



Fiche Technique

Le Pays Basque, authentique et nature

Une superbe itinérance au ras de l'eau en jouant à saute-crique ou en balcon panoramique avec vue sur "notre mer". Randonner sans aucun transfert routier pour une traversée Nord-Sud des Pyrénées, entre France et Espagne, mais toujours en Catalogne. Parmi les hauts lieux artistiques et historiques qui ont marqué des artistes si célèbres : Collioure et ses "fauves" de peintres Matisse et Derain ; Banyuls et les rondeurs sculptées de Maillol ; Cadaquès et ses artistes catalans (Pitxot, Dali, Miro...).

Une destination sûre et un climat doux en toute saison ; des lieux qui redeviennent, hors des périodes estivales, les calmes petits ports de pêche qu'ils ont toujours été ; laissez-vous hésiter entre "mar i munt".

PROGRAMME

Jour 1 : Accueil

Au départ de Saint Jean Pied de Port, haut lieu du chemin de Saint Jacques de Compostelle, petit transfert et début de la randonnée depuis l'Oztibarre Ikastola (école en langue basque). Une petite montée nous amène sur les premiers balcons des Pyrénées, version basque. Face à nous, le pic de Belchou et le pic des Vautours... et la voie royale des palombes !

Nuit en hôtel** avec piscine.

HEURES DE MARCHE : 5h30

DÉNIVELÉ + : 600 m

DÉNIVELÉ - : 350 m

HEBERGEMENT : en hôtel

ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages

Jour 2 : La forêt des Arbailles

Entre petits sommets arrondis et balcons panoramiques découverte de la chapelle St Antoine, avant de s'enfoncer dans les mystères de la forêt des Arbailles.

Nuit en gîte dans un lieu unique avec un accueil chaleureux

HEURES DE MARCHE : 6h00

DÉNIVELÉ + : 1000 m

DÉNIVELÉ - : 400 m

HEBERGEMENT : en gîte

ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages

Jour 3 : Chez les bergers

Un itinéraire pour "picorer" du bâti ancestral à la découverte des cayolars de bergers et de contrebandiers, aux panoramas toujours très surprenants à travers les zones karstiques traversées (nombreux gouffres).

Nuit tout près d'une source aux eaux vertueuses, chez des éleveurs à la table réputée.

HEURES DE MARCHE : 5h00

DÉNIVELÉ + : 600 m

DÉNIVELÉ - : 600 m

HEBERGEMENT : en gîte

ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages

Jour 4 : La Soule

La partie haute de la Soule se fait plus proche, entre grandes croupes boisées et sommets herbeux arrondis.

Le pic des Escaliers et ses presque 1500 m nous appelle, pour quelques foulées, sur le mythique sentier traversant les Pyrénées : le GR 10.

Les vues depuis la crête facile du Mendibel sont somptueuses sur les plus hauts sommets du pays.

Nuit en gîte au cœur de la forêt d'Iraty, la plus grande hêtraie d'Europe.

HEURES DE MARCHE : 5h00

DÉNIVELÉ + : 650 m

DÉNIVELÉ - : 400 m

HEBERGEMENT : en gîte

ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages

Jour 5 : Le pic d'Orhy

La traversée la plus marquante par les crêtes arrondies de Millagaté, pour la montée tant attendue (mais facultative selon la météo) sur le toit du pays basque : le pic d'Orhy.

Rapide descente sur la chapelle de Saint Joseph, et au village de Larrau.

Nuit en hôtel**, avec restaurant gastronomique.

HEURES DE MARCHE : 6h00

DÉNIVELÉ + : 600 m

DÉNIVELÉ - : 1350 m

HEBERGEMENT : en hôtel **

ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages

Jour 6 : Les Gorges d'Holzarté

Une journée entière consacrée à la magie de la nature où l'eau a creusé pour nous les immanquables gorges d'Holzarté, et le canyon d'Oladhubi, tout en sculptant les "cathédrales" secrètes d'Odihanda, révélées par notre accompagnateur "maison".

Nuit en hôtel**, avec restaurant gastronomique.

HEURES DE MARCHE : 5h00

DÉNIVELÉ + : 500 m

DÉNIVELÉ - : 500 m

HEBERGEMENT : en hôtel **

ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages

Jour 7 : fin du séjour

Petit transfert après le petit-déjeuner.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Rendez-vous le jour 1 à 9h30 à la gare SNCF de Saint Jean Pied de Port.

ACCES :

En avion :

Aéroport de Biarritz Pays Basque (BIQ) à 52 km : vols depuis Bruxelles, Genève, Lyon, Marseille, Nice, Paris, Strasbourg.

En train :

Gare d'accueil Saint Jean Pied de Port (64), accessible via la gare de Bayonne (64). Horaires et tarifs : www.voyages-sncf.com.

En voiture :

De Bordeaux, suivre Bayonne puis Cambo par la D 918 et Saint Jean Pied de Port. Stationnement sur le parking de la gare SNCF

DISPERSION

Fin du séjour le jour 7 vers 10h à la gare SNCF de Saint Jean Pied de Port.

NIVEAU

NIVEAU MOYEN :

Dénivelés : une moyenne de 650m de D+ par jour.

Temps de marche : entre 5 à 6 heures par jour en moyenne

Terrain : sentiers, sentes, pistes, chemins

Altitude minimale et maximale : 150m / 2017m

HEBERGEMENT

En chambre de 1, 2 ou 3 personnes en hôtel** (3 nuits) avec piscine (1 nuit) et en dortoir en gîte d'étape (3 nuits).

Nuit en hôtel, auberge et chambre d'hôtes :

En chambres privatives, ici c'est le confort qui prime.

Le plus souvent, vous profiterez d'une douche et de sanitaires individuels présents dans votre chambre. Ces hébergements indépendants et familiaux sont gérés par des personnes accueillantes et passionnées par leur métier.

Le linge de toilette est fourni.

Nuit en gîte d'étapes :

C'est dans de petits dortoirs que vous dormirez, équipés de matelas, couvertures et oreillers. Ce que le gîte perd en confort, il le gagne en chaleur, en ambiance familiale et en convivialité. Soirées animées en perspective...

Le linge de toilette n'est pas fourni.

Séjour en pension complète (dîner + petit-déjeuner + pique-nique). Les boissons ne sont pas comprises.

Les pique-niques du midi seront préparés par nos hôtes du jour.

Les repas du soir sont la plupart du temps composés du menu du jour (pas de choix de menu).

Les chiens ne sont pas acceptés.

TRANSFERTS INTERNES

- Jour 1 de St-Jean-Pied-de-Port à Larceveau (15 min)

- Jour 7 de Larrau à St-Jean-Pied-de-Port (1 h)

Les temps de trajet sont donnés à titre indicatif

PORTAGE DES BAGAGES

Portage des affaires personnelles pour la journée de marche.

Les bagages sont transportés par véhicule entre les étapes. Prévoir un bagage suiveur facilement maniable de 10 kg maximum .

GROUPE

4 à 12 personnes

ENCADREMENT

Par un accompagnateur en montagne diplômé (brevet d'Etat) spécialiste de la culture locale.

Tous nos accompagnateurs sont des professionnels passionnés, natifs ou résidant depuis longtemps dans les Pyrénées.

MATERIEL FOURNI

contenumaterielfour

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Le bagage suiveur :

Pour les affaires qui suivent entre les hébergements, prévoir un seul bagage suiveur (sac souple de 10 kg maximum) par personne en évitant les valises rigides autant que possible.

Le couchage en dortoir :

- Drap de sac ou drap cousu type "sac à viande" (couvertures fournies)
- Nécessaire de toilette, serviette
- Bouchons d'oreille
- Lampe de poche ou frontale

Le sac à dos :

Pour les affaires de la journée (+/- 30 litres).

- Fond de sac (vêtement de pluie, vêtement chaud, lunettes de soleil, crème solaire, trousse à pharmacie, nécessaire de pique-nique)
- Pique-nique du jour et de l'eau en quantité suffisante
- Affaires personnelles (papiers d'identité, guide faune et flore, appareil photo, etc.)

Le pique-nique :

- Gobelet
- Une boîte hermétique en plastique (environ 0,8 l)
- Couverts légers (fourchette, couteau pliant)
- Gourde (1,5 l minimum) ou poche à eau selon votre préférence

Les chaussures :

C'est l'un des éléments les plus importants. Elles doivent être avant tout confortables, imperméables et respirantes. Un bon maintien de la cheville est indispensable. Si vous devez acheter une nouvelle paire, nous vous conseillons d'essayer vos chaussures avant de commencer votre séjour. Ne prenez pas une pointure trop petite, car vos pieds auront tendance à gonfler pendant la marche. Prévoir des chaussures à tiges hautes, avec une semelle de type Vibram avec une bonne accroche. Attention à vos chaussures restées trop longtemps dans un placard, au bout d'un certain temps les semelles se décollent et les coutures peuvent se déchirer.

Les vêtements et équipement spécifiques pour la randonnée :

- Veste coupe-vent imperméable (type goretex) ou cape de pluie
- Vêtement chaud (veste polaire ou pull)
- Pantalon pour la marche, short, tee-shirt (privilégiez des matières respirantes)
- Protection solaire (lunettes, chapeau ou casquette, crème, stick à lèvres)
- Maillot de bain (baignade sous votre propre responsabilité)
- Gants fins et bonnet
- Mini-pharmacie : médicaments personnels, compeed pour les ampoules, élastoplaste, gaze, désinfectant, antalgique, biafine, arnica (crème ou granules), une couverture de survie...

Et pourquoi pas :

- Bâtons de marche télescopiques qui favorisent la stabilité et soulagent les articulations
- Guêtres ou "stop-tout" très efficaces par temps de pluie ou simplement dans l'herbe humide

LE PRIX COMPREND

- Frais d'inscription et d'organisation
- Hébergement en pension complète
- Transport des bagages
- Transferts prévus au programme
- Encadrement par un accompagnateur (B.E.)

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Acheminement jusqu'aux lieux de rendez-vous et de séparation
- Boissons pendant et en dehors des repas
- Assurances
- Tout ce qui n'est pas mentionné dans "le prix comprend"