

LE PLATEAU DU BÉNOU ET SES CROMLECHS

Une jolie promenade au départ de la chapelle de Houndas, érigée il y a 300 ans afin de protéger les troupeaux d'éventuelles épidémies. Cet itinéraire vous offrira un panorama imprenable sur le fond de vallée en forme de « U », témoin de l'érosion causée par le passage du glacier d'Ossau. Vous découvrirez en chemin des cromlechs, cercles de pierres attestant une présence humaine en des temps très reculés (environ -1000 av. J.-C.). Vous rencontrerez sûrement chevaux et vaches pâturant librement, aussi sachez garder vos distances afin de respecter leur tranquillité.



CARACTÉRISTIQUES de l'ITINÉRAIRE

DURÉE : 2h **DÉNIVELÉ :** 160m **NIVEAU :** très facile **CARTE IGN :** Laruns-Gourette TOP 25 1546 ET

■ Accès

Rendez-vous au village de Bielle pour y prendre la direction « plateau du Bénou ». Vous passez au-dessus du village de Bilhères pour arriver sur la chapelle de Houndas. Garez-vous au parking sur la gauche, au niveau de la chapelle.

■ Itinéraire

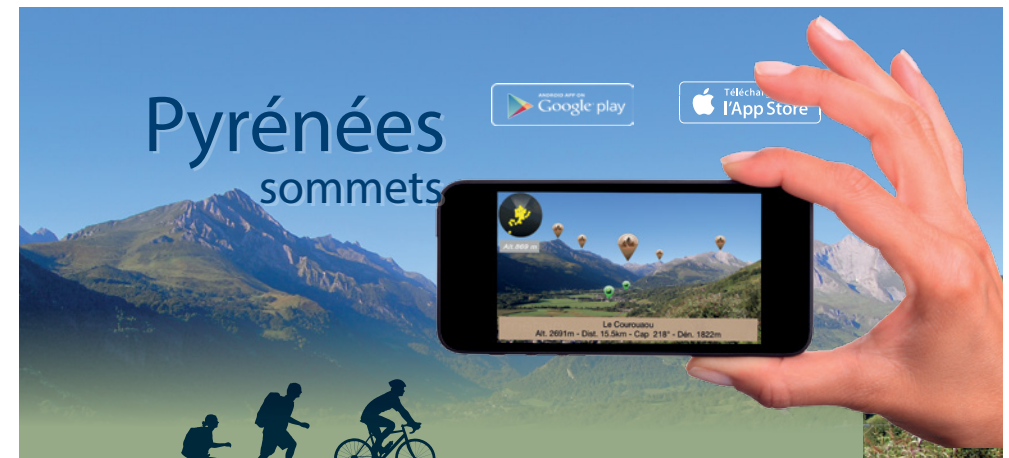
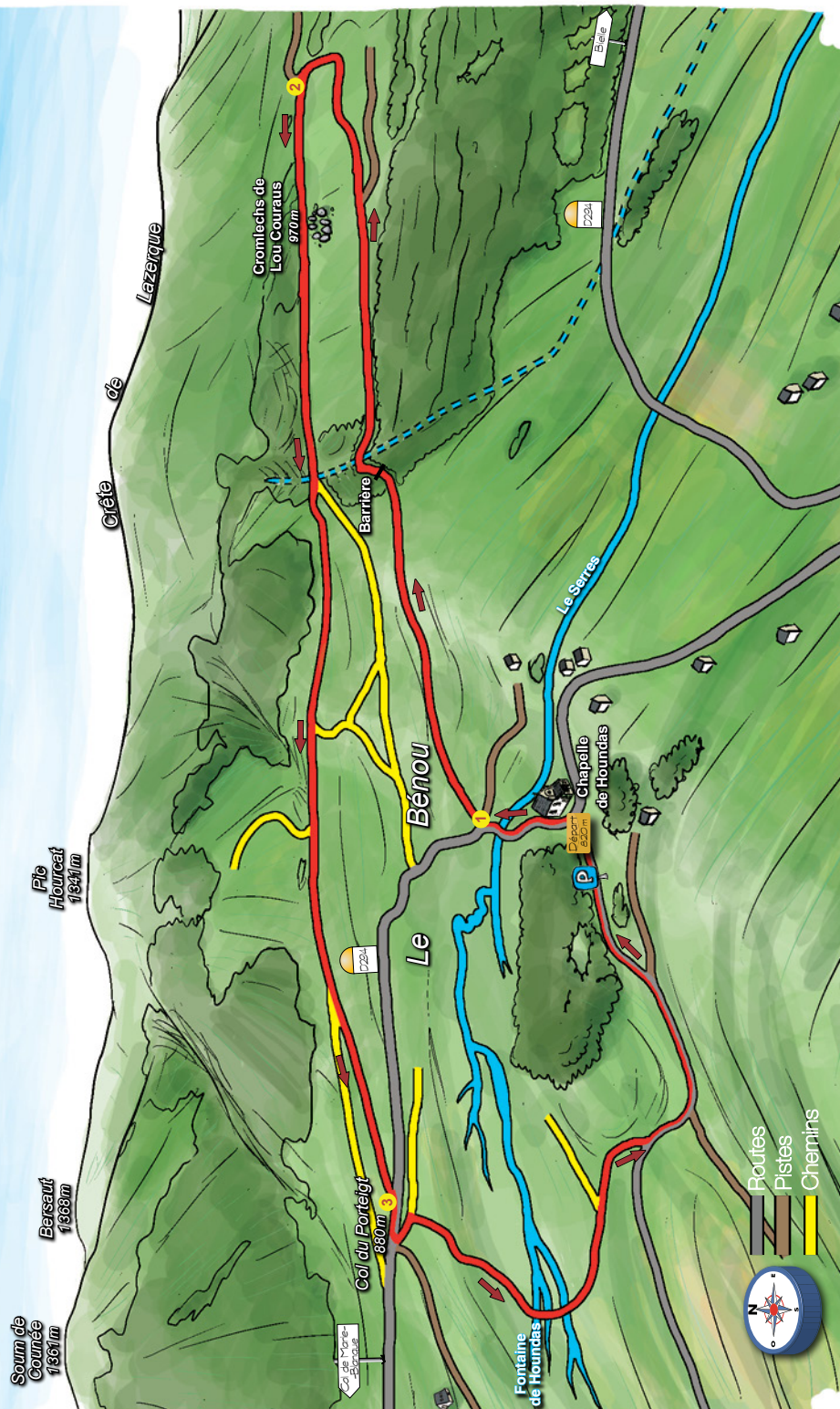
Récupérez la route qui passe derrière la chapelle et remontez-la sur 250 mètres. Laissez une première piste sur votre droite et empruntez la suivante ①. Très rapidement, passez une barrière puis un petit talweg (point bas), continuez sur la piste jusqu'à

un replat herbeux ②. Durant cette montée, vous avez une magnifique vue plongeante sur le village de Bilhères et sur le fond de la vallée d'Ossau. Levez les yeux, de nombreux rapaces (tels les vautours fauves ou les vautours percnoptères) aiment venir planer sur les flancs du Lazerque.

Au replat herbeux ②, laissez la piste pour emprunter le chemin sur votre gauche indiqué par un panneau « cercle de pierres ». Vous arrivez très vite aux cromlechs. Profitez du panorama vous offrant une vue sur le massif de Gourette au sud-est, sur le Lauriolle au sud et sur le rocher d'Aran surplombant le plateau du Bénou.

Après un petit passage souvent boueux, vous débouchez dans une petite clairière que vous remontez tout droit en laissant sur votre gauche une sente. Le chemin redescend alors, suivez-le jusqu'au col du Porteigt qui rejoint la route ③.

Traverser alors la route, puis suivre la sente menant aux fontaines de Houndas connues sous le nom de « hondaas de las Hadas » (fontaines des fées) ; ce chemin vous ramènera tranquillement à votre voiture, en empruntant des pelouses bien vertes dont les juments et les vaches raffolent



Pour vous accompagner dans vos balades et randonnées,
Les Guides Goursau vous proposent de télécharger l'application :

Pyrénées sommets



Télécharger dans
l'App Store



ANDROID APP ON
Google play

PICS, COLS, LACS, REFUGES, VILLAGES, CHAPELLES, ATTRACTIONS, ETC.



De la Méditerranée à l'Atlantique, plus de 4000 sommets pyrénéens en France et en Espagne affichés en réalité augmentée. Fonctionne même sans couverture réseau grâce au GPS.

LA VALLÉE D'OSSAU

CONSEILS PRATIQUES

AVANT DE PARTIR

Choisissez un itinéraire adapté à votre condition physique. Les temps de marche sont donnés à titre indicatif ; ils n'incluent pas les pauses.

Restez modeste quant à vos capacités, augmentez graduellement les difficultés.

Les dessins en trois dimensions permettent d'avoir une bonne idée du relief ; cependant, il est conseillé de se munir de cartes IGN et d'une boussole afin de se repérer en cas de doute. La pratique du circuit décrit ci-joint est sous votre entière responsabilité.

Prenez la météo avant de partir, elle est affichée à l'office de tourisme de Laruns. Vous pouvez aussi l'obtenir par téléphone au 08 92 68 02 64.

Informez-vous de la réglementation des zones traversées (Parc National, zone pastorale). Les chiens sont formellement interdits dans le Parc National. En dehors de cette zone, tenez-les impérativement en laisse : le pastoralisme étant très présent en vallée d'Ossau, vous croiserez inévitablement des troupeaux en liberté.

L'usage de véhicules automobiles sur les pistes est strictement réservé aux bergers. Aussi, garez-vous aux endroits indiqués dans les descriptifs d'itinéraires.

MATÉRIEL À PRÉVOIR

Des chaussures adaptées à la marche vous éviteront glissades et protégeront vos chevilles.

Quelle que soit la météo annoncée, pensez à glisser dans votre sac à dos : habits chauds, casquette, crème solaire, vêtement de pluie, nourriture, boisson, ainsi qu'une petite pharmacie.

Le téléphone portable peut être très utile en cas d'incident (numéros de **secours** : 15 ou 112).



EN VENTE
En librairie ou
sur www.guidesgoursau.fr

15 balades
et randonnées
dans la
Vallée d'Ossau.
Un choix des
plus beaux sites
à découvrir
en famille
ou entre amis.



PENDANT LA RANDONNÉE

Un départ matinal vous permettra d'éviter les risques d'orages de la fin de journée.

Faites des pauses fréquentes, sans hésiter à boire et à manger.

Pensez à vous ravitailler en eau avant de ne plus en avoir. Ne consommez pas celle des ruisseaux, qui peut être contaminée par un animal mort.

Méfiez-vous des effets du soleil de montagne, n'oubliez pas de vous protéger.

N'hésitez pas à écourter votre randonnée ou à faire demi-tour en cas de difficulté (problème d'itinéraire, mauvais temps, fatigue, blessure). Une sortie facile par temps sec peut s'avérer difficile par temps humide.

Sachez être discret en vous baladant. Cela vous permettra de multiples observations d'animaux et préservera leur tranquillité.

Les troupeaux de brebis sont très souvent accompagnés par un patou (grand chien blanc) destiné à protéger les brebis ; aussi, gardez vos distances.

En montagne, même en dehors du Parc National, soyez responsables et laissez la montagne aussi propre que vous l'avez trouvée : emportez vos poubelles, refermez les barrières derrière vous... Et les fleurs, ne sont-elles pas plus belles dans leur milieu naturel ?