

RANDONNÉE ACCOMPAGNÉE - 2019

ZUMAIA-BILBAO, LA TRAVERSÉE DE LA CÔTE BASQUE

7 jours - 6 nuits - 6 jours de marche et visite
Séjour itinérant, sans portage

Les amoureux des Pyrénées et du fabuleux mariage mer - montagne se réjouiront de cette magnifique « traversée océane » !

De Zarautz à Bilbao, la côte basque égraine ses petits villages de pêcheurs - profusion multicolore de bateaux- là où les Pyrénées et les Monts Cantabriques daignent laisser un peu de place à l'homme. Autant de lieux appréciables, le soir venu, pour nous remettre des formidables paysages traversés. Avec l'océan en fidèle compagnon, nous découvrirons l'étonnant vignoble de Txakoli, des côtes sauvages et des falaises déchiquetées, des criques de sable fin, des forêts au bord des vagues, la réserve de biosphère d'Urdaibaï... Magnifiques jeux de lumières, révélant une ambiance tantôt rigoureuse quand l'océan se déchaîne, tantôt douce et apaisante quand il devient aussi paisible qu'un lac. Un pays aux traditions séculaires, riche d'un patrimoine culturel et culinaire exceptionnel, que nos accompagnateurs auront plaisir à vous faire partager...

Les points forts :

- L'ermitage de Gaztelugatxe
- Les côtes sauvages du Pays Basque espagnol
- Les falaises de flysch de Zumaia
- Les petits ports typiques de Leikeitio, Mundaka, Elantxobe
- La réserve de biosphère d'Urdabaï
- Bilbao et le musée Guggenheim

SUD RANDOS Association déclarée en sous préfecture de Millau n° W341005290 - Immatriculation au Registre des Opérateurs de Voyages et de Séjours avec le n°IM034110035 - Agence sud Aveyron dont le siège est à : rue du pontil, 12490 Saint Rome de Cernon - Garant : Groupama Assurance Crédit et Caution, Siège social 8_10 rue d'Astorg 75008 PARIS. RCP : MMA Mutuelles du Mans Assurances, SARL SAGA, BP 27 - 69921 OULLINS - Assistance voyage : Europ-Assistance, 1, promenade de la Bonnette 92230 Gennevilliers - N° SIRET: 414 040 428 00032 - N° TVA intracommunautaire : FR1841404028

Conditions de vente mises à jour le 1er juillet 2018 disponibles sur simple demande ou sur notre site internet : <https://www.sudrandos.com/condition-de-ventes>



PROGRAMME

Jour 01

Nous suivons le chemin « côtier » de Compostelle, en passant à la tour carliste de Gazteluzar (ruines) ; les vignobles du Txakoli dominant l'océan et Getaria, petit port de pêche lui-même dominé par le phare de San Anton. Continuation jusqu'à Zumaia, nuit à Zumaia ou Deba (ou ses environs).

Temps de marche : 3 à 4h. Dénivelé : + 400m / - 400m.

Jour 02

Des falaises d'Algorri à Deba : plages, criques, falaises, prairies... une côte sauvage dépourvue d'habitations aux formes géologiques étranges. Un véritable trésor digne des plus belles côtes bretonnes ! Transfert à Lekeitio puis à Elantxobe.

Temps de marche : 5h. Dénivelé : + 500m / - 500m.

Jour 03

Les rues charmantes de **Lekeitio**, son port aux couleurs éclatantes, face à l'île de **San Nikolas**. Montée vers l'**Otoio** (396 m) et ses chênes verts, descente sur la plage d'Ogella Hondartza qui n'a de comparable que les côtes canadiennes ; de criques en criques, nous rejoignons bientôt l'**Ermitage de la Concepcion** dominant l'océan. Petit transfert jusqu'au village classé d'Elantxobe ou dans un village tout proche.

Temps de marche : 5h. Dénivelé : + 700m / - 700m.

Jour 04

L'Ogoño (305 m), avec sa falaise verticale de 250 mètres plongeant dans l'océan. Puis nous pénétrons dans la réserve de biosphère : montée à l'Ermitage d'Atxerre, perché au-dessus de la baie d'Urdaibai, révélant un splendide panorama. Descente vers la baie, d'une grande richesse floristique et ornithologique. Découverte de l'Arbre de **Guernika et visite du Musée de la Paix...** Train le long de la baie vers Mundaka (ou Bermeo).

Temps de marche : 5 à 6h. Dénivelé : + 400m / - 400m.

Jour 05

De Bermeo, port de pêche le plus important de la côte basque, montée au Burgo Mendia et l'ermitage de San Pelayo. Continuation vers l'extraordinaire **Ermitage de Gaztelugatxe**, perché sur son îlot battu par les vents et les vagues. Retour à Mundaka (ou Bermeo).

Temps de marche : 6h. Dénivelé : + 500m / - 500m.

Jour 06

Transfert à **Bilbao**, découverte de la ville et visite du musée **Guggenheim**. Repas surprise au choix de votre accompagnateur.

Jour 07

Retour en France après le petit déjeuner.

Si vous enchaînez ce circuit avec le circuit Bilbao-Santander, possibilité de rester dormir à Bilbao le samedi soir (nuit en supplément, nous consulter) pour profiter de la ville et de ses nombreux attraits ; l'accompagnateur vous récupèrera alors le dimanche après-midi à Bilbao pour débiter le séjour suivant.

Des éléments indépendants de notre volonté (météo, niveau du groupe, aléa logistique, divers...) peuvent amener notre équipe à modifier le programme. Nous demeurerons attentifs à votre satisfaction mais votre sécurité sera systématiquement privilégiée.

Code : 32FP1ZUBI

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

A 9h à la gare de Saint Jean de Luz. Soyez habillés en tenue de randonnée, avec votre sac pour la journée, les chaussures de randonnée à portée de main et la gourde pleine.

Accès au lieu de rendez vous :

En train : TGV, train ou train de nuit pour Saint-Jean-de-Luz, depuis Paris via Bordeaux ou depuis Lyon via Toulouse et Pau. Tél SNCF : 36 35. <http://www.voyages-sncf.com/>

En avion : Aéroport de Biarritz. De l'aéroport, prendre la ligne de bus n°816 de « l'ATCRB Transports64 » jusqu'à la gare de Saint-Jean-de-Luz. <http://www.biarritz.aeroport.fr/>
Sinon taxi de l'aéroport à la gare, compter environ 20 €.

En voiture : Saint-Jean-de-Luz est accessible de Paris puis Bordeaux, par l'autoroute A63 ou depuis Toulouse par l'A64 puis l'A63 ; prendre sortie n°3.

Covoiturage : Pour limiter vos frais de déplacements et d'émission de carbone, pensez au covoiturage en tant que chauffeur ou passager. Faites appel à Blablacar. C'est simple et pratique.

Vous pouvez aussi nous téléphoner au 05 62 97 46 46, si vous souhaitez savoir si d'autres personnes du groupe habitent dans la même région que vous. Nous pourrions vous mettre en contact.

Nous vous conseillons enfin de comparer le coût et les horaires de différents modes d'accès au point de départ du circuit grâce au site Comparabus. Contrairement à ce que son nom laisse penser, ce site, pour un même trajet, vous proposera diverses possibilités telles que avion, train, bus, ou covoiturage.

Parking : Parking non gardé Harriet Baïta (en face la gare). Gratuit.

Parking non gardé Grégorio de Maraño (avenue du même nom), situé derrière la gare. Gratuit.

Éventuellement possible aux hôtels indiqués pour une arrivée la veille (à convenir avec l'hôtelier et uniquement si vous y dormez).

Si vous désirez arriver la veille ou rester après le séjour :

Adresse d'hébergement à proximité du point de rendez-vous :

- Hôtel*** Ibis Ciboure, 7 Place des Frères Chancelle, à Ciboure (juste après le pont de la Nivelle et le port de Saint-Jean-de-Luz). Possibilité de parking privé payant à l'hôtel. Tél : 05 59 41 76 80. Mail : h6553@accor.com

DISPERSION

Dispersion à partir de 10h30 à Saint Jean de Luz. En juillet-août les conditions de circulation peuvent générer du retard sur l'horaire de dispersion ; attention donc au choix des horaires de train que vous ferez à cette période.

FORMALITES

Carte d'identité ou passeport en cours de validité.

N'oubliez pas dans votre sac à dos, le contrat d'assistance-rapatriement.

Au minimum 15 jours avant votre départ, demandez à la sécurité sociale une carte européenne ou une attestation européenne valable 3 mois afin d'éviter l'avance obligatoire de frais médicaux.

Si vous vous déplacez en véhicule en Espagne, sont obligatoires sous peine d'amende : gilet fluorescent + 2 triangles de signalisation.

Code : 32FP1ZUBI

Attention : l'autorisation de sortie du territoire est obligatoire pour tout mineur voyageant sans ses deux parents.

A compter du 15/01/17, tout mineur qui voyage à l'étranger sans être accompagné de ses parents devra être muni de sa pièce d'identité en cours de validité (carte d'identité ou passeport selon la destination), d'un formulaire signé par l'un des parents titulaire de l'autorité parentale (autorisation de sortie du territoire), de la photocopie de la pièce d'identité du parent signataire.

Pour plus d'informations nous vous invitons à vous rapprocher de votre mairie.

NIVEAU

4 à 5 heures de marche par jour sur sentier, avec des dénivelés montants de 300 à 700 mètres maximum. Sur certaines étapes, les montées et descentes sont courtes mais nombreuses.

Il faut avoir une condition physique convenable, et être capable de marcher durant quelques heures.

HEBERGEMENT

En chambres doubles dans des hôtels et pensions confortables.

Chambre individuelle (avec supplément) impossible sur 2 nuits en juillet-août.

TRANSFERTS INTERNES

En fonction des effectifs, les transferts sont effectués en bus, minibus ou taxis.

De manière exceptionnelle, nous pouvons être amenés à vous solliciter quelques jours ou semaines avant le départ pour utiliser votre véhicule personnel, moyennant une indemnité forfaitaire. Vous n'aurez évidemment aucune obligation d'accepter cette proposition, mais sachez que les personnes transportées et le véhicule utilisé seront assurés « Tous risques » par nos soins.

PORTAGE DES BAGAGES

Vous ne porterez que vos affaires de la journée ; vos bagages seront transportés en véhicule par nos soins.

GROUPE

Départ garanti à partir de 6 personnes

Groupe limité à 15 personnes

ENCADREMENT

Par un accompagnateur en montagne diplômé d'état et spécialiste de la région.

MATERIEL FOURNI

Le guide est équipé d'une pharmacie de premiers secours mais qui n'est pas destinée à subvenir à vos besoins pour de petits aléas.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Pour le haut du corps : quelle que soit la région ou la saison, le principe des 3 couches respirantes (Tee-shirts - pull ou veste chaude - surveste imperméable/coupe-vent) permet de répondre à la plupart des situations.

Code : 32FP1ZUBI

Opter pour des vêtements qui sèchent rapidement -fibres synthétiques- et proscrire le coton (séchage trop lent => inconfortable). La laine est une fibre naturelle qui possède aussi d'excellentes qualités et qui, grâce aux nouveaux procédés de fabrication, connaît un retour en force dans la confection des vêtements Outdoor.

Pensez à vous couvrir avant d'avoir froid, mais surtout à vous découvrir avant d'avoir trop chaud : la sueur est l'ennemi du randonneur -surtout en hiver- car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés. Proscrire les anoraks, qui peuvent transformer une agréable randonnée en véritable calvaire !

Pour le bas du corps : shorts et pantalons en toile solide, en matière synthétique, permettent aussi un séchage rapide et procurent donc plus de confort.

Apportez un soin particulier au choix des chaussettes : prenez des chaussettes de randonnée, renforcées (solidité) et à coutures plates (pour éviter les ampoules). En hiver, choisissez des chaussettes chaudes. Dans ce domaine aussi, proscrire le coton.

LES BAGAGES Pour votre séjour, prévoyez :

- 1 sac de voyage par personne (ou valise à roulette). Ne prenez pas un bagage trop volumineux afin d'éviter des soucis d'encombrement du bus ou d'organisation logistique.

Sur les séjours itinérants ou semi-itinérants, limitez également le poids à 10-12 kgs, car l'accès malaisé à certains hébergements pourrait compromettre la livraison des bagages.

Évitez absolument d'y laisser des objets fragiles et/ou de valeur.

- 1 sac à dos de 35-40 litres environ, avec ceinture ventrale et un dos bien aéré pour votre confort

LES VÊTEMENTS Vêtements et matériel à emporter sont à adapter selon la saison

- 1 chapeau, ou casquette, ou foulard
- 1 bonnet, ou bandeau en polaire et/ou un tour de cou
- 1 paire de gants fins
- des tee-shirts en matière respirante à manches courtes (1 tous les 2-3 jours) et 1 ou 2 à manches longues
- 1 veste chaude type polaire (voire déperlante type "softshell") ou type "primaloft" (chaud et compressible)
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type "gore-tex" avec capuche
- 1 pantalon de trekking solide et déperlant
- 1 short ou short 3/4, confortable et solide
- des sous-vêtements
- 1 maillot de bain et 1 serviette qui sèche rapidement (facultatif en vue d'éventuelles baignades)
- des chaussettes de randonnée (au moins 1 paire tous les 2 jours) à bouclettes, en synthétique et/ou en laine
- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, à semelle type "Vibram". À éprouver impérativement avant votre séjour.
- ou si vous êtes habitués, une paire de chaussures basses type trail.
- 1 paire de guêtres (facultatif)
- des vêtements et chaussures confortables pour le soir

LE MATÉRIEL À EMPORTER

- 1 grand sac plastique à glisser dans votre sac à dos afin de protéger vos affaires des intempéries et/ou 1 sur-sac
- 1 pochette étanche avec : votre contrat d'assistance, vos papiers d'identité, carte vitale et tout autre document mentionné dans la rubrique formalités
- 1 parapluie solide et léger (facultatif mais très utile en cas de pluie)
- 1 paire de bâtons (facultatif)
- 1 paire de lunettes de soleil de bonne qualité (protection niveau 3) couvrant bien les côtés + crème solaire avec un bon indice de protection et écran labial (le tout systématiquement dans le sac à dos)

Code : 32FP1ZUBI

- 1 gourde isotherme ou aluminium de 1,5 litre mini ou gourde souple type Platypus (déconseillée en hiver) ou une simple bouteille en plastique
- 1 petit thermos 50 cl (facultatif et surtout utile en hiver si vous souhaitez amener thé, café...)
- 1 gobelet plastique ou aluminium avec anse isolée
- 1 couteau de poche pliant (type Opinel)
- pour le pique-nique : couverts et 1 boîte plastique de 0,5 litre minimum type Tuperwear (impératif même s'il peut arriver qu'elle ne serve pas)
- nécessaire de toilette
- boules Quiès ou tampons Ear (contre les ronflements de voisinage ou autres nuisances sonores)
- des mouchoirs
- du papier toilette
- 1 briquet (attention à ne pas provoquer d'incendie ; donc à n'utiliser qu'en cas de nécessité et avec un maximum de précautions)
- 1 frontale ou lampe de poche + couverture de survie : à mettre systématiquement dans le sac à dos, un retard imprévu suite à un incident peut subvenir même au cours d'une randonnée facile
- des lunettes de rechange (si vous portez des lunettes de vue)
- appareil photo, jumelles, matériel de peinture... (facultatif)

LA PHARMACIE Prévenez le guide de toute maladie, traitement ou autre allergie qui pourraient compliquer une prise en charge médicale en cas d'incident, ou tout malaise éventuel qui pourrait vous arriver en cours de randonnée

- vos médicaments habituels
- médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- médicaments contre les troubles digestifs
- pastilles contre le mal de gorge
- bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 5 ou 8 cm de large x 2,5 m.
- pansements type Steri-Strip
- jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- double peau (type Compeed ou SOS ampoules)
- pince à épiler
- petits ciseaux
- vitamine C
- pince à échardes
- gel désinfectant utile pour se laver/désinfecter les mains (type "Stérilium gel")

Idées sympas :

N'hésitez pas à amener une spécialité de votre région pour la partager avec le groupe.

Au début du séjour, vous pouvez confectionner une caisse commune qui servira aux pots et achats de groupe.

DATES ET PRIX

Voir toutes les dates de départ des séjours en ligne sur notre site internet : www.sudrandos.com

LE PRIX COMPREND

Forfait tout compris excepté les boissons et l'assurance.

POUR EN SAVOIR PLUS

INFOS REGION

Géographie :

Zumaia occupe un site privilégié de la côte du Gipuzkoa, dans la baie où se jettent deux rivières : l'Urola et la Narrondo. De la plage Itzurun jusqu'à Deba se hissent des formations de strates verticales qui créent un paysage magique et sans pareil.

Petite bourgade de 8 300 habitants, à égale distance de Bilbao (50 minutes) et Biarritz (45 minutes), à l'écart de l'agitation de San Sebastian, elle reste proche de ces célèbres cités basques tout en préservant la tranquillité de son environnement. A l'Est, perché sur des collines, le quartier d'Azkizu surveille l'entrée de Zumaia et de Getaria, port de pêche voisin. A l'Ouest se trouvent les villages d'Elorriaga, Itziar et Deba qui ont le privilège de suivre chaque soir les derniers embrasements du soleil jusqu'à sa disparition au large de la Biscaye ou Bizkaia, la province voisine.

Zumaia n'a pas de port de pêche aussi important que ceux de Getaria ou d'Orio. Elle possède encore le « Glorioso San Telmo », son dernier grand bateau de pêche, mais de nombreux Zumaiens sont engagés comme marins et mécaniciens sur les bateaux de ses villages voisins. Nombreux sont les pêcheurs « amateurs » qui, chaque jour, partent au large à bord de barques à moteur et ramènent calamars, chinchards, araignées de mer et autres bars. Lekeitio, un des plus beaux sites de la côte basque, était déjà connu au XIXe siècle et prisé par l'aristocratie ; c'est peut-être la présence de l'île de San Nicolas ou encore les plages d'Isuntza et de La Salvaje qui firent de Lekeitio le lieu de villégiature de la reine Isabelle II et de la comtesse Zita de Bourbon Parme.

Ea et Ipaster, villages maritimes paisibles, précèdent notre passage à Elantxobe, village classé, superbe, pittoresque, dressé sur les pentes du Mont Ogono qui plonge dans l'océan.

La réserve de Biopère d'Urdaibaï s'étend sur 220 km², sur un territoire déterminé par la bassin hydrographique de la rivière Oka... sa création a pour but « le développement durable », c'est à dire un équilibre entre la conservation des richesses biologiques et le maintien du développement économique et culturel. Les paysages y sont magnifiques, mélange de montagnes, forêts, estuaire mer et marais...

Mundaka, au cœur de la baie et surplombant l'océan, est aussi une plaque tournante des sports marins. « La vague de gauche » est un « spot » que les surfers qualifient « d'unique au monde ».

Climat :

Le climat de la côte Basque est de type océanique, fortement influencé par la mer Cantabrique qui tempère les rigueurs de l'hiver et adoucit la canicule estivale. La moyenne annuelle des températures se situe autour de 15°. En été, il est rare que le mercure dépasse les 30° et en hiver les rares gelées matinales ne se produisent que 5 ou 6 fois dans la saison.

Culture :

Zumaia est le berceau de nombreux artistes qui se sont distingués dans le domaine de la littérature, la musique, la peinture et la sculpture, et également dans la recherche scientifique sur la langue et la culture basque. Citons parmi les plus connus: Baltasar Etxabe, peintre et auteur d'un recueil de textes anciens en basque, vivant au Mexique. Il y fonda l'Ecole Mexicaine de Peinture en 1606. Bonifacio Etxegaray, auteur de nombreux ouvrages scientifiques sur l'histoire et l'ethnographie du Pays Basque, le célèbre sculpteur Julio Beobide, décédé en 1969, son atelier abrite l'un des deux musées de la ville, l'autre étant consacré au grand peintre Ignacio Zuloaga et détenant aussi des œuvres du Greco, de Goya et de Zurbaràn.

Ici comme dans beaucoup de villes du Pays Basque, la gastronomie fait aussi partie de la culture locale, une culture culinaire basée sur la préparation des poissons et fruits de mer. A ce titre il existe des « Sociédades » gastronomiques et sportives qui se réunissent dans le cadre de « txokos », mot qui en langue basque décrit des endroits familiaux et intimes, où les hommes se réunissent, pardon pour les dames, pour jouer au « Mus », le roi des jeu de cartes au Pays Basque, et surtout pour manger les délicieuses spécialités gastronomiques qu'ils préparent sur place avant d'achever la soirée en chansons...

Code : 32FP1ZUBI

Gernika, tristement célèbre pour son bombardement tragique du 26 avril 1937, vient de créer un musée de La Paix, qui n'est autre qu'un musée thématique de diffusion de «la culture de la paix» présentant et comparant des aspects universels. Vous y trouverez des concepts contemporains de paix, l'histoire de Gernika, une réflexion globale sur les conflits actuels...

A Bilbao se trouve le musée Guggenheim ; il s'agit de l'édifice le plus célèbre de l'architecte Frank Gehry. Sa texture aux écailles de titane et le mouvement de ses flancs ondulés nous rappellent la mer, un poisson ou un navire. La fontaine de feu et l'étang sur laquelle elle se trouve nous parlent d'un passé industriel et de l'importance que la mer a pu avoir pour Bilbao. Les 19 galeries accueillent l'une des collections les plus importantes au monde : œuvres réalisées par des artistes européens et américains, les plus représentatifs de la seconde moitié du XXe siècle.

LES PARCS NATURELS EN FRANCE ET ESPAGNE

Parc National, Parc Naturel Régional, Espace Naturel Sensible, Reserva Natural ...

Vous êtes sur le point de fouler l'un des espaces naturels protégés des Pyrénées. Mais savez-vous ce que cela signifie ?

De la prise de conscience de la perte alarmante du patrimoine naturel et de la biodiversité sont nées des résolutions au niveau des gouvernements visant à permettre à certains espaces naturels d'être préservés. C'est ainsi que sont apparus, partout dans le monde des Espaces Naturels Protégés.

L'UICN (Union Internationale pour la Conservation de la Nature) définit un espace naturel protégé comme « un espace géographique clairement défini, reconnu, consacré et géré, par tout moyen efficace, juridique ou autre, afin d'assurer à long terme la conservation de la nature ainsi que les services écosystémiques et les valeurs culturelles qui lui sont associées. »

En France comme en Espagne, on dénombre plusieurs déclinaisons d'espaces naturels protégés, mais leur raison d'être fondamentale correspond toujours à la préservation des caractéristiques écologiques du site.

Au sein de la chaîne pyrénéenne, on dénombre pas moins de 18 parcs d'importances régionales et nationales, qui s'ajoutent aux autres types d'espaces protégés, de taille plus réduite (Réserve de Biosphère, Arrêté de Biotope, ...). Leur statut, lié aux enjeux écologiques dont ils sont le théâtre, fait de ces espaces des lieux de prédilection pour des séjours de découverte du milieu naturel.



Parcs d'importance Nationale : 6-Ordesa y Monte Perdido. 8-Aigüestortes y Estany de Sant Maurici. 12-L'Albera. 16-Parc des Pyrénées.

Parcs d'importance Régionale : 1-Aiako Harria. 2-Aralar. 3-Urba Andias. 4-Valles Occidentales. 5-Sierra y Cañones de Guara. 7-Posets-Maladeta. 9-Alt Pireneu. 10-Cadí-Moixeró. 11-Zona Volcanica de Garrotxa. 13-Cap de Creus. 14-Vall de Sorteny. 15-Vall del Madriu-Perafita-Claror. 17-Pyrénées Ariégeoises. 18-Pyrénées Catalanes.

Il apparaît donc qu'un comportement adapté au milieu sensible se doit d'être observé afin de préserver le site. Ainsi, aux recommandations de respect valables en tout type de milieu s'ajoute une attention accrue concernant celui des formes de vie rencontrées et des cours d'eau :

Code : 32FP1ZUBI

- Un comportement calme est à observer afin de limiter le dérangement envers la faune présente. Une attitude menaçante envers tout animal est bien entendu à proscrire, et il en est de même concernant la cueillette de toute espèce végétale. Nombre d'entre elles sont par ailleurs protégées internationalement du fait de leur rareté ou de leur statut d'espèce menacée. Respectons-les !
- Les cours d'eau sont également d'une grande fragilité : de leur qualité dépend la vie qui les entoure. Pensez à utiliser des produits (anti-moustique, cosmétiques, savons, ...) respectueux de l'environnement : après usage, leur vie se termine toujours dans les cours d'eau.

En résumé, dans un espace protégé, comme partout ailleurs : « seule l'empreinte de nos pas doit rester derrière nous ».

Pour en savoir plus sur les Espaces Naturels Protégés de France, leurs déclinaisons, et le règlement propre à chacun d'eux, consultez le site de l'INPN, l'Inventaire National du Patrimoine Naturel : <https://inpn.mnhn.fr>
Plus d'informations sur les Espaces Naturels Protégés d'Espagne : <http://www.spain.info/>

CARTOGRAPHIE

- Carte au 1/25000ème . Mapa topográfico nacional de España : Zumaia 63-11

BIBLIOGRAPHIE

- « L'irréductible phénomène basque » Philippe OYHAMBURU éditions Entente.
- « Légendes et récits populaires du Pays Basque » J-F CERQUAND éditions Auberon.
- « Artzainak » de Jacques BLOT éditions Elkar.

SUR LE WEB

- <http://www.zumaia.net>
- <http://www.saint-jean-de-luz.com/fr>

ADRESSES UTILES

- Office de tourisme de Zumaia ; tél/fax : 00 34 943 14 33 96
- Office de Tourisme de Saint Jean de Luz ; tél : 05 59 26 03 16

ECOTOURISME

CHARTRE EUROPEENNE DU TOURISME DURABLE DANS LES ESPACES PROTEGES

SUD RANDOS est la première agence associative Européenne à obtenir le label Ecotourisme !

A l'issue de la réunion de la Section Française de la Fédération Europarc, le 16 avril 2014, SUD RANDOS a obtenu l'agrément Ecotourisme au titre du volet III de la Charte Européenne du Tourisme Durable dans les Espaces Protégés. Cette certification témoigne de l'engagement de SUD RANDOS dans le développement d'un tourisme responsable selon les 3 piliers de la Charte : Social, Environnemental et Économique.

SUD RANDOS est soutenu par

Le Parc Naturel Régional des Grands Causses en Aveyron.

Le Parc Naturel Régional du Haut Languedoc.

Le Parc National des Cévennes.

BONNES PRATIQUES DE LA RANDONNEE

Le patrimoine naturel est riche mais fragile. En balade, respectez la nature pour la conserver intacte...

Soyez curieux... mais discrets :

Si vous voulez observer les animaux sauvages, sachez que moins vous ferez de bruit et plus vous aurez de chance de les apercevoir. A certaines périodes de l'année quelques parcours seront modifiés pour ne pas déranger les animaux en période de reproduction.

Fermez les portes derrière vous :

Chicanes, portillons, barrières... ne sont pas là par hasard. Ni pour faire beau sur les chemins. Tous ces aménagements ont été spécialement installés pour garder les animaux, principalement des brebis à l'intérieur des clôtures. En traversant les parcs animaliers, soyez calme et discret pour ne pas nuire aux troupeaux.

Laissez les fleurs où vous les trouvez :

En chemin, vous pourrez admirer de nombreuses espèces végétales mais ne les cueillez pas, nombreuses sont protégées !

Jetez vos déchets :

A la poubelle ! Ne laissez rien d'autre que la trace de vos pas dans la nature. Les déchets peuvent mettre des dizaines voire des milliers d'années avant de disparaître, certains peuvent provoquer des blessures ou des incendies ! Truc d'indien : brûlez vos papiers hygiéniques (en prenant la précaution de ne pas provoquer un incendie...).

Suivez les chemins :

L'itinéraire que nous vous proposons respecte les cultures et les propriétés privées. S'il traverse un champ, contournez le !

Fumée sans feu :

Un simple mégot de cigarette, des braises mal éteintes multiplient les risques d'incendies. Soyez prudent !

Les arbres :

Vous les aimez, mais n'y inscrivez pas vos initiales pour la vie... Elles provoqueraient des blessures irrémédiables porteuses de parasites qui affaiblissent les arbres.

SUD RANDOS CERTIFIE « CHARTE EUROPEENNE DU TOURISME DURABLE DANS LES ESPACES PROTEGES »

La Charte européenne du tourisme durable, qu'est-ce donc ?

une charte en dix principes, créée par Europarc, la Fédération des espaces protégés européens, signée par plus de 130 espaces protégés, dont 26 en France qui ont pour vocation de développer dans les espaces protégés un tourisme de qualité dans le respect de l'homme et de son environnement

Etre certifié au titre de la Charte européenne du tourisme durable est une reconnaissance de notre engagement dans le tourisme durable, une attestation de la confiance que portent les Parcs naturels à notre entreprise et à sa démarche.

Nos séjours, créés en partenariat avec les Parcs naturels, allient beaux paysages, découverte de patrimoines naturels et culturels d'exception, activités de pleine nature. La rencontre et l'échange, aussi, avec les hommes et femmes qui vivent ces territoires au quotidien.

Des séjours 100% Parcs naturels et naturellement développement durable.

Les 10 principes qui guident notre partenariat avec les Parcs naturels :

- 1/ Impliquer toutes les personnes participant à la gestion et au développement touristique dans et autour de l'espace protégé
- 2/ Elaborer et mettre en œuvre une politique de tourisme durable et un plan d'action pour l'espace protégé
- 3/ Protéger et mettre en œuvre l'héritage naturel et culturel de l'espace protégé, pour et par le tourisme, le protéger d'un développement touristique abusif
- 4/ Proposer aux visiteurs une expérience de grande qualité pour tous les aspects de leur visite
- 5/ Accroître les bénéfices du tourisme pour l'économie locale
- 6/ Promouvoir les produits touristiques spécifiques permettant la découverte et la compréhension de ce paysage
- 7/ Approfondir la connaissance de l'espace protégé et les questions de viabilité parmi les parties concernées par le tourisme
- 8/ Veiller à ce que le tourisme soutienne, au lieu de diminuer, la qualité de vie des habitants locaux
- 9/ Communiquer de manière effective auprès des visiteurs, des entreprises touristiques et des résidents, au sujet des qualités particulières de la zone
- 10/ Surveiller et influencer les flux de visiteurs afin de réduire les impacts négatif

L'ESPRIT DE NOS SEJOURS

Il y a bientôt 30 ans, ce qui a rassemblé les agences de randonnées au sein du réseau VAGABONDAGES, ce sont des valeurs aujourd'hui dans l'air du temps :

- Implantation et vie de nos équipes en milieu rural.
- Implication dans la vie locale et ses projets.
- Respect de l'environnement.

Toutes les agences du réseau VAGABONDAGES sont différentes, mais elles se rassemblent autour de valeurs communes. Nous avons choisi de travailler ensemble et de partager nos passions et nos randonnées !

Aujourd'hui, les séjours VAGABONDAGES vous proposent de partager nos valeurs et notre engagement, en devenant vous aussi acteurs de votre randonnée.

Devenir acteur cela peut être :

- Vivre un temps privilégié avec chacune des rencontres (en chemin, en découverte, à l'étape, avec votre hôte, votre accompagnateur, les agriculteurs, ...).
- Utiliser autant que possible les transports en communs.
- Avoir le choix ou non de porter ses bagages. Le confort a des exigences? La question vous sera posée. Des solutions alternatives au transport des bagages pourront vous être proposées.
- Favoriser, consommer les productions locales pour une juste rémunération de chacun.
- Prendre plaisir à la dégustation de produits locaux de saison.

Etre acteur, c'est également, à l'issue de votre randonnée, prendre le temps de nous faire partager votre vécu et votre ressenti. Vous participez ainsi activement à l'évolution et à l'amélioration du séjour dans le respect de nos valeurs communes.

Randonner :

C'est se mettre à l'écoute de son corps et de tout ce qui l'entoure.

C'est aussi s'arrêter pour s'émerveiller, s'ouvrir à la nature.

C'est aller à la rencontre de l'autre au détour d'un sentier ou d'un village.

C'est apporter une dimension humaine à la découverte d'un pays.

Et enfin...

N'oubliez pas que le succès complet de votre randonnée dépendra en grande partie de la capacité de chacun à participer pleinement à la vie de groupe, à laisser ses soucis de côté pour quelques jours. Nous ferons tout pour vous laisser un souvenir inoubliable de vos vacances, à vous de venir les vivre avec plaisir et humour

Idée sympa :

Vivez un moment de convivialité et de gourmandise, en partageant un échantillon de votre terroir pour le faire découvrir à vos compagnons de marche si vous rejoigniez une groupe qui se constitue de personnes venues d'horizons diverses.

SI NOUS N'AVONS PAS REPONDU A TOUTES VOS QUESTIONS N'HESITEZ PAS A NOUS CONTACTER:

SUD RANDOS - rue du Pontil - 12490 ST ROME DE CERNON .

Renseignements : 06 48 20 71 48

Urgences : 06 52 40 80 34

mail : contact@sudrandos.com site internet : <https://www.sudrandos.com>

A très bientôt sur nos chemins, l'équipe de Sud Randos.

Code : 32FP1ZUBI