

# De la Nive au littoral basque

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



NIV  
4

DIFFICILE



CIRCUIT DE LA MONTAGNE - Mendiko Itzulia

ESPELETTE



**S**uperbe itinéraire montagnard qui vous mènera au Pic du Mondarrain. Pour randonneurs expérimentés et adeptes de la course en montagne (trail). Les temps de références sont donnés pour les marcheurs.

Sommet du Mondarrain

## Accès au départ :

Place du marché, à proximité du centre du village et d'un vaste parking, face au restaurant Doxpi.

Depuis la place du marché **D** 625909 - 4799691, passer devant le château. A l'intersection (devant la gendarmerie), emprunter à gauche la RD 918 sur 150 m, puis tourner à droite en face du maraîcher **1** 0626177 - 4799844. Après une montée relativement raide **2** 626910 - 4798874, rejoindre le quartier Haranea **3** 0626742 - 4798358. Traverser la RD et poursuivre en face sur 125 m jusqu'à l'intersection. Prendre à gauche sur la route qui monte en lacets. Ne pas manquer sur la droite le sentier **4** 626858 - 4797790, qui monte à travers les fougères et les ajoncs et rejoint une piste qu'il faut suivre par la droite. Sur le plateau d'Escondray, à l'intersection, poursuivre tout droit à flanc de montagne. Après les tourbières de pente, tourner à gauche vers le col d'Amezqueta et son boisement de résineux **5** 627222 - 4796503. Prendre à droite en direction du pic du Mondarrain. Ne pas s'écarter du balisage tout au long de la montée qui traverse une hêtraie et des éboulis rocheux.

1h00

1h20

2h00

2h30

3h05

4h15

5h20

5h55

6h30

Vous serez récompensés par la superbe vue panoramique depuis le sommet **6** 627155 - 4795537. Après une descente raide, le sentier se transforme en piste et atteint le col de Zuharreta et le GR®10 **7** 626686 - 4794140. Suivre le GR®10, à droite, par le large chemin de terre jusqu'au petit col **8** 625909 - 4795205. Quitter très vite le GR®10, et prendre à droite, la piste qui monte assez raide jusqu'à un replat. Rejoindre la piste quittée auparavant, au col des Trois Croix **9** 624431 - 4795590. Au col, ne pas manquer le chemin qui descend à droite, vers la vallée. Rejoindre la route goudronnée. Au lieu dit « Haltia », emprunter cette route jusqu'à la ferme Mehaxea où vous rejoindrez le GR®8 **10** 624837 - 4797953. Après avoir longé une clôture sur la droite, redescendre jusqu'à la vallée. Traverser le ruisseau Latsa **11** 625262 - 4898780. Le village n'est plus très loin.



**D** Espelette, place du marché

GPS : 625909 - 4799691



**6h30**

**17 km**  
**+908 m**  
**-908 m**

**Balisage**

- D à 7
- 7 à 8
- 8 à 10
- 10 à 11

**A ne pas manquer**

- Col des Trois Croix
- Ruines forteresse du Mondarrain
- Vue depuis les crêtes du Pic de Soporro
- Course des crêtes : 1er samedi de juillet

- Prudence sur la RD 918
- Garder ses distances avec les animaux

Renseignements complémentaires auprès de :  
**Office de Tourisme d'Espelette**

Château des Barons d'Espeleta – 64250 Espelette - Tél : 05.59.93.95.02  
 Mail : [espelette.tourisme@wanadoo.fr](mailto:espelette.tourisme@wanadoo.fr) - Web : [www.espelette.fr](http://www.espelette.fr)



Liste complète des guides randos 64 sur [www.rando64.fr](http://www.rando64.fr)

**[www.rando64.fr](http://www.rando64.fr)**

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

# BIEN CHOISIR VOTRE RANDONNÉE

## Niveaux et balisage



**Dénivelé** : pour chaque circuit est indiqué le total cumulé des montées.



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



### Circuits pédestres

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.

▶ Moins de 2 h de marche  
Idéale à faire en famille, sur des chemins bien tracés.

▶ Moins de 4 h de marche.  
Pour randonneur habitué à la marche. Avec quelquefois des endroits assez sportifs ou des dénivelées.

▶ Moins de 3 h de marche  
Peut être faite en famille. Sur des chemins, avec quelquefois des passages moins faciles.

▶ 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.

Suivez le balisage pour rester sur le bon chemin

Balisage des sentiers	Sentiers de pays et PR®	GRP®	GR®	VTT	Equestre
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. Certains itinéraires ont été sélectionnés par la Fédération Française de randonnée pédestre en fonction de critères de qualité, ils sont labellisés PR®.



Signalétique des sentiers de randonnées

### Coordonnées GPS des itinéraires

Le format de référence ici est WGS 84 - UTM 30T  
Téléchargez les tracés GPS des circuits sur :  
[www.rando64.fr](http://www.rando64.fr)

## RECOMMANDATIONS UTILES

▶ Météo 08 92 68 02 64 ou 32 50  
ou sur [www.meteofrance.com](http://www.meteofrance.com)

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

▶ Appel d'urgence européen 112

— 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. Se renseigner auprès des offices de tourisme.

Pour plus de recommandations :



### Votre avis sur nos sentiers

**Eco-veille®**

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 la Communauté de Communes Errobi au 05 59 93 65 94.

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®.

[www.rando64.fr](http://www.rando64.fr)

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