

Camino Navarro

Ostabat - Puente la Reina



Du Pays Basque à la Navarre, la traversée des Pyrénées. Belle entrée en matière avec les pentes du Pays Basque, dans des paysages superbes, la chaîne pyrénéenne en toile de fond. Une succession de grimpettes et descentes aux difficultés variées nous amène à St Jean Pied de Port. Par une montée routière, longue et très raide, on franchit le col de Bentarte puis une série de petits cols, à la frontière espagnole, pour plonger sur Roncevaux.

A partir des Pyrénées espagnoles, le cheminement devient un peu moins physique. Passée l'ascension du Puerto de Ero, des portions plus roulantes nous mènent à Pampelune. La descente du Portillo del Perdon conduit à Puente la Reina, dernier point de convergence des chemins de Compostelle.



Ostabat - Roncevaux

*L'une des sections les plus physiques du camino, avec la montée du col de Bentarte, pour laquelle il faudra compter plus de deux heures de grimpe ininterrompue, avec des portions bien au-delà des 10%. L'apparition des toits d'ardoise de Roncevaux, après une ultime montée, est l'un des grands moments du camino. L'itinéraire est décrit en détails sur le site de l'Association des Pyrénées Atlantiques, page **ETAPES***

Ostabat - St Jean Pied de Port

D'Ostabat à **Gamarthe**, alternance de petites routes, chemins pierreux et sentiers de terre ou herbeux, sans difficulté ni pente sérieuse.

Un passage un peu étroit sur un terre-plein, au-dessus de la route, entre **Larceveau** et Gamarthe, constitue la seule petite difficulté de l'étape. Deux traversées dangereuses de la D933 avant et après Gamarthe : prudence. Le GR, malheureusement trop goudronné, ne suit plus le tracé indiqué sur la carte au 100.000°. Il reste côté gauche de la route et passe par **Bussunarits** puis rejoint **Aphat** par une bonne montée. Très beau chemin pour arriver à **St Jean le Vieux**. De Saint Jean le Vieux à Saint **Jean Pied de Port**, petites routes en vallée, sans aucune difficulté.

St Jean Pied de Port - Roncevaux

Attention : compter au minimum 3h en non-stop pour cette étape (VTTiste bien entraîné et sans charge). Les autres..



Route Napoléon, dès la sortie de Saint Jean Pied de Port, première des deux grandes épreuves physiques du camino (l'autre étant la montée du Cebreiro, en Galice). Jusqu'au col de Bentarte, dénivelé total supérieur à 1000m : **condition physique indispensable**. La pente commence dès la sortie de St Jean et atteint ses meilleurs pourcentages aux alentours du hameau de **Honto**. Après Honto, le GR coupe un grand lacet de la route, seule portion sur bon chemin, qui passe "tout à gauche". Après ce lacet, on passe la section routière la plus raide de toute la montée. La pente s'adoucit ensuite, mais reste soutenue pratiquement jusqu'en haut du col, si ce n'est deux courts passages en faux plat et une petite descente pour souffler un peu. Au pied du pic de Leizar Atheka, le GR abandonne la route (ne pas poursuivre car elle replonge sur St Jean) et grimpe à droite par un chemin herbeux (courte poussette sur la fin) vers la frontière espagnole.

Ravitaillement en eau

La longue montée du col de Bentarte peut poser problème en cas de chaleur, mais il n'est pas nécessaire de se surcharger en eau. Il existe un point de ravitaillement à Honto (km 4) et un autre 2,5 km plus loin, à Orisson. On trouve également une fontaine plus aléatoire (selon périodes) près du point de franchissement de la frontière.

Le chemin redevient ensuite du vrai chemin pour vététiste, sur bonnes pistes très agréables, parfois un peu empierreées, à travers forêts et pâturages (passages forestiers souvent boueux). Attention, garder encore des réserves d'énergie, car il reste une bonne grimpette sur les flancs du Mendi Chipi, par une piste pierreuse un peu éprouvante, qui permet

Ostabat, village typique du Pays Basque.

St Jean Pied de Port, la rue de la Citadelle, l'église Notre Dame, la citadelle de Vauban.



La montée du col de Bentarte et son panorama.



Le monastère de Roncevaux : cloître et salle capitulaire du XIV^e, collégiale, musée et trésor.



Les villages du pays basque espagnol

d'atteindre le col Lepoeder. Là, le chemin rejoint la piste goudronnée qui monte à Oranzurieta (antenne).

Deux options pour la descente

- Le sentier balisé, entièrement forestier (pas de panorama), qui permet d'atteindre **Roncevaux**. Il débute par un coupe-lacet (facultatif) puis un bon kilomètre de descente technique très raide et terreuse, encombrée de racines et de pierres, avec des passages ravinés (prudence). La suite est moins pentue, plus plaisante, et se transforme en excellent et amusant spot de descente, malgré une courte remontée en raidar. Section non recommandée en période trop humide.

- La petite piste goudronnée mais un peu gravillonneuse. Elle rejoint le puerto (col) d'Ibaneta, sur la route principale, à 2 km de l'abbaye. Ce passage très aérien offre un panorama remarquable sur toute la vallée.

Mauvais temps ou si la montée du col de Bentarte vous effraye

En cas de neige (celà peut aller de septembre à mai) ou de trop mauvais temps (là c'est toute l'année), deux alternatives :

- **Par la route principale** D128 et le col d'Ibaneta. Faux-plat montant jusqu'à **Valcarlos**, puis longue montée routière (15 km), en pente moyenne et assez régulière. Route large et peu fréquentée, assez ombragée mais sans attrait.

- **Par la variante balisée aménagée le long de la Nive**. Petite route de la sortie de St Jean jusqu'à la frontière espagnole (parking et zone commerciale), puis pistes bosselées, gravillonnées ou goudronnées, jusqu'à **Arneguy** (on repasse en France). Petite route côté français entre Arneguy et **Ondarolle**. Au fond du village d'Ondarolle, descendre à droite vers la Nive (goudron) pour rejoindre une passerelle piétonnière qui franchit la rivière pour repasser en Espagne. Très rude remontée en lacets sur piste cimentée pour rejoindre **Valcarlos** où l'itinéraire rejoint ensuite la D128. Sortie de Valcarlos : on peut suivre à gauche la petite route qui rejoint le fond de vallée et remonte jusqu'à **Ganecoleta** (centrale hydro-électrique). On reprend ensuite la D128. Les alternatives forestières (coupe lacets) pour rejoindre le port d'Ibaneta semblent plutôt réservées aux marcheurs (non testé). D'Ibaneta, courte descente routière sur **Roncevaux**.

Voir **la fiche** réalisée par l'Association des Pyrénées Atlantiques

Roncevaux - Puente la Reina

L'ascension du puerto de Erro reste la principale difficulté, et même si le profil global de l'étape est très descendant, c'est une succession de bosses qu'il faudra franchir pour arriver à Pampelune. La cité est un peu austère sur le plan architectural, mais elle mérite une étape pour l'ambiance nocturne du centre ville.

Roncevaux - Puerto de Ero

Chemin facile aménagé non loin de la route jusqu'à **Burguete**. On quitte Burguete par du bon chemin avec plusieurs franchissements de gués sur petits ponts. Courtes montées assez raides avant et après **Espinal**. Autre raidillon sur bon chemin pour atteindre l'**alto de Mezkiritz**. La descente du col s'effectue sur un sentier étroit, terreux, pentu et caillouteux, à flan de coteau, en bordure de route. Plutôt déconseillé aux VTT, et à éviter absolument en cas de pluie pour ne pas plâtrer le vélo ! Dans ce cas, continuer par la route sur 1,5km puis reprendre le camino à droite par un très court passage raide et étroit qui rejoint une piste aménagée. Chemins faciles pour atteindre **Biscarreta** (Viscarret) puis **Lintzoain** où des aménagements en dalles ont été réalisés sur cette section. Sortie de Lintzoain par 500m de rude montée sur sentier d'abord gravillonneux puis caillouteux. On rejoint une jolie piste forestière facile jusqu'au col (puerto) de Erro.

Puerto de Erro - Pampelune

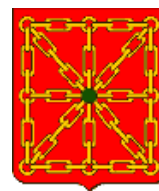


Mega spot de descente du col jusqu'à **Zubiri**. Le chemin, plutôt pentu, est caillouteux sur la fin, mais assez facile techniquement car arasé au bulldozer. On n'aura à mettre pied à terre qu'une fois, pour franchir un portillon. Prudence tout de même. Sortie de **Zubiri** par sentiers pierreux et bosselés, descente par des escaliers vers une usine de "poussière" puis court raidillon sur section pavée pour arriver au hameau d'**Ilarraz**. Sections sur goudron puis petit chemin après **Esquirotz**. Après **Larrasoana**, courte descente par escaliers vers le rio Arga qu'on longe sur du bon sentier en léger surplomb jusqu'à **Zuriain**. Entre Zuriain et

Zabaldica, sentier étroit au-dessus du rio Arga, mais sans difficulté technique. Passage aérien amusant sur corniche juste après Zabaldica. Itinéraire urbain bien balisé pour arriver au centre de **Pampelune**.

Le village coloré de Burguete avec ses maisons aux façades de style basque pyrénéen.

Le pont médiéval de Zubiri.



Pampelune, la grande cité navarraise, cathédrale et cloître gothiques. Ne pas manquer de flâner dans les ruelles de la vieille ville.



A ne pas manquer : petit détour vers Obanos et la chapelle d'Eunate (fin du camino aragonais)

Pampelune - Puente la Reina

Traversée de Pampelune très bien balisée, puis sortie de la ville par aménagement en bordure de route jusqu'à **Cizur Menor**. Beau chemin blanc en faux plat montant jusqu'à **Zariquiegui**. Montée plus pentue sur chemin accidenté jusqu'au **Portillo del Perdon**, facilement identifiable par ses immenses éoliennes. Grimpette plutôt facile et relativement courte, mais la traverse pédestre vers là droite, à mi-pente, est assez raide, et comporte quelques courts passages en portage. Rester sur le chemin plus large et accessible, il retrouve le sentier balisé quelques centaines de mètres avant le col. Début de descente très raide sur gros graviers roulants, mais ensuite ça passe plutôt bien. Attention : montée et descente du col très boueuses par temps humide. Chemins faciles et plutôt roulants d'**Uterga** à **Puente la Reina** par **Muruzabal** et **Obanos**.



La rue principale de Puente la Reina (calle mayor) et le célèbre pont sur le rio Arga.

← Bordeaux - Ostabat, voie de Tours

← Captieux - Ostabat, voie de Vézelay

← Cahors - Ostabat, voie du Puy

Puente la Reina - Burgos →



Accueil