

Séjour vélo liberté | Niveau 2/5   ou niveau 3/5    | 6 jours de vélo

# Voyage à vélo « bas Carbone » au cœur du Pays Basque, 100% vélo et train !!

## Votre circuit en bref

- Randonnées vélo en liberté sans guide
- 2 niveaux possibles de vélo : 2/5 ou 3/5
- **Location de vélo électrique incluse**
- Hébergement tout confort en hôtel \*\*\* avec piscine
- Des itinéraires inédits dénichés grâce à notre équipe locale
- Découverte de la gastronomie riche et variée du Pays Basque

## Les points forts de la randonnée

- **Le meilleur de notre cher Pays Basque** : chemins de St Jacques, vignobles, villages typiques, côte basque...
- **Aucun transfert en véhicules, vous utiliserez seulement le train !!**
- Vous pédalez l'esprit libre grâce à notre appli : guidage GPS, informations utiles, perles culturelles et gastronomiques en cours de randonnées... tout y est !



[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)

**Etes-vous tentés par un voyage à vélo autant décarboné que possible ? Oui, au Pays Basque, c'est possible !**

**Venez découvrir à vélo les multiples facettes du Pays Basque ! Les pieds dans l'eau, en serpentant le long de la corniche Basque surplombant l'océan.... Dans les montagnes Basques en profitant de magnifiques panoramas et de paysages bien spécifiques à cette région des Pyrénées ... ou encore à la découverte de multiples villages authentiques et de caractère tels que Sare, Ainhoa, Espelette, Itxassou, Saint Etienne de Baigorri...**

**La Cerise (noire, bien sûr) sur le gâteau ?? Durant ce séjour, aucun déplacement ne se fera en véhicule ! Vous pourrez rejoindre votre lieu de villégiature en train, et tous les jours, vous rejoindrez les départs de randonnée soit à vélo, soit en train !**

**Un séjour aussi « bas carbone » qu'il soit possible de faire !**

**Grâce à notre application mobile, vous pédalez l'esprit libre, avec toutes les informations nécessaires aussi bien d'un point de vue organisation (infos train, départs de randos, infos culturelles, pratiques...), que pour les itinéraires de randonnée.**

## **• PROGRAMME**

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

Rendez-vous à partir de 14h à Itxassou. Installation dans votre hébergement, hôtel \*\*\* avec piscine, pour toute la semaine.

Possibilité d'une première randonnée pédestre courte, au départ de l'hébergement :

### **Montagne et Village d'Itxassou, passage au pas de Roland**

Au départ de l'hôtel, à la découverte des nombreuses richesses du village d'Itxassou. Eglise Basque, passage par le mythique pas de Roland et sa légende.

- Distance : 9km, durée 3h, dénivelé positif +490m, dénivelé négatif -530m.

**Jour 2 à 7 : Vous pourrez choisir, selon votre humeur, la distance du point de départ, la météo, etc... entre une quinzaine de balades à vélo possibles. Guidés par notre application GPS, et avec l'appui des cartes IGN de la zone, votre randonnée sera tout confort !**

**Chaque départ de balade est accessible soit directement à vélo, soit en train depuis la gare d'Itxassou. Dans votre roadbook et sur l'application, nous vous donnons toutes les informations nécessaires (tarifs, horaires,...) pour accéder de la plus simple des manières aux départs de ces balades. Notre équipe sur place est par ailleurs joignable en permanence.**

**En voici quelques descriptifs :**

### **Villages typiques du Pays Basque**

Au travers des villages d'Ainhoa et Sare (villages classés « plus beaux villages de France ») ou encore Espelette, mondialement connu pour ses piments, qui ornent les façades des maisons du village : on ne peut rêver plus belle introduction au « Monde basque », sa culture, sa gastronomie et ses paysages verdoyants.

Dans ces villages, une halte s'imposera pour en apprécier tout le charme... Le parcours passant par le col de Legarre est quant à lui réservé aux amateurs de raides grimpettes !

- Distance : 26km, dénivelé positif : +290m, dénivelé négatif : -275m
- Distance : 34km, dénivelé positif : +485m, dénivelé négatif : -470m (via Espagne)
- Distance : 38km, dénivelé positif : +710m, dénivelé négatif : -695m (via Espagne et col de Legarre)

### **Vallée de la Nive au départ d'Itxassou**

Deux parcours bien différents vous sont proposés pour cette étape. Le premier passe par le Pas de Roland, lieu chargé d'histoire et de légendes. Le parcours file ensuite le long de la Nive jusqu'au charmant village de Bidarray. Le second parcours se déroule de l'autre côté de la Nive, il contourne les deux montagnes que sont l'Ursuya et le mont Baigura et rejoint les bords de la Nive.

- Distance : 26km, dénivelé positif : +590m, dénivelé négatif : -525m (via Pas de Roland)
- Distance : 43km, dénivelé positif : +620m, dénivelé négatif : -555m (via l'Ursuya)

### **Itinérance en Pays Basque intérieur, de St Jean Pied de Port à Baigorry**

Aujourd'hui, la route s'élève ! En effet, à travers les deux itinéraires qui vous sont proposés, vous traverserez des cols se rapprochant ou dépassant les 1000m d'altitude. Vous pourrez ainsi profiter de magnifiques vues sur les montagnes de la partie Est du Pays Basque. Après quelques efforts et une fois parvenus en haut de ces cols, il vous faudra amorcer la descente vers Saint Jean Pied de Port, place forte du Pays Basque.

- Distance : 23km, dénivelé positif : +785m, dénivelé négatif : -775m (Via Col d'Aharza, col d'Urdanzia et Lasse).
- Distance : 32km, dénivelé positif : +900m, dénivelé négatif : -890m (Via col d'Urđiako, col d'Urdanzia et Lasse).

### **100% de la côte basque, de Bayonne à Hendaye**

Au départ de Bayonne (ville qui, par ailleurs, vaut le coup d'œil !), une randonnée itinérante qui vous mènera des plages de sable fin d'Anglet, aux falaises surplombant l'océan de Biarritz à Hendaye. De plages en plages, de criques en ports, une magnifique découverte de notre côte.

- Distance 46km, dénivelé positif +340m, dénivelé négatif -340m.

### **Vélo en boucle autour de St Jean Pied de Port**

Au départ de Saint Jean Pied de Port, trois boucles vous sont proposées selon votre niveau. La première traverse les vignobles d'Irouleguy jusqu'à vous faire découvrir un très beau panorama au sommet du Jara. La seconde vous transportera de col en col à travers des paysages variés, des petites routes et des villages reculés de la campagne Basque. Possibilité d'une belle pause gastronomique au col et restaurant de Gamia. Enfin, pour les plus sportifs nous vous proposons de découvrir le superbe site d'Iraty, un plateau de moyenne montagne au cœur de la plus grande hêtraie d'Europe. La montée se fera par l'une des plus belles et des plus exigeantes routes de la région.

- Distance : 28,5km, dénivelé positif : +800m, dénivelé négatif : -800m (sommet du Jara)
- Distance : 53km, dénivelé positif : 970m, dénivelé négatif : - 970m (Col de gamia)
- Distance : 56km, dénivelé positif : +1350m, dénivelé négatif : -1350m (Iraty)

### **Jour 7 : Fin du séjour après le petit-déjeuner.**

#### **Ceux qui ont du temps pourront encore profiter d'une dernière balade à vélo au Pays Basque !**

*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.*

### **•RENDEZ-VOUS ET FIN DE SEJOUR**

#### **Rendez-vous :**

Le jour 1 à partir de 14h sur votre lieu d'hébergement à Itxassou (64 – Pyrénées-Atlantiques) : Hôtel\*\*\* Txistulari.

#### **Fin de séjour :**

Le jour 7 vers 9h, après le petit-déjeuner. **Ceux qui ont du temps pourront encore profiter d'une dernière balade à vélo au Pays Basque !**

## • DATES ET PRIX

### Départs

Tous les jours de début Avril à fin Octobre (selon les disponibilités).  
Inscription à partir de 2 personnes (voyageur solo : nous consulter)

**Prix par personne, incluant la location de vélo électrique**

**740 €**

**765 € en Juillet et Août**

### Suppléments/réductions :

- **Réduction utilisation de votre vélo personnel : 150 euros par personne**
- Supplément chambre individuelle standard : 190€/ pers
- Supplément chambre individuelle standard **EN JUILLET/AOÛT** : 220€/ pers
- Supplément chambre individuelle vélux : 135€/pers
- Supplément chambre individuelle vélux **EN JUILLET/AOÛT** : 155€/pers
- Nuit supplémentaire en BB chambre double : 50€/pers
- Nuit supplémentaire en BB chambre individuelle : 78€/pers

### Le prix comprend :

- L'hébergement en demi-pension du dîner du jour  
1 au petit-déjeuner du jour 7
- Le dossier de voyage avec cartes et topoguide : 1 dossier pour 4 personnes
- **la location de vélo électrique**
- Traces GPS sur demande + accès à l'itinéraire détaillé sur l'application mobile GPS Mhikes

### Le prix ne comprend pas :

- Les assurances et 15€ de frais de dossier
- Les repas non indiqués dans « le prix comprend »
- Les frais de transport : train, navette bateau,...
- Les visites
- Les boissons et les piques nique

## • INFOS TECHNIQUES

### Niveau 2/5

Niveau assez facile : 3h à 5h de vélo par jour, pour des étapes échelonnées entre 23km et 56km. Pas de difficultés techniques.

Ou

### Niveau 3/5

Niveau modéré : 4h à 6h30 de vélo par jour, pour des étapes échelonnées entre 40km et 60km, avec des dénivelés allant jusqu'à 1000m. Pas de difficultés techniques.

### Encadrement

Circuit vélo en liberté sans encadrement.

### Portage

Uniquement les affaires personnelles de la journée et votre pique-nique. Les bagages sont transportés par véhicule.

## • HEBERGEMENT / NOURRITURE

### Hébergement

6 nuits en hôtel\*\*\* avec piscine, en formule chambre double.

[www.txistulari.fr](http://www.txistulari.fr)

**L'hôtel Restaurant TXISTULARI est notre partenaire privilégié depuis plusieurs années.** Hôtel familial où Jean-Jacques et son fils Michel vous préparent de savoureuses spécialités Basques et quelques inspirations à base de produits frais et locaux. Anne-Marie et son sens de l'accueil vous raviront également.

Chambre individuelle à la demande, avec supplément et en fonction des disponibilités. Parking privé pour les personnes venant avec leur propre véhicule.

#### **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 non inclus
- Boissons non comprises

### **•INFOS PRATIQUES**

#### **Comment rejoindre Ixassou en train :**

Rejoindre la **gare de Bayonne** dans un premier temps. Nombreux trains, TGV, intercités ou OUIGO, en provenance de Paris et de la province.

Ensuite, emprunter la **ligne TER Bayonne-Saint Jean Pied de Port**, jusqu'à l'arrêt Ixassou. Le temps de trajet est de 30 minutes.

**En semaine**, le premier TER est à 6h41, et le dernier TER est à 18h36. 5 trains quotidiens.  
Le week-end, le premier TER est à 8h16, et le dernier TER est à 19h29. 4 trains quotidiens.

Utiliser le site [www.sncf-connect.com](http://www.sncf-connect.com), pour vous renseigner sur les accès en train, ou acheter vos billets.

Vous pouvez également consulter le site [www.thetrainline.com](http://www.thetrainline.com) pour consulter les horaires et tarifs.

### **• 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

#### **Pour le vélo**

- Casque personnel conseillé (peut être fourni)
- Un sac à dos qui vous permettent de transporter vos affaires pour la journée (20/25 litres minimum).
- Un vêtement chaud et un coupe-vent imperméable.
- Un maillot de bain et sa serviette, pourquoi pas ?
- Gants fins et bonnet
- Un bidon d'eau supplémentaire
- Lunettes, crème solaire, casquette (indispensable)
- Vêtements adéquats pour le cyclotourisme : cuissard avec peau de chamois + t-shirt respirant ou maillot
- Pour ceux utilisant leurs vélos : kit de réparation complet (chambres à air, rustines + colle, lubrifiant, câbles de dérailleur + câbles de frein, chaîne), pompe, antivol, jeu de clés Allen, kit de montage pneus
- Appareil photo, GPS...

#### **Après l'effort**

- Une paire de tennis style jogging, ou de sandalettes pour le soir.
- Vêtements de rechange et linge personnel.
- Trousse de toilette.
- Une mini-pharmacie : Médicaments personnels.
- Votre contrat d'assurance.

**Le couchage**

- Un drap de sac est essentiel pour tous les séjours impliquant des nuits en gîte, en refuge (couvertures fournies).
- Des bouchons d'oreille.

**Le pique-nique**

- Une boîte hermétique en plastique (0,8 L) pour transporter les salades des pique-niques.
- Couverts (fourchette, couteau pliant)
- Gourde 1,5 L minimum ou Camel back bien plus pratique...

**Petit matériel**

- Une paire de tennis, ou de sandalettes pour le soir
- Lunettes et crème solaire
- Chapeau, casquette ou bob
- Appareil photo...
- Une petite trousse de toilette, avec serviette
- Une lampe de poche ou frontale
- Du papier hygiénique
- Une mini-pharmacie : médicaments personnels, Compeed pour les ampoules, élastoplaste, gaze, désinfectant, arnica en granules et aspirine en cas de petits bobos... une couverture de survie.