

FICHE TECHNIQUE 2017 | randonnée itinérante liberté | 7 jours, 6 nuits, 6 jours de marche

Voici une jolie itinérance en France et en Espagne, mais toujours au cœur du typique Pays Basque, toute en traversée menant des berges de l'Adour, aux berges de la Nive pour atteindre après de bucoliques vallonnements les points panoramiques les plus spectaculaires de cette province basque du Labourd, bordant l'océan.

Une randonnée toute en douceur, avec des hébergements de qualité pour déguster quelques spécialités locales et une succession de villages remarquables Ainhoa, Ascain, Sare, Bas Cambo, pour certains classés "plus beaux villages de France".

Des grottes à visiter, une multitude de fermes basques toutes plus typiques les unes que les autres, un pastoralisme omniprésent, des sentiers de grand renom (GR 8 et GR 10), des arbres au gabarit plus que respectables guideront vos pas de prairies dégagées en vallons boisés et secrets parmi les chevaux pottoks et les brebis Manech, sous les orbes protectrices des grands voiliers, vautours et autres...

► Repères

Début du séjour : le jour 1 à 9H30 à Ascain (64) si accès voiture ou à Bayonne (64) si accès train.

Fin du séjour : le jour 7 après le petit-déjeuner à Ascain (64) ou Bayonne (64)

Hébergement : 6 nuits en hôtel**

Niveau 2 : 300 à 500 m de dénivelé positif et 4 heures de marche effectives.

Portage : affaires pour la journée

Dossier de voyage : topo-guide, cartographie précise, traces GPS

Prix 625 €

Supplément chambre individuelle : 130 €

Réduction "mini-groupe", nous consulter

Dates : départ possible tous les jours de mai à septembre

Le programme jour par jour

Jour 1 : une première journée de mise en jambe depuis le belvédère d'Elori Mendi, présentant une succession de doux vallonnements et un habitat clairsemé par-delà les collines à l'architecture très soutenue et quelquefois le long de la prestigieuse route impériale des cimes. Belle arrivée sur les berges de la Nive au typique Bas-Cambo. Nuit en hôtel**.

4h15 de marche, + 310 m ; - 380 m de dénivelé, 15 km

Jour 2 : au départ de la patrie de Rostand (villa Arnaga à visiter), de Cambo les Bains la cossue à Ainhoa la belle ! Jolie balade par de belles collines pour terminer par un balcon magistral sur le bassin d'Ainhoa et la Rhune avec par ici un troupeau de chevaux ou par là un troupeaux de brebis pour nous tenir compagnie. Nuit à Dancharia tout près de la frontière en hôtel**.

4h35 de marche, + 520 m ; - 420 m de dénivelé, 16,5 km.

Jour 3 : au départ d'Ainhoa, ancien relais hospitalier sur le chemin de Saint Jacques de Compostelle, village en forme de bastide-rue, belle montée sur le GR 10 le long d'un chemin de croix (12+1) à la chapelle de l'Aubépine (Arantza) puis aux 3 croix (cimetière avec stèles discoïdales). Après le sentier en balcon panoramique sous le mont Erebi, la suite du cheminement nous fera jouer à saute-frontière comme revenant aux temps des contrebandiers... dans la forêt où la frontière n'est marquée que par le modeste ruisseau de Lapitxuri... pour venir dormir à Dancharia en hôtel**.

3h40 de marche, dénivelé : + 380 m ; - 440 m de dénivelé, 11 km OU 4h30, +510 m et - 570 m; 13 km.

Jour 4 : une journée en Espagne, toute en douceur mais permettant de visiter les 2 grottes de Zugarramurdi et de Sare (découverte en 1936). Une architecture quelque peu différente, mais une langue commune (l'Euskara), des anciennes carrières de marbre et un arbre à l'âge plus que vénérable (millénaire disent certains) seront les points marquants de cette journée où il fait bon flâner dans les villages traversés. Nuit à Sare au pied de la Rhune en hôtel**.

3h30 de marche et 2h30 de visite en option, + 360 m ; - 230 m de dénivelé, 11,5 km.

Jour 5 : Sare, qui fut un haut lieu de la contrebande grâce à sa situation frontalière mais aussi de la pêche forte de ses 160 ruisseaux grossissant la Nivelle donne à y passer du temps à "Saran Astia". Sare, au pied de la Rhune, montagne tabulaire de grès, emblématique des Basques et toit du Labourd, la Rhune, ou ses contreforts, mérite bien que l'on y consacre une journée. Voici une boucle qui prend tout son sens : à la montée avec ses horizons dégagés vers l'océan et à la descente dans un vallon plus fermé où l'on rencontrera peut-être les grands aventuriers du GR 10 partis pour la grande traversée des Pyrénées entre Hendaye et Banyuls. Voici l'étape "montagne" de la semaine, sans être toutefois trop dure ! avec moins de bâti que les autres jours et plus de parcours sur sentiers. Nuit Sare en hôtel**.

4h15 de marche, + 540 m ; - 540 m de dénivelé, 12 km OU 6h, + 900 m ; - 900 m, 16 km.

Jour 6 : une dernière traversée pour picorer les mamelons les plus proches de l'océan et donc stratégiquement fortifiés en redoutes sous Louis XIV et Napoléon (1794). Du GR 10 au GR 8 pour rejoindre Ascain et ses tombes préhistoriques, vivant au rythme des marées du haut de son pont dit "romain" du XIVème siècle sur la Nivelle. Nuit à Ascain en hôtel**, à 7 km de l'océan.

4h15 de marche, + 470 m ; - 520 m de dénivelé, 13,5 km.

Jour 7 : fin du séjour après le petit-déjeuner à Ascain.

▷ Nota bene

La durée est donnée à titre indicatif et correspond aux heures effectives de marche (hors pauses).

Accès

Début du séjour : *Il est impératif de nous préciser à l'inscription la formule choisie, 2 possibilités :*

- Accès en train : rendez-vous en gare SNCF de Bayonne le jour 1 à 9H30 avec un taxi.
- Accès en voiture : rendez-vous à l'hôtel à Ascain (64), le jour 1 à 9H30 avec un taxi.

Fin du séjour : 2 possibilités :

- Retour en train : rendez-vous à 9H30 le jour 7 à l'hôtel à Ascain pour le retour en taxi à la gare SNCF de Bayonne vers 10H.
- Retour en voiture : à Ascain après le petit-déjeuner directement sur place où votre véhicule est stationné.

Arriver sur place :

- En avion : aéroport de Biarritz Pays-Basque (BIQ) à 9 km : vols depuis Bruxelles, Genève, Lyon, Marseille, Paris, Strasbourg.
- En train : gare d'accueil Bayonne (64). Horaires et tarifs sur www.ter-sncf.com.
- Par la route : de Toulouse ou Bordeaux, suivre direction Bayonne, Saint Jean de Luz, puis aller à Ascain par la D 918. Vous pourrez laisser votre véhicule à l'hôtel pour la semaine. Carte Michelin Local 1/150 000^e n°342.

Arriver la veille :

Il est impératif de réserver à l'avance votre hébergement.

À Bayonne : hôtel Côte Basque près de la gare 2 rue Maubec : 05 59 55 10 21, se recommander de Randonades

À Ascain : plusieurs hôtels, nous consulter

Hébergement

En chambre de 1, 2 ou 3 personnes en hôtel**.

Les repas de midi sont à votre charge ; vous pourrez soit vous ravitailler au cours de la semaine soit, sur demande la veille, vos hôtes pourront vous préparer des pique-niques.

Les repas sont la plupart du temps composés du menu du jour (pas de choix de menu). Les coordonnées des hébergements vous seront fournies avec votre dossier de voyage.

Les chiens ne sont pas acceptés.

Niveau 2

En moyenne chaque jour : 300 à 500 m de dénivelé positif et 4 heures de marche effectives. Possibilité de choisir entre deux options les jours 3 et 5.

Parcours sportif :

Dénivelé positif maximum : + 900 m

Dénivelé total en descente : - 3 020 m

Dénivelé total en montée : + 3 070 m

Altitude maximum de passage : 906 m

	Jour 1	Jour 2	Jour 3	Jour 4	Jour 5	Jour 6	Jour 7
Dénivelé positif	+ 310 m	+ 520 m	+ 510 m	+ 360 m	+ 900 m	+ 470 m	-
Dénivelé négatif	- 380 m	- 420 m	- 570 m	- 230 m	- 900 m	- 520 m	-
Distance	15 km	16.5 km	13 km	11.5 km	16 km	13.5 km	-
Durée de marche	4 h 15	4 h 35	4 h 30	3 h 40	6 h	6 h	-

NB : la durée est donnée à titre indicatif et correspond aux heures effectives de marche (hors pauses).

Parcours facile :

Dénivelé positif maximum : + 540 m

Dénivelé total en descente : - 2 530 m

Dénivelé total en montée : + 2 580 m

Altitude maximum de passage : 550 m

	Jour 1	Jour 2	Jour 3	Jour 4	Jour 5	Jour 6	Jour 7
Dénivelé positif	+ 310 m	+ 520 m	+ 380 m	+ 360 m	+ 540 m	+ 470 m	-
Dénivelé négatif	- 380 m	- 420 m	- 440 m	- 230 m	- 540 m	- 520 m	-
Distance	15 km	16.5 km	11 km	11.5 km	12 km	13.5 km	-
Durée de marche	4 h 15	4 h 35	3 h 40	3 h 40	4 h 15	4 h 15	-

NB : la durée est donnée à titre indicatif et correspond aux heures effectives de marche (hors pauses).

Cet itinéraire s'effectue sans accompagnateur et sous votre propre responsabilité. Nous vous fournissons toutes les indications et la logistique nécessaires au bon déroulement de votre randonnée. Vous devez être capable d'autonomie en jugeant de vos forces et en appréciant des situations inattendues (fatigue, météo, présence d'animaux, modification du terrain, etc.).

Nous déclinons toute responsabilité en cas d'erreur de votre part concernant l'orientation (erreur ou changement d'itinéraire) ou la gestion du temps (départ trop tardif le matin, pause pique-nique trop longue).

Portage & Transport 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 (cf. nos conseils sur l'équipement).

Transferts

- Jour 1 (arrivée en train) de Bayonne au parking d'Elori Mendi (15 min)
- Jour 1 (arrivée en voiture) de Ascaïn au parking d'Elori Mendi (40 min)
- Jour 4 des grottes de Sare à Sare (10 min)
- Jour 7 (retour en train) de Ascaïn à Bayonne (40 min)

Les temps de trajet sont donnés à titre indicatif, ils restent dépendants d'événements incontrôlables et imprévisibles (conditions météo, de circulation, etc.). Les transferts routiers sont assurés par des taxis ou des transporteurs privés ; cependant d'autres personnes peuvent également effectuer le même transfert que vous, ainsi nous vous prions d'être ponctuel et de ne pas décaler l'horaire qui a été fixé.

Dossier de voyage

Trois semaines avant le départ (et après réception du solde de votre séjour), nous vous fournirons le dossier de voyage (pour 2 à 4 personnes) comprenant la liste des hébergements, des étiquettes pour vos bagages, un topo-guide descriptif du parcours, une cartographie précise et, sur demande, les traces GPS du parcours (format .gpx).

Si vous souhaitez recevoir des dossiers de voyage supplémentaires (+ 25€ par dossier), la demande doit être faite à l'inscription.

Les itinéraires et les topo-guides sont régulièrement vérifiés et mis à jour. Cependant, l'itinéraire traverse des zones où les conséquences de l'activité humaine et/ou d'événements climatiques peuvent modifier significativement son tracé. À votre retour, nous vous serions reconnaissants de nous mentionner les changements ou imprécisions relevés sur le terrain.

Dates et prix

Départ possible tous les jours du 3 mai au 20 septembre.

Prix : 625 € / pers.

- Minimum 2 personnes
- Supplément chambre individuelle : 130 €
- Réduction "mini-groupe", nous consulter.

Le cas échéant, veuillez nous préciser à l'inscription si plusieurs dates de départ sont possibles ; ceci au cas où un ou plusieurs hébergements seraient complets aux dates retenues. Afin d'organiser au mieux votre séjour, nous vous conseillons de vous inscrire le plus tôt possible ; certains hébergements peuvent être complets parfois plusieurs mois à l'avance.

Le prix comprend :

- Frais d'organisation
- Hébergement en demi-pension
- Transport des bagages
- Transferts prévus au programme
- Dossier de voyage pour 2 à 4 personnes avec cartes, topoguide, traces GPS (dossier supplémentaire 25€).

Le prix ne comprend pas :

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

Équipement à prévoir

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 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, carte européenne d'assurance maladie pour les circuits en Espagne et en Andorre, guide faune et flore, appareil photo, etc.)
- Pour les circuits liberté, dossier de voyage avec cartes, topo-guide, boussole, téléphone portable (batterie chargée), coordonnées des hébergements, numéro d'urgence.

Le pique-nique

- Gobelet ou quart
- 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)
- 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

Bibliographie

- *Les Pyrénées* de Claude Dendaletche
- *La grande flore illustrée des Pyrénées* de Marcel Saule
- *L'irréductible phénomène basque* de Philippe Oyhamburu

- *Légendes et récits populaires du Pays Basque* de J.-F. Cerquand
- *Artzainak* de Jacques Blot
- *Histoire du peuple basque* de M. Davant

Modifications de réservation

En raison de frais d'organisation importants, pour toutes modifications de la réservation demandées par le client (date, nombre de personnes, type de chambre, nombre de nuits supplémentaires, etc.), le client devra s'acquitter d'une somme forfaitaire de 50 € par dossier.

Conditions d'annulation

En cas d'annulation de votre part à plus de 30 jours du départ, Randonades rembourse l'intégralité du prix du séjour sous déduction de frais de dossier forfaitaires de 50 € par personne.

À partir de 30 jours avant le départ, des frais d'annulation seront appliqués et calculés selon le barème suivant (par personne) en fonction de la date d'annulation :

- de 30 à 22 jours : 25% du prix du séjour
- de 21 à 15 jours : 50% du prix du séjour
- de 14 à 8 jours : 75% du prix du séjour

- de 7 à 2 jours : 90% du prix du séjour
- moins de 2 jours : 100% du prix du séjour

En cas de souscription à une assurance annulation, les frais d'annulation vous seront remboursés. Les primes d'assurance ne sont pas remboursables.

L'abandon de votre part au cours de la randonnée ne donne droit à aucun remboursement. Lors d'une inscription à plusieurs : en cas d'annulation de la personne avec laquelle vous deviez partager une chambre (et de non remplacement par une autre personne), le supplément chambre individuelle pourra vous être facturé.

Assurances

Vous pouvez souscrire, **à l'inscription**, à une ou plusieurs assurances (assistance / rapatriement, annulation, interruption de séjour, bagages) qui s'ajoutent au prix du séjour ; conditions générales des contrats sur demande ou consultables sur notre site internet : <http://www.randonades.com/sejour-randonnee/comment-sinscrire>. Ces assurances ne peuvent prendre effet qu'après le paiement intégral du séjour. La souscription est accessible à tous les résidents européens.

L'assurance annulation

Comprend le remboursement des sommes retenues en cas d'annulation de voyage justifiée avant le départ.

L'assurance interruption de séjour

Comprend le remboursement des prestations non consommées en cas d'abandon justifié pendant le séjour.

L'assurance assistance / rapatriement

Comprend l'assistance aux personnes en cas de maladie ou d'accident pendant le séjour.

L'assurance bagages

Comprend le remboursement en cas de vol, détérioration ou perte de vos bagages pendant le séjour.

Responsabilité

Pour les randonnées liberté, Randonades ne saurait être tenu pour responsable d'une mauvaise interprétation du descriptif ou d'une erreur de lecture de carte de l'utilisateur. La randonnée liberté suppose l'acceptation d'un risque, qui peut être dû notamment à une modification des éléments naturels sur le parcours. Randonades ne peut être tenu responsable des accidents ou incidents résultant de l'imprudence d'un participant.

RANDONADES – 30, allée Arago – F-66500 PRADES – Tél. (33) 04 68 96 16 03 – Fax (33) 04 68 05 29 44
randonades@wanadoo.fr – www.randonades.com
n° Siret 450 612 668 00027 – Agence de voyages Licence LI06609001- IM066100022
Assurance RC : MMA BP27 69921 OULLINS – Garantie financière : Groupama caution

