

# D'Oloron-Sainte-Marie à Bedous

📍 OLORON-SAINTE-MARIE

PEDESTRE



[www.tourisme64.com](http://www.tourisme64.com)

Ne soyez pas pressé de quitter Oloron, la vieille et belle capitale du Haut-Béarn. Mais lorsque vous le ferez enfin, du haut de Sainte-Croix, vous ferez face à l'échancrure que la gave d'Aspe a creusé dans la muraille pyrénéenne. C'est précisément elle que suit le chemin que vous allez emprunter. Auparavant, il aura musardé dans la campagne. Puis soudain vous entrez dans un profond défilé, intimiste à souhait et à peine interrompu au niveau de Sarrance, haut lieu de la chrétienté tout autant que de l'ancienne religion pyrénéenne... Il débouche, tout aussi soudainement, dans l'immense respiration qu'est dans ces reliefs la plaine de Bedous.



📍 **Départ : OLORON-SAINTE-MARIE**  
Arrivée : BEDOUS

📍 **Distance :**  
30 km

🏔️ **Dénivelé :**  
393 m

🕒 **Durée :**  
1 jour

**P** Place en contre bas de la cathédrale N-D

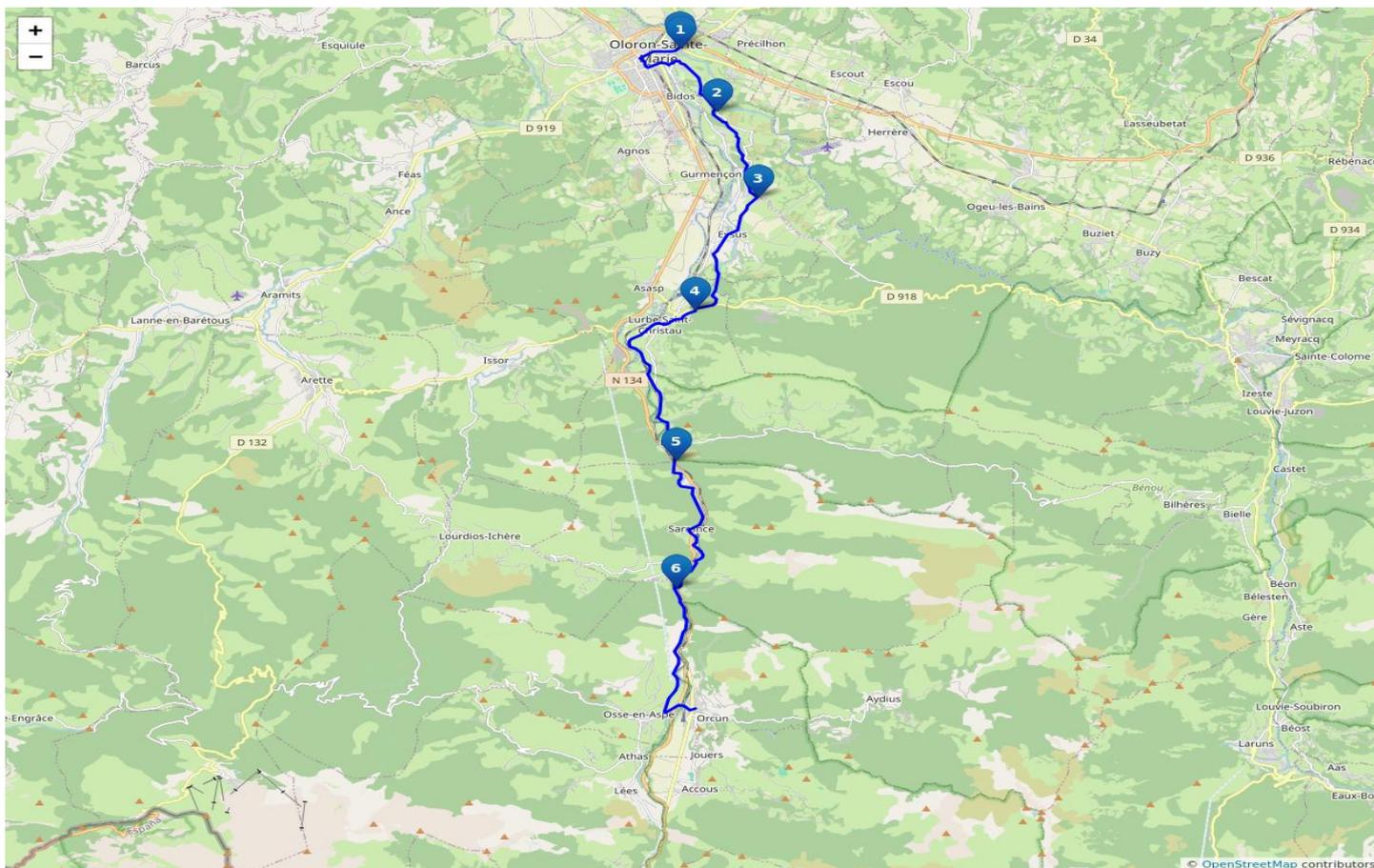
**+** Appel d'urgence : 112

Balisage 

**!** Les montagnes basques et béarnaises sont des espaces pastoraux. Evitez de partir avec votre chien. Dans tous les cas, tenez-le en laisse. Merci !

## **★** À ne pas manquer

- **Les thermes de St-Christau.** Très riche en fer et en cuivre, l'eau de la source des Arceaux jaillit à 14° C. ... Les Romains qui utilisaient les bains de St-Christau où ils édifièrent un énigmatique buste d'"Hercule" qui trône aujourd'hui dans le parc que vous longerez.
- **Sarrance.** A Sarrance, village, cloître et musée, depuis le pont sur le gave, vous dominerez les lieux où naquit le mythe fondateur de la chrétienté en ces lieux, mais vous y aurez tout aussi accès aux mythes préexistants... peut-être vous y parlera-t-on du rocher de St-Nicolas et d'une curieuse vierge ?
- **Bedous.** Joli village de la vallée d'Aspe, avec tous les commerces.



## **★** Étapes

1. **La route des crêtes.** A l'entrée d'Oloron, venant de Pau par la N 134 ou de Goès par le GR®65.3, repérer la petite place en contrebas de la cathédrale N.-D. Le parcours y débute. Depuis le pied de la cathédrale N.-D. d'Oloron, descendre la rue pour franchir le pont sur l'Ossau. Prendre en face la rue L. Barthou. A sa moitié, virer à droite pour traverser sur une passerelle le gave d'Aspe puis tourner à gauche le long de sa rive. Le chemin s'en écarte ensuite (Office de Tourisme sur la

droite) et rejoint une rue. Aller à gauche, puis à nouveau à gauche pour franchir un pont (à droite, à 400 m, la cathédrale Ste-Marie vaut un aller-retour). Tourner à droite après le pont. 300 m plus loin, emprunter à gauche un escalier qui conduit à l'église Ste-Croix. Poursuivre dans la même direction puis descendre à droite et traverser une place pour emprunter la "route des crêtes" (D 338). A 2 km, quitter cette dernière pour un sentier dans les bois sur la droite.

2. **Ecole d'Eysus.** Rejoindre la D 338 plus loin et la suivre à droite sur 1,5 km. Descendre alors à droite en direction de l'école d'Eysus.

3. **Bains de St-Christau.** Rejoindre le centre du bourg (fontaine et toilettes). Au monument aux morts, aller à gauche puis à droite puis toujours en face "après la sortie du village. Prendre la D 638 sur la gauche. et la suivre jusqu'à longer les bains de St-Christau (buste d'"Hercule" dans le parc) et parvenir sur une nouvelle route.

4. **Escot.** Tourner alors à droite et emprunter à 700 m sur la gauche, un chemin poursuivi par un sentier rocailleux jusqu'à l'entrée de Lurbe. Entrer dans le village puis suivre la 3e rue à droite et tourner au bout à gauche. Continuer dans la même direction, par une petite route qui sort du village et parvient devant un pont sur une voie ferrée. Prendre alors à gauche un chemin qui rejoint plus loin une route. Suivre cette dernière à droite, traverser Escot et atteindre la RN 134.

5. **Monastère de Sarrance.** Traverser en face le vieux pont puis emprunter un sentier qui remonte longuement la rive du gave d'Aspe jusqu'à retrouver la N 134. Poursuivre en face puis prendre la 1ere rue à droite jusqu'au Monastère de Sarrance. Aller à gauche sur la place puis traverser la RN et un pont sur le gave. Virer à droite et suivre le bord du gave jusqu'à rejoindre la RN. Traverser le pont à droite, remonter la RN 134 vers le Nord sur 250 mètres, passer sous la voie SNCF et emprunter en face le sentier qui continue sur l'autre berge du gave d'Aspe.

6. **Bedous.** 3,5 km plus loin, ce sentier se poursuit par une route qui parvient à l'entrée d'Osse. Prendre la bifurcation de gauche puis aller à gauche sur la RN. Tourner ensuite à droite, franchir le gave d'Aspe et continuer toujours tout droit pour déboucher sur la place de Bedous.

[Pour bien préparer sa rando et adopter les bons gestes en montagne, rendez vous sur https://reussirmarando.com](https://reussirmarando.com)