

VTT / MBT / BTI



- N°1 Les bois de Carrasquet à Sargailhouse**
Départ : la Chénale - Coarraze
1h30 8,34km 170m
- N°2 Les crêtes de Coarraze à Saint-Vincent**
Départ : la Chénale - Coarraze
2h30 15,3km 423m
- N°3 Bastides et châteaux**
Départ : pont sur l'Ouzom - Igon
Autre départ : école - Asson
Autre départ : la Chénale - Coarraze
Autre départ : église - Montaut
Autre départ : sanctuaires - Lestelle-Bétharram
3h30 35,4km 943m
- N°4 Ousse et Lagoin**
Départ : mairie - Lagos
Autre départ : place du lavoir - Beustie
3h 22km 411m
- N°5 Chemin Henri IV**
Départ : église - Saint-Vincent
5h30 AR 34km 502m AR
- N°6 Tour du Pays de Nay**
Départ : église - Montaut
Autre départ : sanctuaires - Lestelle-Bétharram
Autre départ : pont sur l'Ouzom - Igon
Autre départ : caserne des pompiers - Nay
Autre départ : place de l'église - Arros-de-Nay
Autre départ : fronton - Saint-Abit
Autre départ : carrefour D37 - Balliros
Autre départ : salle communale - Assat
Autre départ : la Chénale - Coarraze
Autre départ : église - Saint-Vincent
8h 69,4km 878m

VTC / Bike / Bici

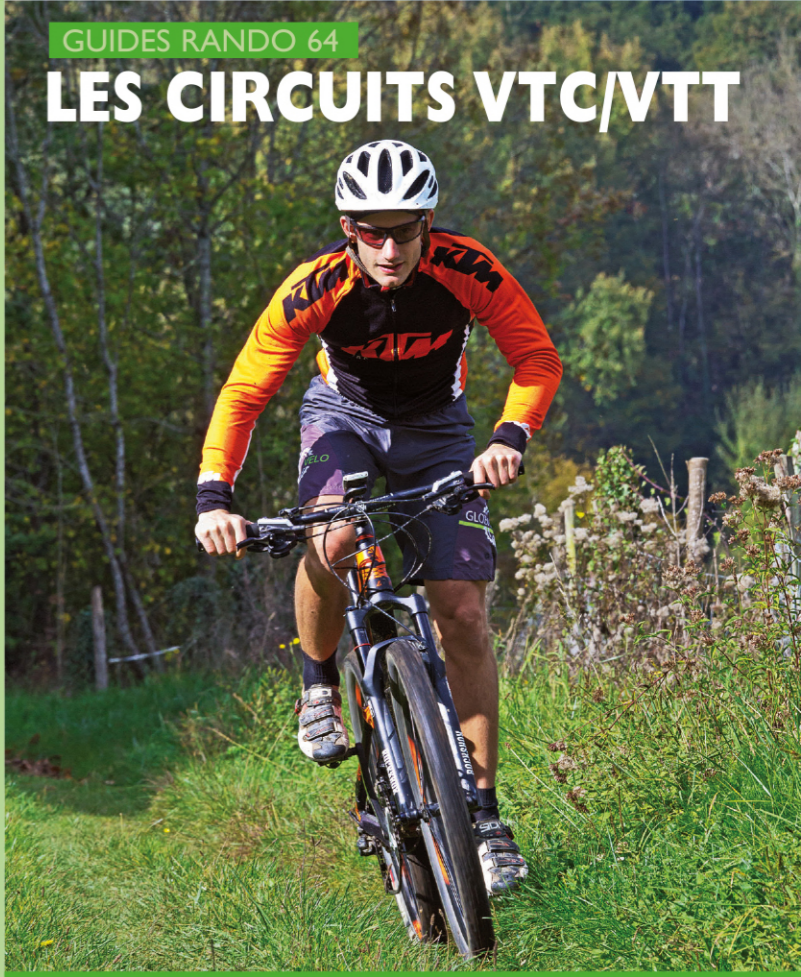


- N°1 Entre plaine et gave**
Départ : place de l'église - Arros-de-Nay
Autre départ : fronton - Saint-Abit
Autre départ : parking avant le Luz RD 124 - Pardies-Piétat
Autre départ : carrefour D37 - Balliros
2h 13,3km 70m
- N°2 Boucle du gave**
Départ : caserne des pompiers - Nay
Autre départ : base de loisirs - Baudreix
Autre départ : carrefour D37 - Balliros
Autre départ : fronton - Saint-Abit
Autre départ : place de l'église - Arros-de-Nay
Autre départ : place de la Bareilhe - Mirepeix
4h 25km 155m
- N°3 Tour du Pays de Nay**
Départ : caserne des pompiers - Nay
Autre départ : église - Haut-de-Bosdarros
Autre départ : place de l'église - Bruges
Autre départ : place de l'église D35 - Mifaget (Bruges)
Autre départ : église - Capbis (Bruges-Capbis-Mifaget)
Autre départ : parking de la mairie - Arthez d'Asson
Autre départ : place de l'église - Saint-Vincent
Autre départ : jardin public - Benéjacq
Autre départ : salle communale - Assat
Autre départ : carrefour D37 - Balliros
Autre départ : fronton - Saint-Abit
Autre départ : sanctuaires - Lestelle-Bétharram
Autre départ : église - Asson
Autre départ : pont de l'Ouzom - Igon
Autre départ : la Chénale - Coarraze
Autre départ : pont du Lagoin - Bordères
Autre départ : place de l'église - Arros-de-Nay
Autre départ : place du lavoir - Beustie
Autre départ : salle des fêtes - Angais
Autre départ : mairie - Lagos
Autre départ : place Jean Noguès - Bordès
Autre départ : place de la mairie - Boeil-Bezing
Autre départ : base de loisirs - Baudreix
Autre départ : place de la Bareilhe - Mirepeix
6h30 55km 400m

FICHES EN TÉLÉCHARGEMENT SUR :
www.tourisme-bearn-paysdenay.com

LÉGENDE

- VTT N° PARCOURS
- DIFFICULTÉ
- VTC N° PARCOURS
- DIFFICULTÉ
- VÉLOROUTE
- GR®
- GRP®



GUIDES RANDO 94 LES CIRCUITS VTC/VTT



Infos utiles

Centre anti-poison : 05 56 96 40 80
Centre hospitalier de Pau : 05 59 92 48 48
Pompiers : 18
SAMU : 15 ou avec un portable 112

Météo Pyrénées-Atlantiques : 08 92 68 02 64
Météo Hautes-Pyrénées : 08 92 68 02 65

Gendarmerie : 17
www.randof4.com

OFFICE DE TOURISME COMMUNAUTAIRE
DU PAYS DE NAY
Place du 8 mai 1945 - 64800 Nay
☎ +33 5 59 13 94 99
www.tourisme-bearn-paysdenay.com
accueil@tourisme-bearn-paysdenay.com

Le Pays de Nay
Communauté de Communes
du Pays de Nay

Crédits photos : Nelly Chiu, Franck Magron - Conception Magron - Impression : Stéphane Rühl - Impression : Sud-Quest Services Impression

CODE VTT

Les recommandations

Empruntez les chemins balisés pour votre sécurité et respectez le sens des itinéraires. • Ne surestimez pas vos capacités et restez maître de votre vitesse en toutes circonstances (VTT). • Pour votre sécurité n'oubliez pas votre casque. • Prévoyez rationnellement, boissons et vêtements adaptés. • Soyez prudent et courtois lors des dépassements ou croisements de randonneurs. • Le vététiste sait que le piéton est prioritaire, et il respecte le code de la route. • Respectez les propriétés privées et les zones de culture, renfermez les barrières. • Attention aux engins agricoles forestiers, n'entrez pas leur circulation. • Ne troublez pas la tranquillité des animaux sauvages. • Évitez la cueillette sauvage des fleurs, fruits et champignons. • En période de chasse, attention aux battues et aux palombières. • Gardez vos détritus, soyez discret et respectueux de l'environnement. • Si vous partez seul, communiquez votre itinéraire à votre entourage. • Si lors de votre parcours vous constatez la moindre anomalie, faites-en part à l'office de tourisme. Pour agrémentez vos sorties, n'hésitez pas à contacter les professionnels.

Le balisage des circuits

Les circuits sont repérés par des numéros. Ils sont classés en fonction de leur difficulté par couleur.

- très facile (vert)
- très facile (bleu)
- difficile (rouge)
- très difficile (noir)

Mauvaise direction (rouge X)
Prudence danger (rouge triangle)
Liaison (bleu double triangle)
Direction (orange triangle)
Circuits sur ce parcours (orange triangle)
Circuits VTC (vert triangle)

CIRCUIT 3

Tour du Pays de Nay (VTC)

Quoi de plus agréable que le vélo pour découvrir une région ? Cette boucle traverse champs et bois en allant jusqu'aux bords du gave. Découvrez des paysages variés où se succèdent de beaux villages sur fond de chaîne pyrénéenne.

D Caserne des pompiers, Nay
43.181447° -0.260169°
6h30
Autres départs possibles : Assat, Balirios, Pardies-Piétat, Haut-de-Bosdarros, St-Abit, Arros-de-Nay, Bourdettes, Bruges, Miraget, Capbis, Arthez-d'Asson, Asson, Igon, Coarrazze, Montaut, Lestelle-Bétharram, St-Vincent, Bénéjacq, Bordes, Lagos, Beusé, Angais, Bordes, Boeil-Bezing, Baudreix, Mirrepeix.

Dénivelé + 400 m
Balisage

215 m 0 km 366 m

CIRCUIT 1

Les bois de Carrasquet à Sargaillose (VTT)

Idéale pour les débutants en VTT, cette boucle en forêt permet de s'essayer à des chemins parfois techniques. Le passage par le lac de Sargaillose sera parfait pour une pause au bord de l'eau.

D La chénaie, Coarrazze
43.166657° -0.213899°
1h30
Dénivelé + 170 m
Balisage

170 m 0 km 354 m

CIRCUIT 1

Entre plaine et gave (VTC)

Une jolie boucle sans difficulté, qui, entre plaine et bords de gave, passe à travers champs et villages. Pratiquement toujours à plat, elle ravira tous les cyclistes en herbe qui ont envie de voir du pays sans trop se fatiguer.

D Place de l'église, Arros-de-Nay
43.199361° -0.288850°
2h
Autres départs possibles : Balirios, Pardies-Piétat (parking avant le Luz), St-Abit (fronçon).

Dénivelé + 70 m
Balisage

13,3 km 0 km 248 m

CIRCUIT 2

Boucle du gave (VTC)

Une jolie boucle sans grande difficulté qui offre un tour d'horizon de la plaine de Nay. Des beaux villages aux fermes imposantes, en passant par une campagne avec vue sur les Pyrénées, elle vous conduit sur les berges du gave de Pau où le saligot n'a pas abandonné ses droits, offrant verdure et fraîcheur en été.

D Caserne des pompiers, Nay
43.181477° -0.260128°
4h
Autres départs possibles : Balirios, St-Abit (fronçon), Arros-de-Nay (mairie), Mirrepeix, Baudreix (base loisirs).

Dénivelé + 155 m
Balisage

208 m 0 km 288 m

CIRCUIT 3

Bastides et châteaux (VTT)

Une boucle sur laquelle on peut rouler facilement mais qui est également dotée de parties plus sportives. Les montées sur pistes et sur petites routes s'enchaînent, ainsi que des descentes un peu plus techniques sur chemins. Cette boucle est aussi un joli tour d'horizon sur les coteries et la campagne en amont de Coarrazze, aux portes de la Bigorre.

D Pont sur L'Ouzoum, Igon
43.159788° -0.238126°
3h30
Autres départs possibles : Lestelle-Bétharram (parking sanctuaires), Asson (école), Coarrazze (loc. Chénaie), Montaut (église).

Dénivelé + 943 m
Balisage

274 m 0 km 520 m

CIRCUIT 4

Osse et Lagoin (VTT)

Sans grande difficulté, cette boucle offre un joli tour d'horizon sur la campagne qui s'étale de part et d'autre du chemin Henri IV. Entre bois et cultures, ce parcours, où l'on roule plutôt bien, présente à certains endroits quelques petits passages plus techniques.

D Mairie, Lagos
43.210041° -0.223220°
3h
Départ également possible à Beusé au niveau du lavoir.

Dénivelé + 411 m
Balisage

239 m 0 km 442 m

CIRCUIT 5

Chemin Henri IV (VTT)

Incontournable pour les vététistes de la région, ce chemin sans grande difficulté offre un parcours en crête de toute beauté. Tantôt sous le couvert d'une belle forêt, tantôt face aux Pyrénées, l'ambiance y est toujours exceptionnelle, à l'image de son histoire depuis le néolithique.

D Devant l'église, Saint-Vincent
43.161154° -0.148963°
2h30 aller simple / 5h30 aller-retour
Dénivelé + 271m AS et 502 m AR
Balisage

17 km AS 478 m 0 km 486 m

CIRCUIT 6

Tour du Pays de Nay (VTT)

Une très belle boucle par les chemins de traverse et qui ne manque pas de caractère. Sans jamais présenter de grandes difficultés techniques, c'est par sa longueur et sa dénivelée qu'elle s'adresse aux plus sportifs.

D Devant l'église, Montaut
43.129840° -0.200711°
8h
Autres départs possibles : Assat (salle communale), Balirios, St-Abit (caserne pompiers), Igon, Lestelle-Bétharram (parking sanctuaires), Coarrazze (loc. Chénaie), St-Vincent (église).

Dénivelé + 878 m
Balisage

217 m 0 km 69,4 km 497 m

CIRCUIT 2

Veloroute 81 Bayonne-Perpignan

La veloroute du Pays de Nay est une portion de l'itinéraire cyclable qui relie la Méditerranée à l'Atlantique, pour ensuite remonter jusqu'au nord de l'Europe par la Vélodyssée. En circuitant de village en village, on peut l'utiliser agréablement pour se balader mais aussi pour se déplacer quotidiennement dans la plaine de Nay.

D Sanctuaires de Bétharram, Lestelle-Bétharram
43.124223° -0.207456°
2h
Autres départs possibles : Nay, Baudreix (base de loisirs), Bourdettes, Arros-de-Nay, St-Abit, Pardies-Piétat, Balirios

Dénivelé + 144 m