

# De la Nive au littoral basque

Retrouvez l'ensemble des itinéraires dans ►►  
disponible dans les Offices de Tourisme



NIV  
3

MOYEN

## LE SENTIER DE LA RHUNE LARRUNGO BIDEA



Vue sur l'océan depuis la Rhune

**R**andonnée qui vous permettra d'atteindre le sommet de la Rhune, où vous pourrez vous restaurer avant d'entreprendre la descente. Le panorama est exceptionnel.

**D** Stationner sur le parking des carrières que vous trouverez en prenant la première route à droite après la mairie, en direction de Sare. En haut du parking, prendre le chemin en pierre à droite  
**1** 0611218-4797702, puis le premier sentier à gauche qui monte vers le sommet.

Le début de la montée se fait à travers de jeunes plantations de chênes et de bouleaux.

0h58

Au "prunier", dans un croisement en Y  
**2** 0610859-4796924, prendre le sentier à droite, vers l'ouest, en direction du plateau de Miramar : beau point de vue sur la côte basque.

Après avoir longé des bergeries restaurées, passer sous un petit bois de résineux pour rejoindre l'oratoire et l'ancienne table d'orientation utilisée par l'Impératrice Eugénie de Montijo lors de son ascension de la Rhune. Après l'oratoire, rejoindre sur un plateau le sentier qui vous mènera vers le sommet de la Rhune

1h46

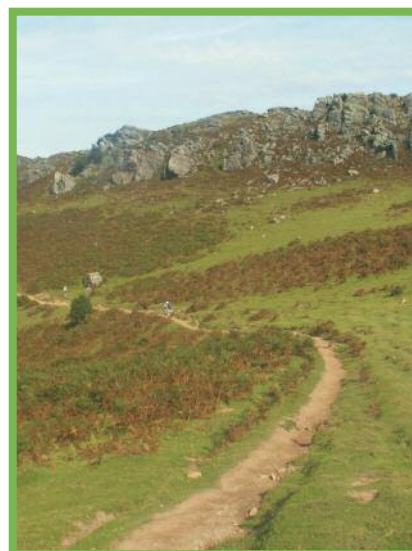
**3** 0611626-4798683. Une fois au sommet, profiter du paysage et revenir

sur ses pas pour redescendre.

Eviter le plateau de Miramar. Descendre directement par la grande piste jusqu'au parking des carrières en vous laissant guider par le balisage jaune.

Vous aurez peut être l'occasion d'observer les hirondelles de rochers, et d'apprécier leurs acrobaties aériennes.

4h30

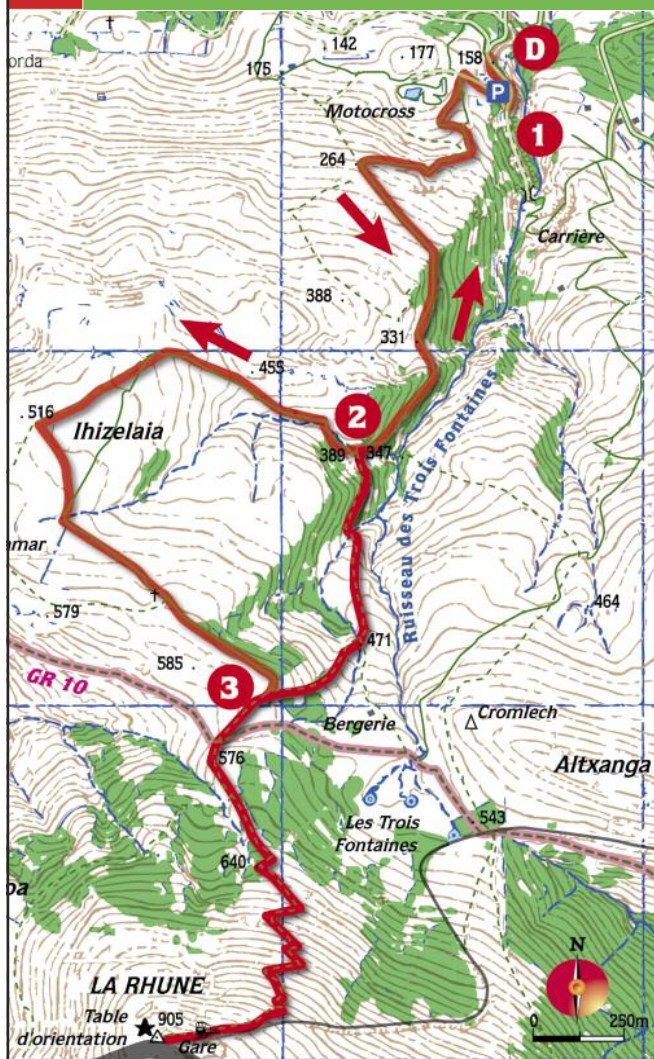


Sur le sentier de la Rhune

**NIV  
3****MOYEN**

# LE SENTIER DE LA RHUNE

LARRUNGO BIDEA

**D** Ascaïn,  
parking des Carrières

GPS : 0611582-4798806

**4h30** **9,5 km** **782 m****Balisage****D** à **3** **A ne pas manquer**

- La Rhune (vue panoramique)
- Très beaux cayolars (cabanes)
- Oratoire

- 
- A éviter par mauvais temps
  - Fort dénivelé

## LA RHUNE - LARRUN

Sommet gréseux du Pays Basque, la Rhune (Larrun en basque), qui culmine à 905 m, offre un magnifique panorama sur la montagne et l'océan. Par temps clair, le regard porte jusqu'aux pinèdes landaises.

La Rhune est un haut lieu de pâturages, comme en témoignent les nombreux cayolars (bergeries) aux toits de lauzes, ainsi que les troupeaux de brebis et pottoks. On peut accéder au sommet dans un petit train à crémaillère, au départ du col de St-Ignace.



Sommet de la Rhune

Renseignements complémentaires auprès de :

**Office de Tourisme d'Ascaïn**

Rue San Ignacio - 64310 ASCAÏN - Tél : 05 59 54 00 84

Mail : [ascaïn.tourisme@wanadoo.fr](mailto:ascaïn.tourisme@wanadoo.fr) - Web : [www.ascaïn-tourisme.fr](http://www.ascaïn-tourisme.fr) **TERRE ET CÔTE BASQUES**  
PAYS DE SAINT-JEAN-DE-LUZ - HENDAYE

## GUIDES RANDO 64

*à pied, en vtt ou à cheval, découvrez le Béarn et le Pays basque !*

## Niveaux

**Le dénivelé** indiqué sur les fiches représente le total des montées. Les temps de parcours sont calculés sans les arrêts.

**Les randonnées pédestres sont classées par ordre de difficultés** et différenciées par des couleurs dans la fiche pratique de chaque circuit. Nous suivons en cela, les recommandations de la FF Randonnée.

**Très facile** moins de 2 h de marche  
*Idéale à faire en famille, sur des chemins bien tracés.*

**Facile** moins de 3 h de marche  
*Peut être faite en famille. Sur des chemins,*

*avec quelquefois des passages moins faciles.*

**Moyen** moins de 4 h de marche.  
*Pour randonneur habitué à la marche. Avec quelquefois des endroits assez sportifs ou des dénivelées.*

**Difficile** plus de 4 h de marche.  
*Pour randonneur expérimenté et sportif. L'itinéraire est long ou difficile (dénivelé, passages délicats), ou les deux à la fois.*

**Durée de la randonnée** : La durée de chaque circuit est donnée à titre indicatif. Elle tient compte de la longueur de la randonnée, des dénivelées et des éventuelles difficultés.



Une photo locale des sentiers ou balisage

## Balisage

Suivez le balisage pour rester sur le bon chemin

Balisage des sentiers	Sentiers de pays et PR®	GR®
Bonne direction		
Tourner à gauche		
Tourner à droite		
Mauvaise direction		

GR®, GRP® et PR® sont des marques déposées par la Fédération Française de Randonnée Pédestre.

## Labels randos

### Itinéraires labellisés PR® :

Avec ce label la FF Randonnée agréé un certain nombre d'itinéraires pédestres en fonction de critères de qualité. Le choix se fait en fonction de critères d'agréments, techniques, touristiques et environnementaux. (Plus d'info sur [www.ffrandonnee.fr](http://www.ffrandonnee.fr))

## Votre avis sur nos sentiers - Ecoveille®

Les itinéraires que nous vous proposons ont fait l'objet de la plus grande attention. Vos impressions et observations sur l'état de nos chemins, nous intéressent et nous permettent de les maintenir en état. Nous vous invitons pour nous communiquer vos remarques à contacter le Syndicat Nive-Nivelle au 05 59 93 90 86

Vous pouvez télécharger la fiche Ecoveille® sur [www.rando64.com/ecoveille](http://www.rando64.com/ecoveille)

Vous pourrez vous y procurer une fiche d'observation Ecoveille®.

## Coordonnées GPS des itinéraires

Pour chaque itinéraire sont fournies les coordonnées GPS des points d'étape du parcours.

Le format de référence est le suivant :

**WGS 84 - UTM 30T**

## Recommandations utiles

Météo 08 92 68 02 64

Appel d'urgence européen 112

Parcourir les chemins de la Nive au littoral basque nécessite d'adopter un comportement respectueux envers la nature, les hommes et femmes qui font vivre ce territoire.

Il est important que quelques règles soient respectées.

### Préservez la nature

- Munissez-vous d'un sac pour emporter vos déchets
- Respectez la faune et la flore
- Restez sur les sentiers balisés

### Préservez-vous

- Ne partez pas sans le matériel nécessaire
- Evitez de partir seul
- Ne buvez pas l'eau des ruisseaux
- Renseignez-vous sur la météo

### Respectez les activités et les hommes

- Pensez à refermer les barrières
- **Evitez de partir en randonnée avec votre chien. Dans tous les cas, tenez-le en laisse**
- Les feux sont interdits
- Respectez les propriétés privées qui bordent les itinéraires

### Attention !

En période de chasse à la palombe (octobre à novembre), aux battues toute l'année et en période d'écobuage (décembre à mars), certains circuits sont à éviter.