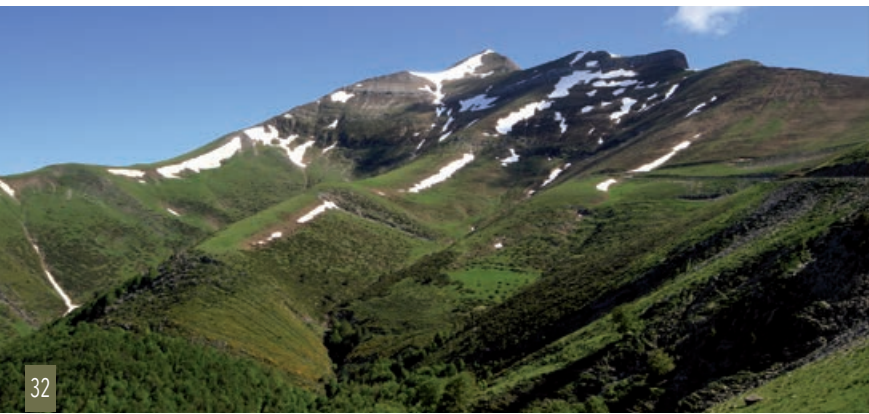
La Forêt d'Iraty et les pics avoisinants offrent des vues à couper le souffle. Avec un ciel dégagé on peut même apercevoir le Moncayo. On raconte que l'Orhy est le refuge de Mari, déesse des génies de la nature, et de Basajaun, le seigneur de la forêt. Le versant navarrais, plus herbagé, contraste vivement avec le versant français, qui plonge dans un profond abîme où nichent des vautours et des percnoptères. Il est recommandé de porter des bottes et un équipement adéquat.

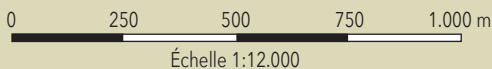


Centre de montagne Irati-Abodi, Ochagavía et ermitage de Muskilda



Cèpes et migas de pastor (miettes de pain frites)





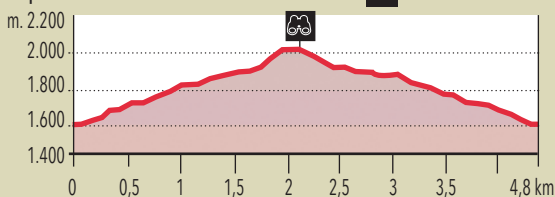
WEB CIRCUIT TÉLÉCHARGEZ
TRACK GPS



LE PROFIL

Départ: col d'Isturzaeta

Arrivée: col d'Isturzaeta



SERVICES

P

Redoublez de vigilance par
temps de brouillard, vent et neige

!



Chemin de Zemeto



4,5 km



144 m



1 h 25'



ISABA / IZABA. Les Pyrénées

30T 676726 4757162

DÉPART: Refuge de Belagua (fermé) NA-1370, km 51

Cette promenade dans les alentours de la R.N. de Larra vous permettra, non seulement de faire le plein d'oxygène, mais aussi d'admirer le contraste de sa zone karstique avec l'immensité des pâturages. Depuis le belvédère, la vue panoramique est absolument prodigieuse.

Circuit en boucle de 4,5 km qui démarre au refuge de Belagua, d'où nous partons vers l'est à travers un tapis de verts pâturages jusqu'au point appelé Plaine d'Eskilzarra. Après l'avoir dépassé, nous pénétrons dans un étroit corridor, connu sous le nom de «passage de Zemeto». Nous parcourons quelques mètres sur un sol légèrement pierreux et nous continuons sur un sentier,

plutôt imprécis, à travers la forêt, qui nous conduit jusqu'au belvédère. Rien de mieux pour se laisser transporter par les vues qui embrassent la vallée et toute la zone karstique de Larra. Sur le chemin, nous pouvons admirer de magnifiques exemplaires de hêtres déracinés.

Nous poursuivons le chemin et pénétrons dans la fraîcheur d'une hêtraie, pour reprendre de l'altitude jusqu'à une zone, légèrement inclinée, que nous parcourons à mi versant. De là, nous empruntons un ancien chemin de bergers pour regagner le refuge.

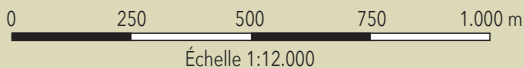


Belvédère de Belagua, R. Naturelle de Larra



Migas de pastor (miettes de pain frites) et fromage A.O. Roncal

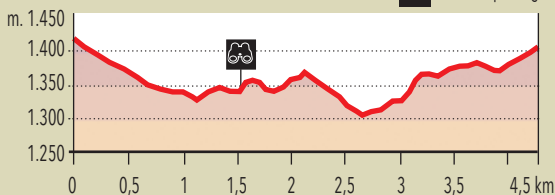




LE PROFIL

Départ: parking refuge Belagua

Arrivée: parking



WEB CIRCUIT

TÉLÉCHARGEZ
TRACK GPS



Sentier balisé
en blanc et vert

SERVICES



En hiver en raison de la neige





Dronda-Mata de Haya



5,3 km



120 m



1 h 15'



ISABA / IZABA. Les Pyrénées

30 T 676704 4755650

DÉPART: Parking Mata de Haya-Rincón Belagua NA-1370, km 45,5

Mata de la Haya est le poumon de la vallée de Belagua. Ce sentier nous permet de découvrir ces lieux idylliques.

Malgré sa distance, cette route en boucle s'avère simple et accessible au public familial. Nous quittons le parking pour pénétrer dans une forêt et amorcer une remontée. Pendant presque une heure, un long demi versant nous conduira jusqu'à la route. Nous parvenons à un poteau indicatif à partir duquel nous tournons à gauche. Nous suivons ensuite un petit versant et traversons un grand champ

de fougères. Nous descendons enfin à travers une forêt de pins sauvages pour revenir à la hêtraie et parvenir au point de départ. En hiver, une partie de la route se transforme en piste de ski de fond, que l'on peut également parcourir avec des raquettes de neige. Un bar se trouve ouvert à votre disposition en saison de neige et les week-ends d'été.

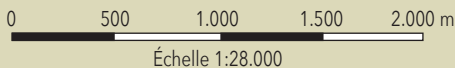
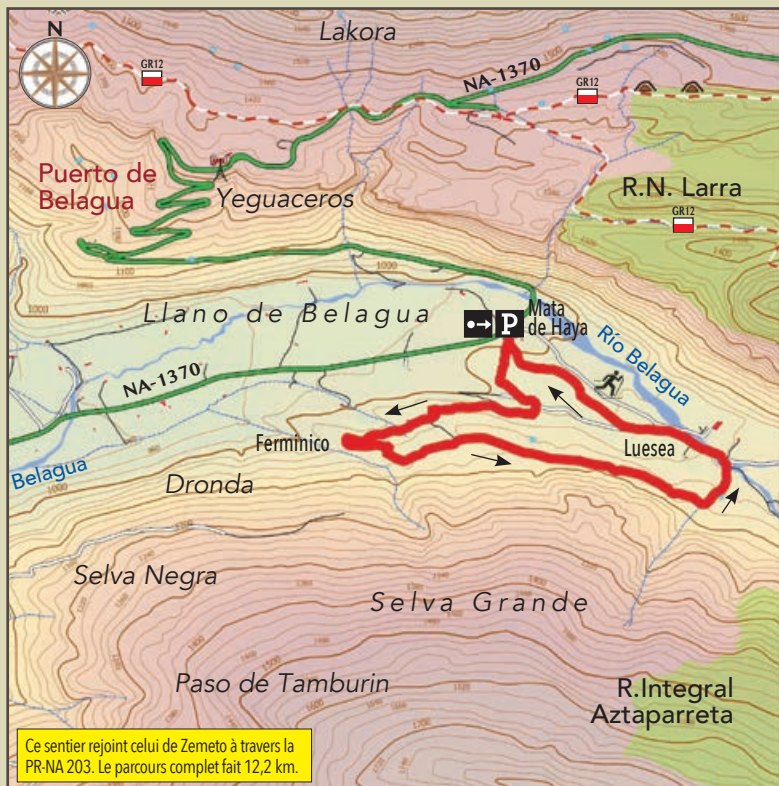


Belvédère de Belagua et Centre d'Interprétation de la Nature de Roncal



Fromage et migas de pastor (miettes de pain frites)

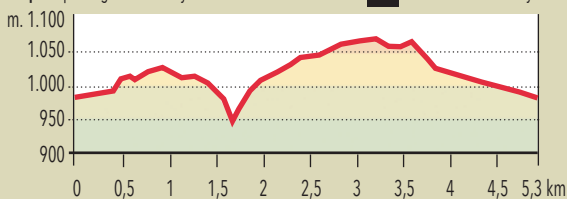




LE PROFIL

Départ: parking Mata de Haya

Arrivée: Mata de Haya



WEB CIRCUIT

TÉLÉCHARGEZ
TRACK GPS



Sentier balisé
en blanc et vert

SERVICES



En hiver en raison de la neige





Artikomendia



5,6 km



265 m



2 h



ISABA / IZABA. Les Pyrénées

30 T 671223 4749258

DÉPART: Pont d'Otsindundua, NA-1370, km 35,5

Magnifique circuit en boucle au cours duquel le randonneur peut faire trois pauses d'intérêt : la grotte de l'Ibon, la cascade de Belabarze et plusieurs ponts de style roman.

Le chemin démarre à quelque deux kilomètres d'Isaba, sur la route qui relie la Navarre à la France par Belagua. Plusieurs panneaux informatifs nous conduisent jusqu'au pont d'Otsindundua et la grotte de l'Ibon, une cavité naturelle où se déverse une grande partie de l'eau qui s'infiltre dans ce massif montagneux. Nous continuons sur un sentier parallèle avec la rivière Belagua, jusqu'à un croisement où commence l'ascension vers Belabarze.

Arrivés au sommet, de nouvelles indications nous conduisent, à travers un petit pré, à un nouveau sentier dans la forêt jusqu'à la cascade de Belabarze, un lieu idyllique, où l'eau, d'un vert émeraude, glisse tranquillement entre les rochers. Après quelques mètres de marche sur une piste, nous prenons une bifurcation pour avancer au milieu des arbres, en légère pente, jusqu'à un petit col. Sur le chemin de retour, nous pouvons admirer plusieurs ponts romans.

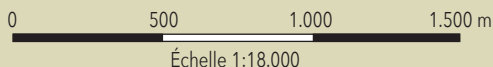
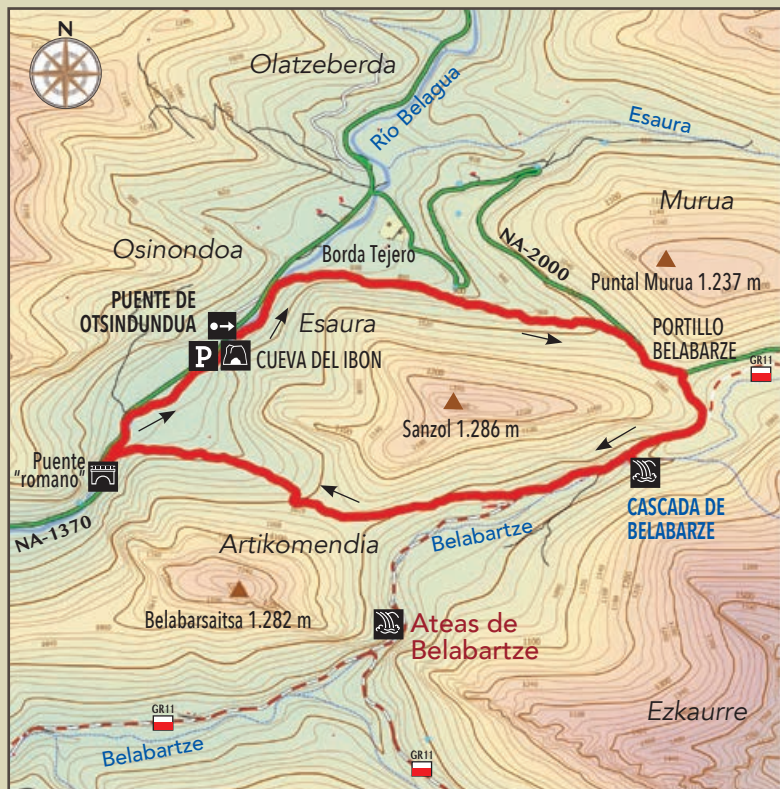


Centre d'Interprétation de la Nature de Roncal et Ermitage d'Idoia



Fromage et agneau de lait





WEB CIRCUIT

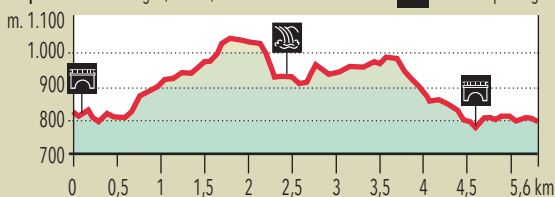
TÉLÉCHARGEZ
TRACK GPS



LE PROFIL

Départ: route de Belagua, km 35,5

Arrivée: parking



 Sentier balisé
en blanc et vert

SERVICES





Route des Dolmens



ETXARRI ARANATZ. Les Pyrénées

30 T 575295 4751563

DÉPART: Camping d'Etzarri Aranatz, déviation sur la NA-120

Sentier de grand intérêt paysager, naturaliste et culturel historique, qui nous permet de découvrir les vestiges de dix dolmens et de connaître différents aspects de la forêt à travers des panneaux interprétatifs.

Il démarre au camping, endroit d'où partent d'autres circuits balisés, plus courts. Il se faufile au milieu des forêts de hêtres et de chênes, qui poussent sur les versants qui délimitent la Sakana, au nord. À droite, nous empruntons une piste, franchissons le pont de la régate Iraigorri et parvenons à l'ermitage de Saint Adrien, de là, nous montons sur un sentier jusqu'au dolmen Beitzeta. Sur le chemin, parfois imprécis, nous trouvons les dolmens d'Iruiturrieta, Jentilzulo

et Bentatxar, jusqu'au Sommet d'Irumugarrieta, qui offre des vues imprenables vers Gipuzkoa. Il nous reste à visiter les dolmens de Zelatamuno, Mintegitxuta et de Txaradigorri, jusqu'à un croisement à gauche qui nous conduit à ceux de Fagamendi et de Maitzegur. Ici commence la descente, dont le dénivelé, en zigzag, est de plus en plus fort. Compte tenu de la distance, du dénivelé et du type de tracé, ce circuit n'est conseillé qu'aux randonneurs bien entraînés et convenablement équipés.



Sanctuaire de Saint Michel d'Aralar, Église de Zamartze et Sommet de Lizarraga



Fromage





0 500 1.000 1.500 2.000 m

Échelle 1:28.000

WEB CIRCUIT

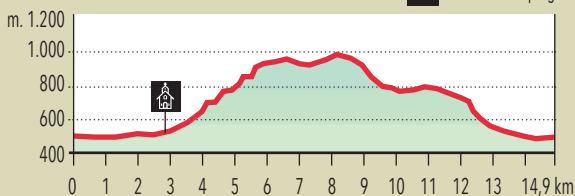
TÉLÉCHARGEZ
TRACK GPS



LE PROFIL

Départ: camping Etxarri Aranatz

Arrivée: camping



■ Sentier balisé en
blanc et jaune

SERVICES



En période de pluies,
flaques et boue





Itinéraire des Montagnards



7,8 km



205 m



2 h 30'



OLAZAGUTIÁ / OLAZTI. Les Pyrénées

30 T 567127 4745632

DÉPART: Centre d'Information P.N. Urbasa-Andia NA-718, km 31,5

Sentier interprétatif qui nous offre quelques témoignages sur le travail des charbonniers à Morterucho et une magnifique vue panoramique depuis le sommet.

Nous partons du Centre d'Information du Parc Naturel d'Urbasa-Andia pour traverser quelques terrains plats où nous trouvons de beaux exemplaires de hêtres, d'érables et d'aubépines. Une bergerie nous ramène vers les temps de la transhumance à cet endroit. Nous passons à côté du chemin de Gazbidea, appelé chemin des «wagonnets», du fait qu'il était utilisé pour extraire les traverses avec lesquelles on construisait les voies ferrées. Nous pouvons également contempler quelques loges charbonnières.

Nous amorçons l'ascension par la hêtraie de Zuzorkil et de Mandaberardia jusqu'à une altitude de 1.113 m entre Artzanbaratza et Balankaleku. C'est l'une des hêtraies les plus humides et fabuleuses de la sierra, avec des arbres pouvant atteindre vingt mètres de haut. Le contraste de la forêt avec les roches calcaires s'avère tout à fait surprenant (hêtraie enchantée). Depuis le sommet, les vues panoramiques sur la Sakana et sur Aralar sont d'une beauté à couper le souffle. Il ne reste plus qu'à rebrousser chemin.

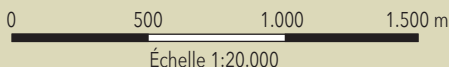


Balcon de Pilates, Vallée de la Barranca-Sakana et Altsasu / Alsasua



Fromage et chistorra

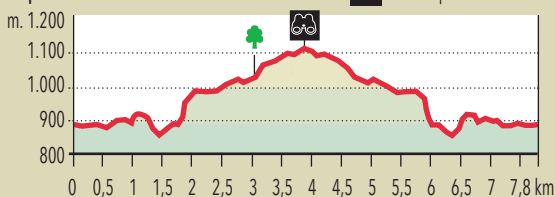




LE PROFIL

Départ: Centre d'information Parc N. Urbasa-Andia

↔ Arrivée: point information



WEB CIRCUIT

TÉLÉCHARGEZ
TRACK GPS



■ Sentier avec balisage
privé en vert

SERVICES





Source de l'Urederra



6,2 km



90 m



2 h 30'



BAQUEDANO. La Zone Moyenne

30 T 571811 4737116

DÉPART: Parking régulé de Baquedano NA-7187, km 2

Pour garantir la durabilité de la ressource, l'accès à la RN de la Source de l'Urederra est réglementé et il **toujours OBLIGATOIRE** d'avoir une autorisation pour y accéder. La réservation pour y avoir accès est gratuite et se fait à travers internet sur www.urederra.navarra.es. On a barré le tronçon final du sentier pour des raisons de sécurité et pour préserver son rétablissement environnemental.

Ce site incroyable, qui est l'un des plus visités de Navarre, est tout un spectacle naturel. Un cadre magique où la forêt et la roche servent d'écrin à l'eau limpide de la cascade.

Il démarre du parking et parcourt le cours de la rivière en sens inverse, appartenant au Parc Naturel d'Urbasa-Andia. Le chemin suit la piste forestière et, après avoir traversé une barrière, il bifurque. Les panneaux nous invitent à suivre le sentier de gauche, qui longe la rivière, et à revenir sur le sentier de l'est, plus élevé (voir carte). Tout le trajet se déroule à l'ombre et sur des sentiers aménagés permettant de contempler des puits, des torrents et des cascades qui

surgissent en amont de la rivière.

Le visiteur est ébloui par la source de l'Urederra (qui veut dire « belles eaux » en basque), avec son eau cristalline et le jeu de lumière qui filtre à travers les feuilles des arbres. Elle résulte de la sortie naturelle de l'important aquifère formé dans le massif karstique d'Urbasa. Sa flore (hêtres, chênes, ormeaux, érables, ifs...) et sa faune (vautours percnoptères, milans, busards cendrés...) achèvent ce tableau de rêve.

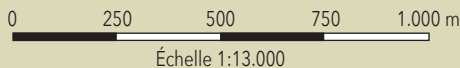


Vallée d'Amescoa, Balcon de Urbasa dans le P.N. d'Urbasa-Andia et Monastère d'Irantzu



Fromage et agneau





WEB CIRCUIT

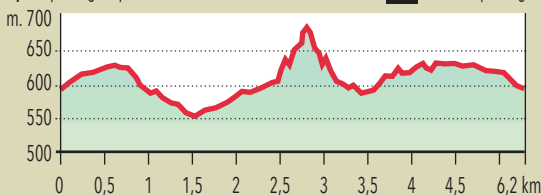
TÉLÉCHARGEZ
TRACK GPS



LE PROFIL

Départ: parking Baquedano

Arrivée: parking



SERVICES



Parking régulé. !
Réservation des billets en ligne:
www.urederra.navarra.es



Canyon de la rivière Irantzu



4,4 km



105 m



1 h



ABÁRZUA / ABARTZUA. La Zone Moyenne

30 T 578511 4733505

DÉPART: Monastère d'Irantzu NA-7135, km 3,5

Sentier linéaire qui traverse une zone de prairies, de chênes et de hêtres, et suit les formes capricieuses que la rivière taille dans la roche, ses puits et ses eaux cristallines.

Le circuit part du monastère, à côté d'une belle croix en pierre. Il s'agit d'une piste facile à parcourir qui monte au milieu des rochers dont les parois encaissent le canyon de la rivière Irantzu, où confluent plusieurs régates. À gauche, nous apercevons Peña del Águila et, à droite, Peña de Irantzu. Au cours de cette randonnée nous pouvons constater les effets, bien visibles, de l'érosion fluviale sur les roches des versants que nous franchissons, témoignage du niveau que

les eaux atteignaient il y a des milliers d'années. À moins d'un kilomètre de là, la forêt devient hêtraie et, sur le chemin, des zones en béton et de chemin pierreux se succèdent. Nous traversons la rivière et, petit à petit, l'ombre des chênes nous enveloppe et les premiers hêtres de la forêt d'Urbasa s'offrent à nos yeux. Nous continuons en ligne droite jusqu'à un deuxième croisement, à côté d'un chêne centenaire et majestueux, puis nous finissons à l'endroit connu sous le nom de «Esquina de Elke» («Coin d'Elke»).



Estella-Lizarra, Monastère d'Iratxe, Lac de barrage d'Alloz et Musée Henri Lenaerts (Iruire)



Porcelet, vin, pacharan, sel, fromage et miel





0 250 500 750 1.000 m

Échelle 1:11.000

WEB CIRCUIT

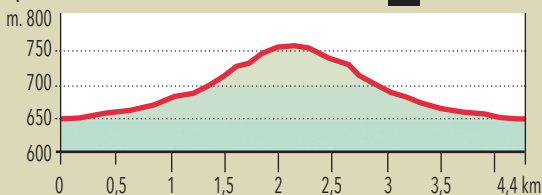
TÉLÉCHARGEZ
TRACK GPS



LE PROFIL

Départ: Monastère d'Irantzu

Arrivée: Irantzu



 Sentier balisé
en blanc et vert

SERVICES





Canyon de la rivière Ubagua



11,4 km



355 m



2 h 25'



RIEZU. La Zona Media

30 N 585991 4734160

DÉPART: Camping Riezu (ctra. Muez) ou Riezu

Le son de la rivière Ubagua marque ce magnifique parcours dans les terres de la Vallée de Yerri et de Lezáun, dont l'attrait est la découverte de sa source et l'aventure qui consiste à traverser un petit pont tibétain.

Ce sentier linéaire, qui relie Riezu à Lezáun, apte pour tous les publics, nous permet d'accéder à la Source de la rivière Ubagua, ancrée dans un écrin de verdure, au pied du Parc Naturel d'Urbasa-Andia. Le parcours peut commencer à deux endroits. Soit au Camping de Riezu, en suivant le chemin qui mène au village, soit à Riezu, où l'on peut se garer sur la place.

Le balisage nous conseille de continuer en direction de la rivière. Nous traversons un pont au niveau du barrage d'un ancien moulin et nous empruntons un chemin vers la gauche, après

avoir franchi un portail. Ici, le paysage nous offre tantôt des forêts de hêtres et des champs de blé autour de l'ermitage de San Blas, tantôt les magnifiques chênes verts du ravin d'Erbioz, avec ses vues panoramiques d'une beauté à couper le souffle.

Depuis la source jusqu'à Lezáun, le chemin monte doucement, mais constamment, sur un sentier bordé de chênes verts et de pins.

L'un des attraits de ce sentier est le pont tibétain sur la rivière Ubagua, qui permet de franchir la rivière, même par grandes crues. Finalement, nous arrivons à Lezáun par le chemin du lavoir.

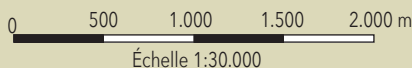


Barrage d'Alloz, Monastère d'Iranzu, églises de Sta. Catalina de Alejandría (Azcona) et Sta. M^a de Eguiarde (Lácar)



Du vin, du sel, du fromage, miel et pacharán





WEB CIRCUIT

TÉLÉCHARGEZ
TRACK GPS

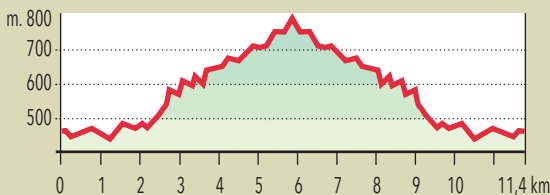


LE PROFIL

Départ: Camping de Riezu



Arrivée: Camping de Riezu



■ Sentier balisé en
blanc et jaune

SERVICES





Promenade fluviale de l'Arga



PAMPLONA / IRUÑA. Le Bassin de Pampelune

DÉPART: Irotz/Sorauren/Arazuri/Etxabakoitz

📍 IROTZ: 30 T 610459 4741701

📍 ARAZURI: 30 T 604102 4741044

Ce sentier urbain, que l'on peut effectuer par tronçons, nous permet de profiter agréablement de la nature et d'observer Pampelune et les localités avoisinantes sous un autre angle.

Le parc fluvial de la Contrée, qui longe les rivières Arga, Ultzama et Elorz, est un magnifique corridor paré de verdure, dont les 22 km vont de Sorauren et Irotz à Zizur Mayor. Lors de son passage à Pampelune, la promenade compte 11 kilomètres supplémentaires, ce qui en fait, avec son million de mètres carrés, l'un des espaces verts les plus importants de la capitale. Des zones d'activité sportive, des aires de pique-nique et des coins idylliques pour se reposer se

succèdent sur ce circuit, idéal pour passer une journée en plein air sans quitter la ville.

Nous pouvons y voir des ponts historiques, des barrages, des moulins, des passerelles, des jardins, des parcs, des embarcadères, des fermes, des potagers, des fontaines... Une allée bordée de verdure, protectrice des écosystèmes fluviaux, qui offre un itinéraire à travers le patrimoine architectural et industriel rattaché aux rivières locales. Les vélos et les patins y ont leur place et les amateurs de running s'en donnent à cœur joie.



Quartier historique de Pampelune, Moulin de Villava et Musée Oteiza (Alzuza)



Pinchos





0 1.000 2.000 3.000 4.000 5.000 m

Échelle 1:90.000

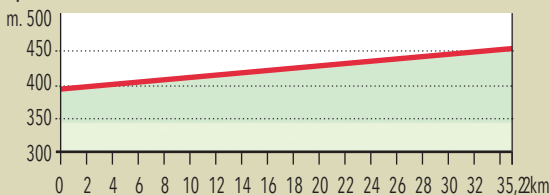
WEB CIRCUIT

TÉLÉCHARGEZ
TRACK GPS



LE PROFIL

Départ: Irotz/Sorauren/Arazuri/Etxabakoitz



SERVICES



Il est conseillé de
modérer la vitesse à vélo





Rivière Iraty-ermitage St Romain



AOIZ / AGOITZ. Les Pyrénées

📍 30 T 633537 4738444

DÉPART: Rue San Miguel à côté de la mairie

C'est une charmante promenade en bordure de la rivière Iraty, qui nous conduit jusqu'à l'ermitage de Saint Romain, lieu où le traité de paix entre les Beaumontois et les Agramontois a été signé en 1479.

Ce circuit, première partie du sentier fluvial de l'Iraty, part de la localité d'Aoiz, du pont médiéval d'Auzola ou de Bidelepu, l'un des plus beaux de Navarre. Il nous permet de parvenir à l'ermitage de Saint Romain : un monument très simple, mais très riche du point de vue historique. Ensuite, nous pénétrons dans une forêt de pins jusqu'à la Glacière d'Aoiz, un puits où la neige, qui en hiver tombait sur les montagnes avoisinantes, était accumulée et tassée pour la

transformer en glace que l'on utilisait pour conserver les aliments.

Nous allons vers le belvédère sur la rivière Iraty, et de là, nous pouvons observer l'ancienne scierie d'Ekai, un ensemble de constructions industrielles du début du XXe siècle. Nous reprenons le chemin du retour et 400 m avant d'arriver au pont médiéval, nous traversons la passerelle sur la rivière et nous approchons du moulin, qui autrefois servait non seulement à moudre mais aussi à fournir le courant nécessaire à l'éclairage de la ville.



Église de Saint Michel (Aoiz), église de Sainte Marie (Arce) et lac de barrage d'Itoiz



Costrada d'Aoiz (gâteau traditionnel)





0 250 500 750 1.000 m

Échelle 1:12.000

WEB CIRCUIT

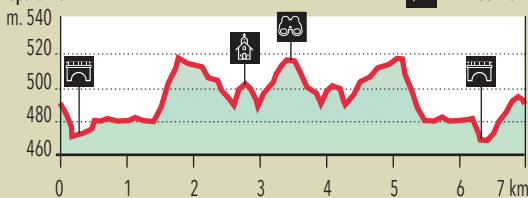
TÉLÉCHARGEZ
TRACK GPS



LE PROFIL

Départ: Aoiz

Arrivée: Aoiz



■ Sentier balisé en
blanc et jaune

SERVICES





Basilique de St. Jacques de Lokiz

7,4 km 400 m 2 h 15'



OLLOBARREN. La Zone Moyenne

30 T 570763 4726670

DÉPART: Église d'Ollobarren. NA-7310, km 3

Outre les vues spectaculaires depuis la Sierra de Lokiz, le passage dans une grotte d'environ 30 m est l'attrait de cette randonnée.

Nous commençons le circuit à côté de l'église d'Ollobarren. Nous empruntons une large piste qui passe à proximité d'une mare et nous arrivons à un croisement avec plusieurs directions. Nous continuons tout droit vers la Sierra de Lokiz. Peu après, nous trouvons une petite fontaine et une aire de pique-nique. Nous pénétrons dans la végétation, à l'abri de parois rocheuses et, petit à petit, nous prenons un peu plus de 200 m de hauteur, toujours en suivant le balisage en blanc et jaune, et nous tombons sur le dénommé «Trou d'Ollobarren». Il s'agit d'un passage dans une grotte de 30 m dans

lequel, bien que sombre et en courbe, on n'a pas besoin de lampe. Nous montons sur un chemin rocheux et légèrement glissant (le port de bottes de montagne est recommandé) pour atteindre la partie haute de la sierra. Nous empruntons un chemin plat que la végétation envahit au fur et à mesure que nous avançons jusqu'à une vaste clairière où se trouve la basilique. Nous descendons le col de Ganuza, avec des vues panoramiques de grande beauté, en passant par l'ermitage de Sainte Eulalie, en direction d'Ollobarren.



Musée de la Truffe, source de l'Urederra, Monastère d'Iratxe et Monastère d'Irantzu



Porcelet, truffe, pochas (haricots blanches) et calvots (haricots rouges)





WEB CIRCUIT

TÉLÉCHARGEZ
TRACK GPS



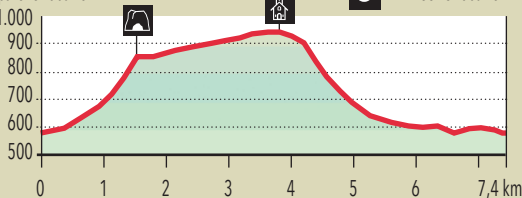
LE PROFIL

Départ: Olloibarren

m. 1.000



Arrivée: Olloibarren



■ Sentier balisé en
blanc et jaune

SERVICES





Dolmens d'Artajona



1,6 km



0 m



45'



ARTAJONA. La Zone Moyenne

📍 30 T 602373 4719921

DÉPART: Portillo de Enériz, à 3,6 km depuis le Cerco à côté du cimetière

Cette courte marche, idéale pour la parcourir avec des enfants, nous transporte à l'époque de la préhistoire à travers des dolmens du type « Tholos » avec corridor, bâtis avec des pierres de grandes dimensions.

On y accède à partir du Cerco d'Artajona, à côté du cimetière, d'où nous parcourons quelque quatre kilomètres, en voiture, sur une piste en terre jusqu'au parking, où se trouve un panneau informatif. À moins de quarante mètres se trouve le dolmen du «Portillo d'Enériz», l'un des monuments préhistoriques conservés les plus importants de Navarre. Les énormes dalles en

pierre qui le composent et le grand tumulus sur lequel il se dresse attirent l'attention du visiteur. De là, les vues sur le village sont magnifiques. Nous revenons sur le chemin pour aller vers l'autre dolmen, «Mina de Farangortea», qui se trouve à 850 mètres de là, après avoir traversé une pinède. Ce paysage offre un contraste pour le moins saisissant entre ce vestige funéraire dressé par nos ancêtres et les modernes aéro-générateurs érigés au sommet de la sierra.



Cerco de Artajona, Musée et Source de Las Eretas (Berbinzana)



Nougat aux amandes caramélisées



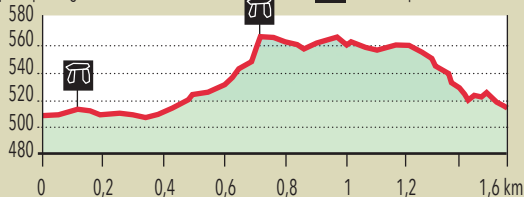


LE PROFIL

Départ: parking Portillo de Enériz



Arrivée: portillo de Enériz



WEB CIRCUIT

TÉLÉCHARGEZ
TRACK GPS



Sentier balisé
en blanc et vert

SERVICES

i **P**

En été, il est conseillé d'éviter les
heures de forte chaleur





Iturrixikin



10,2 km



525 m



3 h 35'



IRACHETA. La Zone Moyenne

30 T 619033 4721738

DÉPART: Iracheta, NA-5100 PK 10,5

Ce sentier plein d'intérêt invite à découvrir l'originalité du paysage de la Valdorba à travers cinq points dont la visite s'impose en raison de leur intérêt paysager et de leur patrimoine rural.

Ce circuit en boucle commence à Iracheta et, au fur et à mesure que nous prenons de la hauteur, il nous fait découvrir les différents paysages de Valdorba : des zones de bocage (terrains agricoles composés de petites parcelles irrégulières), des chênaies du Portugal et des pinèdes qui arrivent jusqu'aux pâturages de montagne. Tout au long de l'itinéraire cinq points d'intérêt sont indiqués avec des panneaux. Le premier mérite une halte dans la Borda de Las Vacas (la Bergerie des Vaches) où l'on explique quelles étaient les

tâches réalisées dans le passé et comment on utilisait le territoire. Ensuite, une pause, au sommet du même nom, nous offre une vue panoramique d'une grande beauté. Le troisième point se trouve à la Fuente de la Teja (Source de la Tuile, eau non traitée), qui invite au repos et à la contemplation de l'art inspiré de la nature. Il nous reste à visiter la Borda de Mariano/la Bergerie de Mariano, une démonstration de l'architecture populaire dont il ne reste quasiment plus d'exemples, et lorsque finalement nous atteignons le sommet d'Irumuga (1.010 m), la vue sur la vallée nous emplit de sensations.



Grenier sur pilotis d'Iracheta et Roman rural de la Valdorba



Truffe





0 500 1.000 1.500 2.000 m

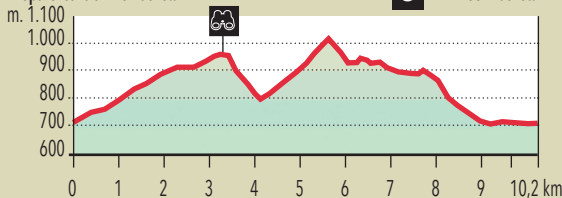
Échelle 1:25.000

LE PROFIL

Départ: centre ville Iracheta



Arrivée: Iracheta



WEB CIRCUIT

TÉLÉCHARGEZ
TRACK GPS



■ Sentier balisé en
blanc et jaune

SERVICES



En été, il est conseillé d'éviter
les heures de forte chaleur





Promenade du Pape-Peña del Adiós



13 km



250 m



3 h



JAVIER. La Zone Moyenne

30 T 646299 4717097

DÉPART: Château de Xavier

Sentier de difficulté moyenne qui nous conduit jusqu'à la Peña del Adiós, lieu emblématique où Saint François Xavier fit ses adieux, au moment de quitter la Navarre pour entreprendre une longue aventure comme missionnaire.

Le circuit démarre du parvis même de l'historique Château de Xavier. Nous empruntons des pistes forestières, des chemins sur lesquels les différents paysages de la basse montagne navarroise se succèdent: la Sierra de Leyre, le tracé de la rivière Aragón ou la Peña del Adiós. Nous traversons la route de Yesa et nous partons vers la gauche en parallèle avec la Draie Royale des Roncalais.

Arrivés à un croisement, nous prenons le «chemin du Pape» à droite. Nous débouchons sur une piste et, ensuite, nous marchons sur un sentier en terre jusqu'au «Camino Viejo»/Vieux Chemin. Sur la descente, après avoir traversé un champ de culture, nous apercevons la déviation vers la Peña del Adiós. La draie nous conduit au sommet, où l'on trouve une croix et un panneau explicatif. Nous descendons jusqu'au croisement balisé du point de départ et, de là, nous allons jusqu'au château.



Sangüesa, Monastère de Leyre et Gorges de Lumbier



Pochas (haricots blancs) et vin





0 500 1.000 1.500 2.000 m

Échelle 1:31.000

WEB CIRCUIT

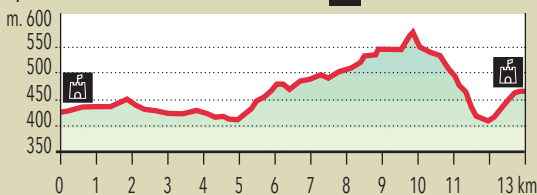
TÉLÉCHARGEZ
TRACK GPS



LE PROFIL

Départ: Château de Javier

Arrivée: Château de Javier



■ Sentier avec balisage
privé en vert

SERVICES





Ravin de las Cortinas



1 km



0 m



30'



BARDENA BLANCHE. La Ribera

30N 622433 4674176

DÉPART: de la NA-8712, km 0,8 (Tudela-Arguedas) au Centre d'Information d'Aguilares, crta. del Parque Natural, km 6. De là, prendre la piste qui mène directement à Castildetierra, à 4km.

Promenade facile, sans dénivélé, qui nous conduit à l'intérieur de l'un des ravins caractéristiques qui traversent les Bardenas Reales et son désert mythique digne du far west.

Depuis le centre d'information d'Aguilares, nous empruntons une piste, en voiture, qui nous conduit, à moins de 4 km de là, à Castildetierra, au cœur de la Bardena Blanca. Cet impressionnant cabezo (colline tabulaire) est l'un des monuments naturels les plus photographiés de Navarre et un bel exemple des effets de l'érosion dans cette zone. Un panneau informatif nous explique comment ce paysage insolite s'est formé tout au long des années.

Nous empruntons un chemin qui part vers

l'ouest pour descendre jusqu'au Barranco de las Cortinas. Nous essayons de nous frayer un passage parmi les tamaris qui prolifèrent sur le terrain. En arrivant à un ancien barrage, nous sortons du ravin, nous longeons un chemin à gauche et nous retournons au point de départ. En chemin, nous aurons peut-être la chance d'admirer le vol des oiseaux qui nidifient dans cet espace (busard des roseaux, percnoptère...) et pourrons observer la végétation steppique qui la caractérise (romarin, thym, salsola...).



Tudela, Sendaviva et Grottes de Valtierra



Migas de pastor (miettes de pain frites) et agneau





WEB CIRCUIT

TÉLÉCHARGEZ
TRACK GPS

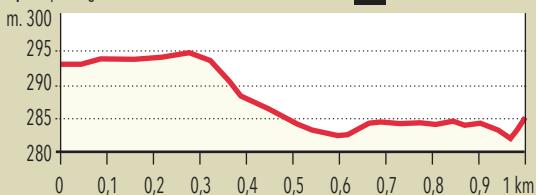


LE PROFIL

Départ: parking Castildetierra



Arrivée: Castildetierra



SERVICES



En été, il est conseillé d'éviter
les heures de forte chaleur





Le Moine



5,8 km



200 m



1 h 30'



BARDENA NOIRE. P.N. Bardenas Reales. La Ribera

30N 635152 4650736

DÉPART : Corral de Bea, de la route de Tudela à Tauste (NA-126, km 22), peu avant la limite avec Aragon, nous empruntons une piste en bon état, qui après 4,3 km nous mène à l'endroit (indiqué).

Promenade qui monte jusqu'à la colline tabulaire du Moine, dans le désert de la Bardenas Noire. Nous découvrons les vestiges d'une fortification médiévale et une vue panoramique absolument féérique s'offre à nos yeux.

Ce circuit balisé part de l'endroit appelé «Corral de Bea», accessible en voiture et où se trouve un panneau informatif. De l'esplanade, nous partons vers l'ouest, en contournant les champs. La silhouette inimitable du Moine nous accompagne à tout moment. Nous marchons sur des sentiers de bétail, nous traversons des collines et des ravins et arrivons à une vieille piste rongée par l'érosion, qui monte jusqu'à des anciens terrains de culture. De là, la pente qui

nous mène à la montée finale se raidit.

Au sommet, nous découvrons les vestiges de l'un des châteaux-rochers médiévaux les plus emblématiques des Bardenas Reales. On peut y voir quelques restes et quelques pans des murs de l'éperon rocheux, en pierre de taille, ainsi que l'ouverture de la citerne creusée dans la roche, qui, d'après la légende, serait perforée de galeries et de corridors pour sortir vers l'extérieur. La splendeur de la vue panoramique, de 360°, nous laisse sans voix.

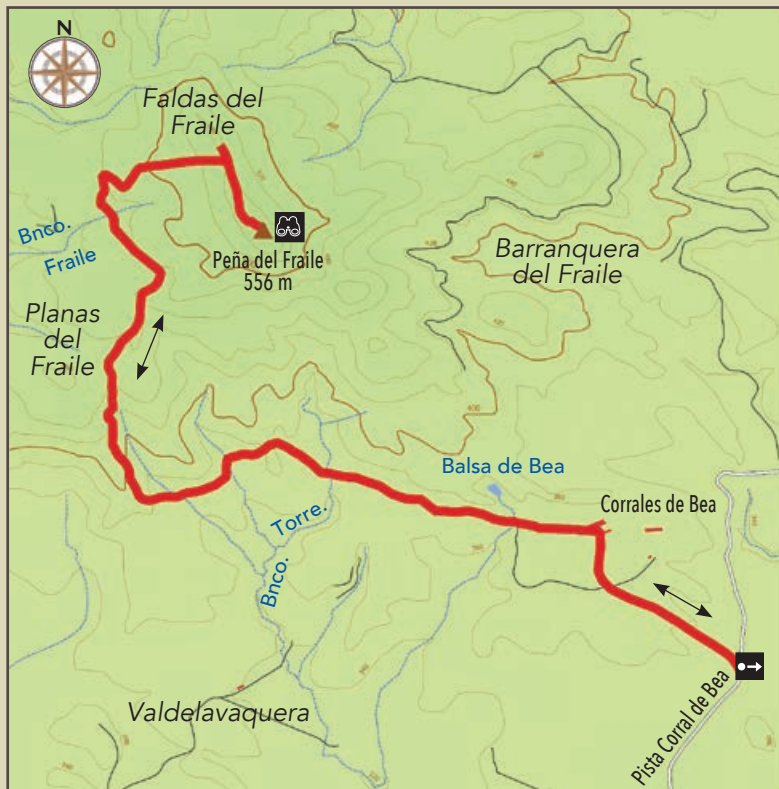


Tudela, Château de Cortes et Monastère de Tulebras



Huile et menestra de légumes





0 250 500 750 m

Échelle 1:10.000

WEB CIRCUIT

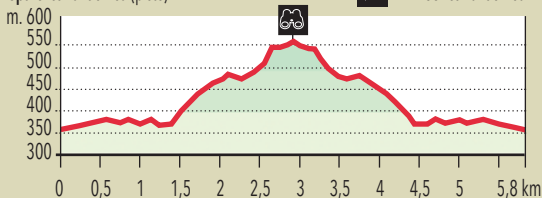
TÉLÉCHARGEZ
TRACK GPS



LE PROFIL

Départ: corral de Bea (piste)

Arrivée: corral de Bea



 Sentier balisé
en blanc et vert

SERVICES



En été, il est conseillé d'éviter
les heures de forte chaleur





Circuit de las Roscas



8,2 km



120 m



2 h 30'



FITERO. La Ribera

30 T 594107 4656477

DÉPART: Centre ville de Fitero. Départ NA-6991

Un singulier circuit à travers la plaine fertile de la rivière Alhama et le massif de las Roscas, composé de conglomérats dessinant des formes insolites.

Ce circuit démarre au croisement des routes qui, depuis Fitero, conduisent à Cascante et Valverde. Nous empruntons celle qui conduit à cette dernière localité et, très vite, nous nous dévions sur un chemin agricole qui pénètre dans la plaine fertile de l'Alhama.

Nous passons à proximité de la «Grotte de la Mauresque»-cadre d'une légende de Bécquer- et de l'une des glaciers les mieux conservées de Navarre. Au fur et à mesure que nous montons, nous apercevons, à gauche, un coteau

où se trouvent encore les vestiges du château arabe de Tudeján.

Le chemin monte jusqu'à une colline où nous observons d'étranges formations rocheuses conglomérées, appelées «Las Roscas», et qui sont l'attrait principal de ce circuit. L'érosion qui a donné lieu à cette alternance d'enfoncements et de saillies dans les parois rocheuses nous offre un spectacle incomparable du point de vue géomorphologique. Pour finir, nous regagnons à nouveau la route par le ravin des Blancares.



Monastère et Balnéaire de Fitero, Corella



Empanada (tourte) et asperges





0 500 1.000 1.500 2.000 m

Échelle 1:23.000

WEB CIRCUIT

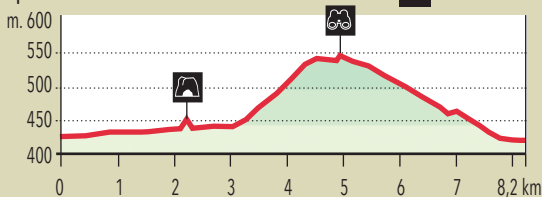
TÉLÉCHARGEZ
TRACK GPS



LE PROFIL

Départ: Fitero

Arrivée: Fitero



 Sentier balisé
en blanc et vert

SERVICES

i **P**

En été, il est conseillé d'éviter
les heures de forte chaleur





Sentiers accessibles



La Navarre offre à toutes les personnes la possibilité de profiter du tourisme. La Nature amie les accueille, sur différents sentiers accessibles à tous, qu'elles aient ou non des nécessités spéciales physiques, sensorielles ou cognitives.

Sentier de Bertiz (Parc Naturel de Bertiz)

 30 T 612788 4777143

P.N. de Bertiz. Oiiregi

Les personnes ayant des nécessités spéciales peuvent profiter de ce paysage idyllique et ressentir pleinement l'intensité de la forêt. Pour les personnes à mobilité réduite, plusieurs sentiers avec différents degrés d'accessibilité sont aménagés. Les 450 m de sentier sensoriel du jardin sont à la disposition des personnes qui préfèrent une promenade plus tranquille.



Sentier de Leurtza (Urrotz)

 30 T 604565 4769576

Aire Naturelle Récréative de Leurtza. Urrotz

Cet itinéraire part de l'aire récréative, c'est un circuit de 2 km sur le périmètre du lac de barrage intérieur, conçu pour tous les publics, y compris les personnes non-voyantes et les personnes à mobilité réduite. Au départ, il est peu accessible aux personnes en fauteuil roulant.



Sentier d'Orgi (Lizaso)

 30 T 607770 4757827

Aire Naturelle Récréative d'Orgi. Lizaso

Sentier simple de 2,4 km pour les personnes non-voyantes et à mobilité réduite. Information accessible pour tous avec des panneaux interprétatifs.



Sentier de Morterutxo (Parc Naturel Urbasa-Andia)

 30 T 567630 4745554

Déviation avec panneau au km 31,5 NA-718

Promenade en boucle de 850 m dans la forêt. Du plaisir pour tous, y compris pour les personnes à mobilité réduite, avec une incapacité visuelle et les personnes âgées. Des bancs, des plinthes de guidage, des panneaux en braille sont à la disposition du promeneur, le sol et les dénivelés sont très accessibles.



Autres circuits



CHEMIN DE SAINT-JACQUES



La Navarre est la porte d'entrée du Chemin de Saint-Jacques dans la péninsule. Le visiteur découvre ses trésors artistiques et sa diversité naturelle et culturelle sur un parcours que le roi navarrais Sanche III le Majeur promut, au XI^e siècle, au rang d'officiel, sous le nom de **Chemin Français**.

Deux grands itinéraires traversent le Royaume de Navarre: celui qui arrive des Pyrénées, rentre par Luzaide / Valcarlos (196 km) et traverse la légendaire Orreaga / Roncevaux, et celui qui **vient d'Aragon** (65 km) et traverse Sangüesa, l'embranchement aragonais, pour rejoindre le Chemin Français à Puente la Reina. De là, il part vers Estella-Lizarra, Los Arcos et Viana. En Navarre il se compose d'environ 8 tronçons.

D'autres embranchements du Chemin de Saint-Jacques passent également en Navarre. Le **Chemin de Saint-Jacques du Baztan**, qui parcourt 69 km en Navarre (6 étapes). Il arrive de Bayonne et passe par Urdazubi / Urdax, Amaiur, Elizondo, Berroeta, Lantz, Olagüe et Arre, où il rejoint le Chemin Français. Enfin, le **Chemin de Saint-Jacques de l'Èbre**, de 40 km, en 2 étapes, de Cortes à Castejón, en passant par Tudela.

CHEMIN IGNATIEN



Le Chemin Ignatien, recrée l'itinéraire que le chevalier Ignacio de Loyola parcourt, en 1522, depuis sa ville natale, Azpeitia (Gipuzkoa), jusqu'à la ville catalane de Manresa. Un pèlerinage qui commence après sa conversion spirituelle à Loliola, dont la destination finale est la ville sainte de Jérusalem. La totalité du circuit compte environ 650 km et se divise en 27 étapes, il traverse 5 communautés autonomes et évolue au milieu d'une grande diversité paysagère, culturelle et gastronomique.

En Navarre, le Chemin rentre par Genevillla, passe

à Meano et Lapoblación et pénètre sur le territoire d'Alava. Ensuite, il longe l'Èbre et arrive à Castejón, en passant par Tudela et Cortes, et poursuit sa marche vers Saragosse.

Plus d'informations: www.caminoignaciano.org

Étapes en Navarre:

- Étape 6: Alda-Genevilla; 23,3 km
- Étape 7: Genevilla-Laguardia; 27 km
- Étape 12: Alfaro-Tudela; 23 km
- Étape 13: Tudela-Gallur; 38 km

VOIES VERTES



Les Voies Vertes, anciennes voies ferrées, sont une alternative saine et sûre pour le randonneur ou le cycliste, sur des circuits regorgeant d'histoire, de charme naturel et dépourvus de circulation motorisée.

En Navarre nous avons la chance de disposer de cinq voies de ce type qui parcourent tout le territoire, sur une longueur de 117 km: celle du **Plazaola**, qui parcourt l'ancien tracé ferroviaire qui reliait Pampelune à Donostia-Saint-Sébastien (68 km); **celle de la Bidassoa**, qui relie Legasa à Endarlatsa (35 km); celle de **l'Iraty-Gorges de Lumbier** (6 km) celle de la Voie Ferrée **Basque Navarraise** sur laquelle circulait le train appelé «cangrejero» («des crabes»), qui reliait Estella-Lizarrà à Vitoria-Gasteiz (27 km) et la voie verte du «**Tarazonica**» entre Tudela et Tarazona (22 km) connue sous le nom de «Escachamatas» (égrasse touffes).



GRS (SENTIERS DE GRANDE RANDONNÉE)



Quatre Sentiers de Grande Randonnée (GR) traversent la Navarre, des marches de plus de deux journées qui dépassent les 50 km.

- Le **GR-11** Sentier Pyrénéen, dont 170 km traversent le territoire navarrais en 8 étapes.
- Le **GR 20** Tour à la Sierra d'Aralar est un circuit en boucle de 120 km en 7 étapes.
- Le **GR-12** Sentier d'Euskal Herria, 9 étapes sur la ligne de partage des eaux Cantabrique-Méditerranée.

- Le **GR-220** ou Tour du Bassin de Pampelune. Circuit en boucle en 6 étapes et 114 km.
- Le **GR-225** de l'Évasion d'Ezcaba, c'est la route empruntée par certains des prisonniers qui se sont évadés du bagne de San Cristobal. 53 km en 5 étapes.
- Le **GR-321** Camino Real de la Vallée de Roncal. Il s'agit de 2 étapes et de 3 embranchements, de 37,1 km qui relient les localités de la Vallée.

Plus d'informations: www.nafarmendi.org



La Navarre gastronomique



La Navarre vous offre toute sorte de circuits pour vous adonner à la randonnée, mais aussi une gastronomie fabuleuse. De la Montagne à la Ribera, la richesse et les nuances de ses produits ne cessent de surprendre le visiteur





Cette terre, qui est un paradis pour le randonneur, est aussi une source inépuisable de plaisir pour les amateurs de la bonne chère. L'alliance parfaite: des routes et des excursions avec, de temps à autre, une halte pour honorer sa gastronomie. La Navarre se démarque par la variété de ses paysages et de ses produits – quinze labels de qualité, ni plus ni moins- tous de haut niveau.

Les pâturages de la Montagne produisent d'excellentes viandes bovines et ovines, et ses forêts, une chasse très prisée et des petits trésors culinaires, comme les cèpes. Il faut absolument goûter ses fromages à l'appellation contrôlée, ses pâtés, son cidre et ses desserts inimitables, comme le lait caillé.

À Pampelune, la meilleure gastronomie du nord et du sud se donnent la main. Au fur et à mesure que le visiteur approche du Bassin, l'odeur de l'agneau grillé, du relleno et de la

chistorra viennent flatter délicieusement son odorat. Nul ne doit quitter la capitale sans avoir parcouru les rues de son quartier historique et avoir goûté ses nombreux pinchos, véritables délices de la haute cuisine en miniature.

Poivrons, asperges et pochas, produits phare du potager de la Zone Media où des arômes de truffe, de vignobles, de pressoirs, de fromages et de porcelet grillé régalaient les sens. Des terres fertiles de la Ribera de l'Èbre nous viennent des trésors tels que les artichauts, les cogollos, l'incontournable menestra, ainsi que des vins splendides et des huiles délicieuses.

Les vins rouges navarrais sont puissants et savoureux, ses blancs fruités et ses rosés désaltérants, tous se marient à la perfection avec n'importe quel mets. Après le repas, un toast porté avec du pacharan s'impose, la liqueur navarraise par excellence.



Recommandations

- ✓ Respectez les panneaux de signalisation.
- ✓ Respectez et prenez soin de la nature (flore, faune, rivières...). Veuillez ne pas altérer, modifier et/ou retirer des éléments du milieu naturel.
- ✓ Veuillez ne pas jeter ni enterrer des ordures, des mouchoirs ou des épluchures. Déposez-les dans des containers prévus à cet effet.
- ✓ Fermez les portails ou barrières que vous trouvez sur votre route.
- ✓ Consultez les prévisions météorologiques.
- ✓ Emportez nourriture, eau et téléphone.
- ✓ Portez des vêtements et des chaussures adéquats et adaptés à la saison.
- ✓ Emportez des jumelles et portez des vêtements aux couleurs neutres vous permettant d'observer la faune.
- ✓ En été, protégez-vous de fortes chaleurs.
- ✓ Promenez-vous en silence et apprenez à connaître les coutumes des animaux.
- ✓ Profitez de la nature et de ce que la Navarre vous offre: ses gens authentiques, son patrimoine culturel et sa prestigieuse gastronomie.
- ✓ En cas d'urgence, appelez:



Sentier Route de Gartxot



Offices de Tourisme

INFORMATION TOURISTIQUE DE NAVARRE:



Tel. +34 848 420 420



www.turismo.navarra.es



turismo@navarra.es

1

BERTIZ

TEL. 948 592 386

oit.bertiz@navarra.es

2

ESTELLA-LIZARRA

TEL. 848 420 485

oit.estella@navarra.es

3

LEKUNBERRI

TEL. 948 507 204

oit.lekunberri@navarra.es

4

OCHAGAVÍA / OTSAGABIA

TEL. 948 890 641

oit.ochagavia@navarra.es

5

OLITE / ERRIBERRI

TEL. 948 741 703

oit.olite@navarra.es

6

ORREAGA / RONCESVALLES

TEL. 948 760 301

oit.roncesvalles@navarra.es

7

PAMPLONA / IRUÑA

TEL. 948 420 700

oficinaturismo@pamplona.es

8

RONCAL / ERRONKARI

TEL. 948 475 256

oit.roncal@navarra.es

9

SANGÜESA / ZANGOZA

TEL. 948 871 411

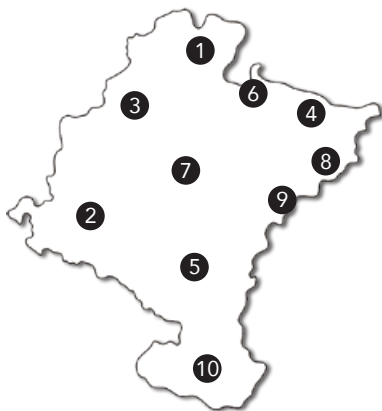
oit.sanguesa@navarra.es

10

TUDELA

TEL. 948 848 058

oit.tudela@navarra.es





www.turismo.navarra.es

T. 848 420 420

NAVARRRE

 turismonavarra

 turismoreynodenavarra

 turismonavarra