

Fiche technique | Randonnée à pied | Niveau 3/5    | 5,5 jours de randonnée pédestre – 6 nuits

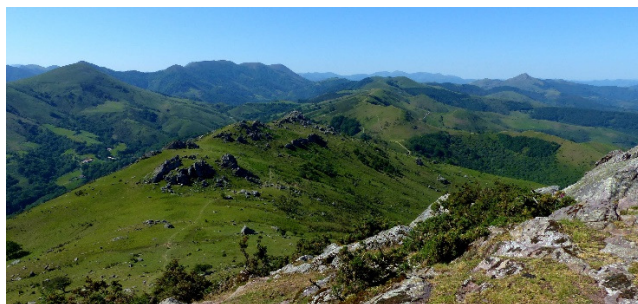
# Grande Traversée du Pays Basque : des Montagnes à l'Océan

## Votre circuit en bref

- Découverte des crêtes et vallées du Pays Basque, entre France et Espagne
- Peu de transferts, itinérance totale, portage de vos bagages tous les jours
- Hébergement confort : 4 nuits en hôtel et 2 nuits en chambres d'hôtes
- Un accès facilité en gare de Bayonne, grâce aux nombreux TGV

## Les points forts

- Découverte des paysages de moyenne montagne Basque mais aussi de la côte (baignade), un programme « transfrontalier »
- Le charme des villages traversés : St Etienne de Baigorry, Bidarray, Urdazubi, St Jean Pied de Port...
- Un terroir local bien ancré : gastronomie, culture, architecture...
- Randonnées sur le mythique GR10, mais aussi sur des chemins de traverse et des crêtes sauvages



[www.gr10-liberte.com](http://www.gr10-liberte.com) / [www.respyrenees.com](http://www.respyrenees.com)  
[www.maison-iputxainia.com](http://www.maison-iputxainia.com)

Tél : (33) 5.34.14.51.50 ou (33) 6.10.97.16.54  
[info@respyrenees.com](mailto:info@respyrenees.com)

Cette traversée du Pays Basque, qui vous mènera des montagnes à l'Océan Atlantique, emprunte en partie le fameux itinéraire du GR10, la grande Traversée des Pyrénées (866km de l'Atlantique à la Méditerranée).

Elle vous permettra de découvrir les doubles facettes du Pays Basque : un territoire sauvage et habité ; une terre de cultures et de traditions, partagée entre deux pays ; le vert des montagnes et le bleu de l'Océan..

Cette randonnée permet une approche sportive de tout ce qui fait le Pays Basque et, comme toujours, notre équipe aura à cœur de vous le faire découvrir comme personne d'autre grâce à notre implantation sur place, notre connaissance du terrain et les relations nouées avec nos partenaires depuis longtemps.

Oui, cette traversée, nous l'avons voulue comme l'aboutissement de notre travail et de notre amour du Pays Basque !

Après une première nuit confortable dans notre hébergement, [la Maison IPUTXAINIA à Saint Jean Pied de Port](#), nous rejoindrons le Col de Roncevaux, célèbre dans l'Histoire.. afin de démarrer notre jeu de saute-moutons avec la frontière, qui sera notre fil conducteur cette semaine ! 2 nuits se dérouleront d'ailleurs en Pays Basque Espagnol.

Au gré de nos étapes, entre crêtes panoramiques survolées par des vautours semblant nous observer, villages typiques, sommets modestes mais qui se « méritent » malgré tout, forêts remplies de légendes, ..... le fil du Pays Basque se déroulera devant vous, jusqu'à vous offrir son ultime sursaut avant que l'immensité bleue de l'Océan ne l'engloutisse... vous offrant une ultime baignade réparatrice en guise d'adieux... ou plutôt d'au revoir !!!

## • PROGRAMME

### **Jour 1 : Début de séjour à Bayonne**

Rendez-vous à 17h devant la gare SNCF de Bayonne. Installation dans votre hébergement à Saint Jean Pied de Port, notre maison d'hôtes, où vous pourrez profiter de la piscine et du jacuzzi pour récupérer de votre voyage et préparer au mieux la randonnée. Pot d'accueil et briefing sur le séjour.

### **Jour 2 : Du col de Roncevaux à St Etienne de Baigorri**

Pour votre première journée, attendez-vous à un spectacle époustouflant ! Un itinéraire tout en crête, hors des sentiers battus, de sommets en sommets, entre 1000 et 1250m d'altitude, avec des vues à couper le souffle sur les vallées environnantes et, au loin, les hauts sommets des Pyrénées qui pointent le bout de leurs sommets. Une vraie belle découverte de la montagne basque vous attend, avant de rejoindre le joli village de St Etienne de Baigorri.

- Distance randonnée : 20 km, durée 7h00, dénivelé positif +500m, dénivelé négatif -1400m.

### **Jour 3 : De Saint Etienne de Baigorri à Bidarray**

L'étape du jour va vous conduire jusqu'à Bidarray, très joli village perché au-dessus de la vallée de la Nive, à travers les falaises de grès rose de la crête d'Iparla et son pic culminant à 1044m. Randonnée panoramique offrant de magnifiques points de vue sur la France et l'Espagne !

- Distance : 18,5km, durée : 7h30 environ, dénivelé plus : +1115m, dénivelé moins : -1190m.

### **Jour 4 : De Bidarray au territoire de « Xareta », où le mot « frontière » n'existe pas**

Etape entre petits sommets et villages à l'identité basque bien marquée. Lors de la montée au col des Veaux, le passage aux Peñas de Itxusi, « les vilains rochers », vous permettra d'approcher d'un peu plus près le vol impressionnant des vautours tournoyant au-dessus de votre tête.

De franchissement de petits pics en passage de cols, notre itinéraire se faufile entre France et Espagne, rejoignant la crête du Gorospil et sa vue à couper le souffle sur la Rhune, et l'Océan qui semble déjà tout proche. Puis il sera temps de descendre vers les villages de Dantxarinea et Urdazubi. L'occasion pour votre accompagnateur de vous parler de ce territoire si particulier qu'est le « xareta ».

- Distance : 21km, durée : 7h30 environ, dénivelé plus : +950m, dénivelé moins : -1000m.

### **Jour 5 : De Urdazubi à Sare (col de Lizarrieta)**

La traversée du pays des « sorcières », un territoire plein de légendes et de grottes... et où se dresse la crête du modeste mais très beau Atxuria (759m), offrant des vues superbes sur l'imposant massif de la Rhune, qui sera au menu de la randonnée du lendemain.

Puis à travers les forêts et pâturages, nous traverserons les zones de chasse à la palombe, avant de rejoindre le col de Lizarrieta.

- Distance randonnée : 15km, durée 6h00, dénivelé positif +900m, dénivelé négatif -600m.

### **Jour 6 : Traversée du massif de la Rhune**

Pour cette avant-dernière journée de la semaine, se dresse devant nous le massif de la Rhune (905m), ultime rempart des Pyrénées, semblant défendre les montagnes face à l'Océan ! Un massif magnifique, aux paysages variés, que nous abordons par son versant sud-est, le moins fréquenté. Après une boisson fraîche bien méritée au sommet, la descente vers le col d'Ibardin se fait par un beau cheminement en crêtes.

- Distance randonnée : 12km, durée 5h00, dénivelé positif +1000m, dénivelé négatif -800m.

### **Jour 7 : l'arrivée à l'Océan... courte randonnée puis baignade !**

Depuis la frontière et à travers des paysages verdoyants, nous quittons progressivement les premiers contreforts des Pyrénées Atlantiques pour descendre sur le village de Biriadou. Notre randonnée se termine ici... place à la plage et la baignade !

- Distance randonnée : 7km, durée 3h00, dénivelé positif +340m, dénivelé négatif -700m.

Il est temps de rejoindre (transfert 20 min) la plage d'Hendaye pour le pique-nique, et pour un plongeon bien mérité et réparateur !

Puis il sera temps de se dire au revoir...

**Fin du séjour vers 16h30, après la randonnée. Transfert en gare de Bayonne.**

*Les programmes ont été établis selon les derniers éléments connus lors de la rédaction : des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement. Sur place, nos guides sont les meilleurs juges, ils peuvent être amenés à modifier l'itinéraire en fonction de la météo ou si la sécurité du groupe le nécessite.*

## •RENDEZ-VOUS ET FIN DE SEJOUR

**Rendez-vous :**

Le jour 1 à 17h devant la gare SNCF de Bayonne (64) .

**PREVENIR IMPERATIVEMENT une semaine à l'avance par SMS au 06.10.97.16.54, pour nous informer de vos horaires de train, ou de votre moyen d'arrivée à Bayonne.**

**Hébergements la veille ou le dernier jour : voir notre rubrique Hébergements.**

**Fin de séjour :**

Le jour 7 vers 16h30, après le transfert à la gare de Bayonne.

## •DATES ET PRIX

**Nombre de participants**

Groupe de 4 jusqu'à 14 personnes.

**Départs**

Départ assuré dès 4 personnes.

Du samedi 18/07/2020 au vendredi 24/07/2020

Du samedi 01/08/2020 au vendredi 07/08/2020

Du samedi 15/08/2020 au vendredi 21/08/2020

Du samedi 22/08/2020 au vendredi 28/08/2020

Du samedi 05/09/2020 au vendredi 11/09/2020

**Prix par personne :**

Prix du séjour	<b>735 €</b>
----------------	--------------

**Suppléments/réductions :**

- Supplément chambre individuelle (disponible 5 nuits) : 150€/ pers

**Le prix comprend :**

- L'hébergement en pension complète du dîner du jour 1 au pique-nique du jour 7
- Les transferts durant le séjour
- L'encadrement par un BE AMM spécialiste du Pays Basque

**Le prix ne comprend pas :**

- Les assurances
- Les repas non indiqués dans « le prix comprend »
- Les transferts non compris dans le programme
- Les boissons
- les visites

**Nature du terrain**

Randonnées en montagne, sur sentiers, le terrain est varié mais souvent rocheux.

**Niveau 3**

Ces séjours sont élaborés pour ceux qui recherchent des vacances actives. Un niveau raisonnable de condition physique est nécessaire. Compter de 4h30 à 6h00 de marche par jour. Vitesse de montée\* +300 m à l'heure.

*\*Attention les temps de marche sont des horaires moyens qui ne prennent en compte que la durée de la marche effective sans comptabiliser les temps de pause.*

**•HEBERGEMENT / NOURRITURE****Hébergement**

4 nuits en hôtel équivalent 2\*\* et 2 nuits en chambres d'hôtes, en formule chambre double.  
Chambre individuelle à la demande, avec supplément et en fonction des disponibilités.

**Les repas**

- Petit déjeuner continental (thé, café, lait, pain, beurre, confiture)
- Repas du soir à base souvent de spécialités basques, incluant une entrée, un plat et un dessert
- Pique-niques inclus
- Boissons non comprises

**Hébergement avant ou après le séjour****Bayonne :**

**Hôtel Côte Basque : hôtel \*\* confortable situé près de la gare de Bayonne**

**2 rue Maubec**

**64100 BAYONNE**

**Tel : 05.59.55.10.21**

**Hotelcotebasque@orange.fr**

**[www.hotel-cotebasque.fr](http://www.hotel-cotebasque.fr)**

Autre possibilité : notre hébergement à Saint Jean Pied de Port. Nous consulter pour le transport depuis Bayonne



[www.maison-iputxainia.com](http://www.maison-iputxainia.com)

## • INFOS PRATIQUES

**Début :** Le jour 1 à 17h, à la gare SNCF de Bayonne (64).

**Fin :** Le jour 6 à la gare SNCF de Bayonne, à 16h30.

### Comment rejoindre Bayonne:

- Par avion : Aéroport de Biarritz Parme (25km) : vols quotidiens vers Paris, Londres, Lyon, et le Hub de Clermont Ferrand.
- Par le train : Nombreux trains TER en direction de Bayonne, au départ des principales villes. Contacter la SNCF au 36.35, appel direct ou [www.oui.sncf.com](http://www.oui.sncf.com) pour confirmation des horaires.
- Par la route : De Bordeaux autoroute A63, 207km. De Toulouse, autoroute A64, 293km, puis Bayonne autoroute A63, sortie gare SNCF. Si vous venez avec votre véhicule, nous vous conseillons de le garer

au parking couvert de la gare SNCF.

- Tourisme Euskadi : [www.turismo.euskadi.eus](http://www.turismo.euskadi.eus)

- Office du Tourisme d'Hendaye : 67 bis, Boulevard de la Mer - 64700 HENDAYE - tel 05 59 20 00 34 Site : [www.hendaye-tourisme.fr](http://www.hendaye-tourisme.fr)

- Renseignements SNCF : 3635, ou [www.ter-sncf.com](http://www.ter-sncf.com)

- Météo locale : [www.tameteo.com](http://www.tameteo.com)

- Secours: 112

## • A EMPORTER DANS VOS BAGAGES

### Bagages

- Un sac à dos de randonnée d'une capacité de 35 litres environ, il vous sera utile pour le transport de vos affaires personnelles durant la journée.

### Vêtements

- 1 chapeau de soleil ou casquette
- T-shirts (1 pour 2 ou 3 jours de marche). Eviter le coton, très long à sécher ; préférer t-shirts manches courtes (matière respirante) en Capilène (Patagonia), Dryflo (Lowe Alpine), Light Effect (Odlo) etc...
- 1 sous-pull (remarques idem ci-dessus) ou chemise manches longues

- 1 veste en fourrure polaire
- 1 pantalon de trekking
- 1 pantalon confortable pour le soir
- 1 veste style Gore-tex, simple et légère
- 1 maillot de bain et une serviette de bain
- Des sous-vêtements chauds
- Chaussettes de marche (1 paire pour 2 à 3 jours de marche). Eviter les chaussettes type "tennis"(coton), très longues à sécher et risque élevé d'ampoules ; préférer celles à base de Coolmax par exemple
- 1 paire de chaussures de randonnée imperméable tenant bien la cheville (semelle type Vibram)
- 1 paire de chaussures détente pour le soir

La liste des vêtements doit être adaptée en fonction de la saison choisie

#### Petit équipement

- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité
- 1 gourde (1 litre minimum)
- 1 couteau de poche (à mettre dans le bagage allant en soute)
- Nécessaire de toilette
- Papier toilette, crème solaire + stick à lèvres
- Pour le pique-nique : couverts

#### Pharmacie personnelle

- Vos médicaments habituels
- Vitamine C ou polyvitamine
- Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- Bande adhésive élastique (type Elastoplast, en 6 cm de large)
- Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- Double peau (SOS Ampoules de marque Spenco, disponible en magasins de sport, en pharmacie, parapharmacie...)

-

#### Pharmacie collective

- Trousse de premiers secours placée sous la responsabilité de votre accompagnateur