

005  
DU GAVE À L'ADOUR  
PAU - BAYONNE - DAX



Distance  
Dénivelé  
Difficulté

175 km  
+ 538 m  
- 729 m  
Difficile



Pau est une ville baignée par le Gave. Par ce périple à la journée je vous propose donc de suivre le Gave depuis Pau et de rencontrer l'Adour qui va vous guider au centre de Bayonne puis de remonter à nouveau l'Adour en revenant sur Dax. Vous revenez ensuite sur Pau en train.



# DÉPART DE PAU



C'est une longue sortie qui se dresse devant vous. Il n'y a aucune difficulté majeure en terme de dénivelé. Vous allez parcourir un peu moins de 200 km mais ne vous laissez pas griser par certaines portions très roulantes et pensez à gérer vos forces. Vous pouvez la gérer en deux jours évidemment.

- Depuis Pau, vous rejoignez le château d'Este de Billère puis descendez en direction du lac de Laroin. Vous pouvez emprunter la voie verte du Gave à cet endroit. Cette voie verte sillonne jusqu'à Tarsacq. Sinon suivez la D2 Vous continuez vers l'ouest en direction de Mourenx par la D33 et la D281 où après avoir admiré le vélodrome vous allez vous élever vers une somptueuse route départementale, la D11, qui vous fait traverser Lagor. Ce sera le seul dénivelé marquant du parcours avec cette route de crêtes. Vous plongez sur la plaine et longez le lac de Biron par la D9 pour gagner Orthez.
- Vous ne traversez pas Orthez mais allez en direction de Sainte Suzanne. Vous allez suivre le cours du Gave par une série de petits villages en ne quittant pas la D29 qui par une route sinueuse près de la rivière vous guide vers les villages suivants : Sainte Suzanne, Salles-Mongiscard, Bellocq, Lahontan, St Cricq du Gave et enfin Peyrehorade où un pont s'élève pour vous faire entrer dans la ville. Ce pont est magistral et mérite qu'on l'observe de près.
- A Peyrehorade vous prenez la D23 vers la bastide d'Hastingues qui elle également mérite que vous fassiez une pause pour vous y perdre. C'est maintenant qu'intervient la réunion des gaves, c'est à dire que vous allez maintenant longer l'Adour. Après Hastingues, vous passez sous un pont et quittez la D23 pour la D261, une longue route longeant l'Adour avec des paysages étonnants. Vous passez d'un côté à autre de l'Adour à Urt où vous suivrez la DD74. Cette route depuis Hastingues est à mes yeux le moment le plus difficile du parcours. Bien sûr elle est jolie cette voie bordée de vert sur la carte Michelin. Mais depuis Urt, trente huit kilomètres avec une rivière à droite, des champs de maïs à gauche, quelques maisons et le vent de face si vous avez pas de chance peuvent vous user si vous avez puisé dans vos ressources. D'autant plus que vous n'êtes pas encore au bout de votre périple. Cette partie pourtant plate et facile peut devenir usante. Arrivé à Bayonne, vous vous dirigez vers le centre ville où vous pourrez vous perdre dans les ruelles et traîner pour vous refaire un peu la santé.
- Vous suivez la vélodyssée à Tarnos et Labenne que vous avez rejoint depuis Bayonne par la D810 et le boulevard Jacques Duclos. Depuis le village de Labenne, vous rejoignez St Vincent de Tyrosse et Saint Geours de Marenne par la N10. Une courte portion de route nationale sans danger pendant une vingtaine de kilomètres. Cette portion est roulante, rapide mais pas très esthétique et c'est le moyen de gagner sereinement du kilométrage. Aucune route parallèle alors faute de mieux...
- A Saint Geours de Marenne vous prenez la D17 jusqu'à Saubusse. Légèrement avant Saubusse, vous prenez sur votre gauche la D70 et la D13 en direction de Rivière Saas et Gourby. Vous prenez ensuite la D70 pour longer l'Adour et rentrer dans Dax. De Saubusse à Dax vous évoluez en retrouvant l'Adour sur de merveilleuses routes enfin plus vallonnées. Arrivé à Dax avec une marge conséquente sur votre horaire de train, n'hésitez pas à visiter le centre ville.



