Randos sauvages du Pays Basque

FRANCE - SUD OUEST

Établi au cœur du Pays Basque dans un hôtel familial, notre séjour s'effeuillera avec tous les jours de belles randonnées. Dans ces vallées empreintes de traditions séculaires, nos itinéraires vous feront découvrir un paysage au relief harmonieux. Un composé de collines parfois escarpées, de monts à la croupe galbée ou de vallons verdoyants, sans oublier la côte rocheuse et les villages disséminés ici et là et leur architecture si singulière. C'est en toute quiétude que le « Pais Basco » vous révélera toute son âme, si particulière.

7 jours / 6 nuits
6 jours de randonnée

4 à 8 personnes

En étoile

★★

Hôtel

Code : 1459

LES POINTS FORTS :

- Une découverte du pays basque français
- Un espace protégé avec toutes les richesses culturelles du pays Basque
- Un hôtel 2* familial situé dans un magnifique petit village, au cœur des montagnes

CHEMINS DU SUD – 57 rue François Gernelle - BP 155 - 84120 PERTUIS
04 90 09 06 06 – infos@cheminsdusud.com - www.cheminsdusud.com

PROGRAMME JOUR PAR JOUR

JOUR 1 : EREBI ET ATXULEGI

Accueil en gare de Saint Jean de Luz puis transfert jusqu'à l'hôtel. Nous faisons une belle boucle autour de deux magnifiques sommets au départ du village d'Ainhoa.

- 4h30 de marche, +450m de dénivelée

JOUR 2 : IBANTELI

Aujourd'hui, nous partons en randonnée dans un massif plus sauvage. Nous faisons l'ascension d'un sommet remarquable, qui est situé sur un axe de passage pour les oiseaux migrateurs. Descente en boucle dans un sous-bois tout simplement magique !

- 5h30 de marche, +650m de dénivelée

JOUR 3 : ATXURIA

Une jolie randonnée en boucle, au-dessus des grottes de Sare, avec ses nombreux points de vue sur cette belle côte atlantique. Un panorama à 360° depuis les crêtes de la Pena Plata.

- 5h de marche, +580m de dénivelée

JOUR 4 : RANDO CÔTIÈRE À HENDAYE - VISITE DU CHATEAU D'ABBADIE

Belle randonnée au départ d'Hendaye, à la découverte des falaises majestueuses de la côte Atlantique et de la végétation littorale luxuriante. Points de vue remarquables sur l'océan et la côte basque. Sur le chemin du retour, nous visitons l'étonnant Château-Observatoire d'Antoine Abbadie, célèbre scientifique basque.

- 4h de marche, +350m de dénivelée

JOUR 5 : LE MONDARRAIN

Nous partons aujourd'hui à la découverte d'un sommet mythique : le Mondarrain. Un magnifique itinéraire en boucle, au-dessus du joli village d'Itxassu, posé au pied de cet incroyable sommet. Nous faisons le retour par une belle escapade en crête, avec de superbes panoramas.

- 4h30 de marche, +500m de dénivelée

JOUR 6 : LA CÔTE SAUVAGE DU CAP DE HIGER

Pour la dernière randonnée de ce séjour, nous nous rapprochons du rivage basque espagnol, avec une belle randonnée le long d'une côte déchiquetée ponctuée de superbes criques et de falaises.

- 5h de marche, +530m de dénivelée

JOUR 7 : FIN DU SEJOUR

Transfert à la gare SNCF de Saint Jean de Luz vers 10h00.

IMPORTANT ITINÉRAIRE :

- Les durées de nos randonnées sont données à titre indicatif. Elles peuvent varier en fonction de plusieurs éléments lors du déroulé de notre séjour (niveau des participants, météo, état du terrain, etc...). Les durées de transfert peuvent aussi fluctuer en fonction des conditions climatiques et de l'état des routes.

- Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction et peut être sujet à des modifications dans un souci de qualité. De plus, des situations indépendantes de notre volonté peuvent modifier le déroulement de votre séjour (météo, routes coupées, vols annulés ou retardés, grèves, fêtes locales...). Nos guides feront de leur mieux pour s'adapter à ces aléas, avec leur expérience et leur professionnalisme. Votre satisfaction et votre sécurité sont les éléments qui prédominent dans ces décisions de modification.

- En cas de nombre insuffisant de participants, nous pouvons être amenés à annuler un séjour jusqu'à 3 semaines avant le départ. Nous anticipons au maximum cette prise de décision, parfois à 5-6 semaines de votre départ, afin de vous permettre de vous organiser au mieux. Si vous vous rendez au point de RV du séjour en transport en commun, nous vous recommandons d'éviter les tarifs non modifiables - non remboursables tant que le départ n'est pas confirmé, ou de prévoir une assurance annulation auprès des compagnies de transport.

NUITS SUPPLÉMENTAIRES :

Nuits supplémentaires en formule demi-pension : entre 75 et 85€ selon la période par personne en chambre de 2, et entre 85 et 95€ selon la période en chambre individuelle (tarifs à titre indicatif, pouvant être réajustés en fonction des disponibilités du moment, et des types de chambre proposés). Nous vous recommandons donc de nous communiquer au plus tôt vos demandes de nuits supplémentaires.

PERSONNALISER SON VOYAGE :

D'autres séjours existent dans cette même région : Rando yoga au Pays Basque, La Côte Basque de Zumaia à Bilbao, La Côte Basque de St Jean de Luz à Zumaia, Les trésors cachés du Pays Basque à vélo et Traversée du Pays Basque

FICHE PRATIQUE

NIVEAU PHYSIQUE :

- Marcheur Régulier

Pour marcheur motivé, en forme, pratiquant une activité physique variée et régulière.
Dénivelées positives entre 350 et 650m et avec des étapes de 4 à 5h30 de marche.

NIVEAU TECHNIQUE :

Sentiers de montagne avec parfois quelques passages sur éboulis ou en hors sentier mais en règle générale aucune particularité technique ni difficulté sur le circuit.

ENCADREMENT :

Par un accompagnateur en montagne diplômé connaissant bien le pays, le massif et les parcours.

HÉBERGEMENT :

En hôtel confortable 2*, en formule chambre double ou avec lits séparés.

RESTAURATION :

En pension complète :
- Le petit déjeuner et le repas du soir sont pris à l'hôtel.
- Les pique-niques sont préparés par votre accompagnateur sous forme de salades composées à base de produits locaux.

TRANSPORT DES BAGAGES :

Vous portez uniquement vos affaires de la journée.

TRANSFERTS :

En minibus de 9 places, pour tous les transferts. Court transfert tous les jours afin de se rendre sur les sites de randonnées.

GROUPE :

De 4 à 8 personnes.

RENDEZ-VOUS :

Le jour 1 en gare de Saint Jean de Luz à 9h30.

DISPERSION :

Le jour 7 en gare de Saint Jean de Luz vers 10h.

INFORMATIONS DIVERSES :

Aujourd'hui, le pourboire est généralement facultatif et est laissé à votre libre appréciation, selon votre satisfaction à la fin de votre voyage. C'est un geste symbolique qui récompense une prestation de qualité par rapport à la prestation reçue.

MOYENS D'ACCÈS :

PARKING

Vous pouvez vous rendre directement à l'hôtel. Parking privé pour votre véhicule.

EN TRAIN

Gare SNCF de Saint Jean de Luz.
Horaires et tarifs : 36.35 ou www.sncf-connect.com

DATES ET PRIX

INFORMATIONS DATES ET PRIX :

Privilèges Chemins du Sud
Pour plus de détails concernant vos remises, et pour les villes et dates des Salons, vous pouvez consulter notre page : www.cheminsdusud.com/remises-privileges

Remise fidélité -5%
Afin de vous remercier de votre fidélité, nous vous accordons une remise de 5%, appliquée dès votre 3ème séjour (les inscriptions faites via une autre agence comptent aussi !).
Cette remise vous sera attribuée systématiquement pour tous les séjours suivants, et sans durée de validité imposée. Elle est appliquée rétroactivement si elle a été oubliée sur un séjour réservé !

Remise FFRandonnée – remise -5%
Afin d'encourager le développement de la randonnée sur notre territoire et la protection de l'environnement, Chemins du Sud offre une remise de 5% sur tous nos séjours, à tous les adhérents licenciés de la Fédération Française de la Randonnée.

Remise Salons – remise -5%
Chemins du Sud a un stand sur plusieurs salons du Tourisme en France et en Belgique. Réduction de 5% accordée sur tous nos séjours, pour toute personne nous rendant visite à notre stand. Utilisation de cette remise une fois par Salon, sans obligation d'achat sur place : pas de durée limitée pour l'utiliser.

Remise Groupes constitués – remise -8% à -18%
La réduction varie selon le nombre de participants. Que ce soit en formule Liberté ou avec un de nos accompagnateurs, partez entre amis ou avec votre club de randonnée, en groupe privatisé, à la date de votre choix.

NOTRE PRIX COMPREND :

- L'encadrement par un accompagnateur en montagne
- L'hébergement dans un hôtel 2*
- La pension complète du midi du jour 1 au jour 7 le matin
- La visite du château d'Abbadie
- Les transferts aller/retour de la gare de St Jean de Luz, avec notre minibus de 8 personnes
- La taxe de séjour

NOTRE PRIX NE COMPREND PAS :

- L'assurance annulation et/ou assistance
- Votre transport aller/retour jusqu'au lieu de rendez-vous et de dispersion
- Les boissons et dépenses personnelles
- Les frais d'inscription éventuels
- Le supplément chambre individuelle
- D'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans "Le prix comprend"

FRAIS D'INSCRIPTION :

Les frais d'inscription sont des frais administratifs. Ils sont applicables à chaque personne inscrite.

- Pour toute inscription à plus de 90 jours du départ : pas de frais d'inscription.
- Pour toute inscription à partir de 90 jours du départ : 15€/personne.

EN OPTION :

- Supplément chambre individuelle (sous réserve de disponibilité) : entre 160 (ou 190€ en juillet et août 2025).

ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ

BAGAGES :

✓ 1 sac de voyage par personne (ou valise à roulettes). Un bagage trop volumineux est à proscrire car poserait des soucis d'encombrement du bus ou d'organisation logistique.

✓ 1 sac à dos de 35-40 litres environ à armatures souples avec ceinture ventrale et un dos bien aéré pour votre confort (pour porter vos affaires personnelles de la journée : appareil photo, pique-nique du déjeuner, gourde, vivres de course, veste coupe-vent, pull, vêtement de pluie…).

VÊTEMENTS :

Pour le haut du corps, le principe des 3 couches permet de gérer quasiment toutes les situations :
- ✓ une couche légère et respirante
- ✓ une couche chaude
- ✓ une couche imperméable et respirante.

En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par temps de pluie ou vent, il suffit de rajouter cette veste imperméable. Par grands froids ou lors des pauses, la veste polaire est un complément indispensable.
Prévoir des vêtements qui sèchent rapidement et donc éviter le coton. Préférez les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible.
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, car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés lors des pauses. Ainsi, il est très rare d'effectuer une ascension vêtue d'une veste polaire.

La liste complète et idéale : (à adapter néanmoins suivant la randonnée et la saison, et en fonction de vos habitudes)
- ✓ 1 chapeau de soleil ou casquette, ou foulard
- ✓ 1 bonnet ou bandeau en polaire et/ou un tour de cou
- ✓ 1 paire de gants légers
- ✓ Tee-shirts manches courtes en matière respirante de préférence (1 pour 2 jours de marche).
- ✓ 1 sous-pull à manches longues en matière respirante ou une chemise (parfois, les sommets sont ventés et une petite épaisseur est la bienvenue pendant la pause déjeuner),
- ✓ 1 veste chaude type polaire (voire déperlante) ou type chaude et compressible
- ✓ 1 veste coupe-vent imperméable et respirante avec capuche
- ✓ 1 cape de pluie éventuelle et/ou sursac
- ✓ 1 pantalon de randonnée solide, ample, confortable, déperlant
- ✓ 1 surpantalon imperméable et respirant
- ✓ 1 short ou pantacourt, confortable et solide
- ✓ Chaussettes de marche (1 paire pour 2 jours de marche). Privilégier la laine ou les chaussettes spécifiques randonnée type bouclette" qui vous éviteront l'échauffement prématuré des pieds
- ✓ 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, avec semelle qui accroche bien au relief et résistante à l'abrasion. Pensez à tester auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps.
- ✓ ou si vous êtes habitués, une paire de chaussures basses type trail, notamment pour les séjours été.
- ✓ 1 paire de guêtres (facultatif)
- ✓ 1 maillot de bain et 1 serviette qui sèche rapidement (facultatif en vue d'éventuelles baignades)
- ✓ 1 pantalon confortable pour le soir
- ✓ 1 paire de chaussures de détente légères pour le soir, type baskets, permettant aussi d'être utilisées pour les visites ou balades en ville.

MATÉRIEL :

POUR LE PIQUE-NIQUE

- ✓ Couverts
- ✓ 1 boîte de conservation en plastique de 0,5 litre minimum (impératif même s'il peut arriver qu'elle ne serve pas)
- ✓ 1 gobelet plastique ou aluminium avec anse isolée pour éviter les brûlures avec les boissons chaudes
- ✓ 1 couteau de poche pliant (facultatif)
- ✓ 1 gourde isotherme ou aluminium de 1,5 litres minimum ou gourde souple (déconseillée en hiver) ou une gourde filtrante éventuellement. Surtout utile en hiver, si vous souhaitez, prendre une bouteille isotherme pour emporter thé, café… pendant la randonnée)

AUTRES

- ✓ 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, ou même de canicule)
- ✓ 1 paire de bâtons de marche télescopiques (facultatif, selon vos habitudes ou le niveau technique des randonnées, se référer au paragraphe « Niveau Technique » de la fiche technique du séjour)
- ✓ 1 paire de lunettes de soleil de bonne qualité (protection niveau 3 ou 4) couvrant bien les côtés
- ✓ Crème solaire avec un bon indice de protection (30 minimum) et écran labial (le tout systématiquement dans le sac à dos)
- ✓ Trousse de toilette (brosse à dents, déodorant, etc…)
- ✓ Protections auditives en cire ou en mousse (contre les ronflements de voisinage ou autres nuisances sonores)
- ✓ Mouchoirs
- ✓ Papier toilette
- ✓ 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 (facultatif)

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 (facultatif)
- ✓ Antistaminiques contre les piqûres d'insectes par exemple (facultatif)
- ✓ Pastilles contre le mal de gorge (facultatif)
- ✓ Bande adhésive élastique en 5 ou 8 cm de large x 2,5 m (facultatif)
- ✓ Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- ✓ Collyre (en cas de poussières ou irritation/sécheresse oculaire)
- ✓ Double peau pour protéger les ampoules aux pieds (facultatif)
- ✓ Pince à épiler (facultatif)
- ✓ Petits ciseaux (facultatif)
- ✓ Vitamine C (facultatif)
- ✓ Pince à échardes (facultatif)
- ✓ Gel hydroalcoolique antibactérien utile pour se laver/désinfecter les mains.

FORMALITÉS

FORMALITÉS :

- Durant le séjour, vous devez être en possession de votre carte d'identité en cours de validité ou passeport, de votre carte vitale, du numéro de contrat et numéro de téléphone de votre assurance personnelle (en cas de non souscription à notre assurance).

ASSURANCES :

A l'inscription, vous pouvez souscrire une assurance assistance rapatriement et/ou annulation qui s'ajoute au prix du séjour.

- Assurance annulation : 3% du montant du dossier (elle comprend le remboursement des sommes retenues en cas d'annulation avant votre départ).
- Assurance assistance rapatriement : 2% du montant du dossier.
- Assurance annulation - rapatriement : 4% du montant du dossier.

Textes complets des assurances envoyés systématiquement avec nos emails de paiement d'acompte, et consultables lors de votre réservation en ligne (Document d'Information sur le Produit d'Assurance).

NOUS CONTACTER

Notre agence est ouverte du Lundi au Vendredi de 9h à 18h30, et le Samedi de 9h à 17h
En cas de problème de dernière minute, appelez :
au **04 90 09 06 06** ou sur notre téléphone d'urgence au **07 77 08 14 68 (7j/7 24h/24)**

infos@cheminsdusud.com

57 rue François Gernelle BP 155
84 120 PERTUIS
Notre agence est ouverte du Lundi au Vendredi de 9h à 18h30, et le Samedi de 9h à 17h

www.cheminsdusud.com

Dernière mise à jour : 20/12/2024