

Fiche technique | Séjour VTC guidé | Niveau 1/5  | 5 jours de VTC électrique

# Le Pays Basque à vélo : voyage en VTC électrique avec un guide

## Votre circuit en bref

- Randonnée vélo guidée avec un accompagnateur VTC local et spécialiste de ce territoire riche en Histoire, culture et traditions
- Deux hébergements familiaux et conviviaux avec une cuisine Basque à base de produits locaux
- Accès et retour facilité en gare de Bayonne grâce à de nombreux TGV
- Durée : 6 jours / 5 nuits / 5 jours de vélo

## Les points forts du séjour

- Le Pays Basque, territoire idéal pour la pratique du VTC
- Des itinéraires accessibles et sans difficulté
- Dégustations de nos produits phares : Vin AOP Irouléguy, Porc AOP Kintoa, fromage AOP Ossau-Iraty...
- Le charme des villages traversés : Sare, St Jean Pied de Port, Espelette, St Jean de Luz...
- Une immersion dans la culture forte du Pays Basque



**VIVEZ L'EXPERIENCE BASQUE avec notre nouveau séjour VTC électrique guidé !**

Cadre idyllique où Océan et montagnes se rencontrent, le Pays basque et ses petits itinéraires de charme se prêtent parfaitement à la déambulation en VTC.

Ce séjour est l'occasion rêvée de découvrir de petits villages typiques, où le temps semble s'être arrêté. Grâce à notre guide local, passionné, vous aurez la chance de parcourir des ruelles authentiques, d'admirer des maisons traditionnelles et d'échanger avec des locaux.

Pour une immersion complète dans la culture locale, nous vous ferons découvrir nos produits du terroir, dont la réputation a depuis longtemps franchi les limites de notre territoire : fromage, charcuterie, vins locaux qui éveilleront vos papilles dans des moments conviviaux de partage.

La nature ne sera pas en reste : montagne, océan, petites routes à travers la campagne, voies vertes.... Venez respirer notre air frais !

Et surtout, profitez de chaque instant sans vous soucier de l'organisation !

[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)

## •PROGRAMME

### **Jour 1 : Début de séjour à Bayonne – Etape à vélo aux alentours de Sare**

Accueil à 9h30 devant la gare de Bayonne (64) par notre guide. Après un briefing et la remise des vélos, nous partons découvrir la richesse architecturale de Sare et de ses villages voisins. Ici, pas de frontière, nous sommes au Pays basque ! De belles routes de campagne nous font découvrir le « pays des sorcières » et les villages d'Etxalar et Zugarramurdi.

- Distance : 49km, dénivelé plus : +1100m, dénivelé moins : - 1100m, transfert 30 min.

### **Jour 2 : Océan, corniche basque, baignade et voie verte !**

La plus grande richesse du Pays Basque est de pouvoir jouir de la montagne et de l'Océan !

Au départ de l'hôtel nous ferons un premier arrêt à Saint Jean de Luz, avant de longer l'océan en empruntant l'incroyable route de la corniche. Baignade et pique-nique sur la plage de Hendaye, c'est aussi ça les vacances !

La deuxième partie de la journée se fera de l'autre côté de la frontière, en suivant la voie verte Eurovélo, nous remonterons le fleuve Bidasoa en suivant le parcours d'une ancienne voie ferrée.

- Distance : 59km, dénivelé plus : +600m, dénivelé moins : - 600m.

### **Jour 3 : Espelette, vallées sauvages et déjeuner traditionnel**

Au départ de l'incontournable village d'Espelette, nous rejoindrons Ixassou et sa fameuse confiture de cerise. Désormais nous pénétrons la montagne basque, par le Pas de Roland, puis le long de la magnifique rivière du Baztan et enfin sur une route interdite à la circulation des voitures. Nous rejoindrons un col frontalier pour reprendre des forces en dégustant un repas traditionnel dans une ferme auberge typique. La descente sur une magnifique route de montagne devrait terminer en beauté cette superbe journée.

Installation dans un hôtel proche de Saint Jean Pied de Port pour 3 nuits.

- Distance : 47km, dénivelé plus : +1200m, dénivelé moins : -1200m, transfert : 20 min le matin, 35 min le soir.

### **Jour 4 : Les vignes d'Irouléguay, et St Jean Pied de Port la médiévale**

Quel plaisir que de serpenter entre les parcelles de vigne !

Journée au travers des vignes en terrasse de l'appellation AOP Irouleguy. Puis nous en profiterons pour visiter l'incontournable ville de Saint Jean Pied de Port où nous croiserons les nombreux pèlerins qui s'apprêtent à rejoindre Saint Jacques de Compostelle. En milieu de journée, nous ferons une pause dégustation dans un chai familial de vigneron indépendant, travaillant en Biodynamie

- Distance : 41km, dénivelé plus : +770m, dénivelé moins : -770m.

### **Jour 5 : Vallée sauvage des Aldudes**

Nous partirons découvrir cette superbe vallée isolée, un petit paradis couleur nature. Nous emprunterons de vieux chemins séculaires vers Urepel, puis la frontière avec la Navarre, qui a fortement marqué l'histoire de cette vallée. Le retour entre forêt de hêtre, ligne de crête et estives nous fera découvrir des paysages époustouflants. Cette journée sera l'occasion de découvrir les secrets de l'élevage du porc basque, et de faire une petite dégustation. Cette race de porc, passée près de l'extinction au début des années 80, est aujourd'hui valorisée de belle manière grâce à l'obtention de l'Appellation d'Origine Protégée « Kintoa ».

- Distance : 43km, dénivelé plus : +1150m, dénivelé moins : -1150m.

### **Jour 6 : Fin de votre séjour.**

Fin du séjour après le petit-déjeuner. Transfert à la gare de Bayonne, arrivée sur place à 9h30.

*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.*

## • DATES ET PRIX

### Départ

Départ garanti à partir de 4 personnes. Groupe de 11 personnes maximum

Du dimanche 14/04/2024 au vendredi 19/04/2024

Du dimanche 12/05/2024 au vendredi 17/05/2024

Du dimanche 02/06/2024 au vendredi 07/06/2024

Du dimanche 14/07/2024 au vendredi 19/07/2024

Du dimanche 25/08/2024 au vendredi 30/08/2024

Du dimanche 22/09/2024 au vendredi 27/09/2024

Du dimanche 20/10/2024 au vendredi 25/10/2024

Autres dates possibles, pour les groupes constitués, dès 4 personnes. Nous consulter.

<b>Prix par personne Juillet-Aout-Septembre</b>	<b>965€</b>
<b>Prix par personne Hors Saison</b>	<b>895€</b>

### Suppléments/réductions :

- Supplément location de vélo électrique : 240€/pers.
- Supplément chambre individuelle : en fonction des disponibilités : 140€/pers.

### Le prix comprend :

- L'hébergement en pension complète du déjeuner du J1 au petit-déjeuner du J6
- Les transferts durant le séjour
- L'encadrement par un moniteur diplômé, local, et spécialiste du Pays Basque
- le matériel nécessaire à la pratique en sécurité de l'activité

### Le prix ne comprend pas :

- La location de VTC à assistance électrique (en supplément)
- Les assurances
- Les transferts non compris dans le programme
- Les visites de sites
- Les boissons
- Les frais de dossier : 15€

## • RENDEZ-VOUS ET FIN DE SEJOUR

### Début de séjour :

Le jour 1 à 9h30 devant la gare SNCF de Bayonne (64 – Pyrénées-Atlantiques).

**NOUS AVONS CHOISI LA GARE DE BAYONNE POUR VOUS FACILITER L'ACCES A NOTRE SEJOUR, ET PAR SOUCI D'ECOLOGIE, CAR DE NOMBREUX TRAINS ET TGV LA DESSERVENT. CONSULTEZ LE SITE DE LA SNCF POUR RESERVER VOTRE TRAIN : <https://www.oui.sncf/>**

### Fin de séjour :

Le jour 6 vers 9h30, après un transfert à la gare de Bayonne.

## • INFOS TECHNIQUES

### Niveau 1/5

Niveau assez facile, nécessitant néanmoins une pratique occasionnelle du VTC. Séjour accessible à tous.

### Encadrement

Accompagnateur en montagne, ayant la qualification vélo. Notre équipe est composée de spécialistes, issus du Pays Basque, et connaissant très bien le territoire.

### Portage

Uniquement les affaires personnelles de la journée et de votre pique-nique.

## •HEBERGEMENT

### Hébergement

5 nuits en hôtel \*\* où l'on vous accueille dans des chambres tout confort, équipées de salle de bain ou salle d'eau, WC, télévision, téléphone ainsi qu'une vue imprenable sur les montagnes et la rivière environnante. De quoi vous dépayser et vous détendre dans un environnement relaxant.

Vous pouvez profiter de ce séjour en chambre double, 2 lits séparés ou en chambre individuelle (sur demande avec supplément et en fonction des disponibilités).

### Autres hébergements possibles

Il est possible que l'hébergement mentionné ci-dessus soit différent sur certaines dates, en fonction de ses disponibilités. Si l'hébergement est différent de celui présenté dans le paragraphe « Hébergement », nous vous informerons de ce changement.

### Les repas

- Petit déjeuner continental (thé, café, lait, pain, beurre, confiture).
- Pique-niques inclus, préparés par notre équipe locale et adaptés à la pratique de l'activité.
- Boissons non comprises.

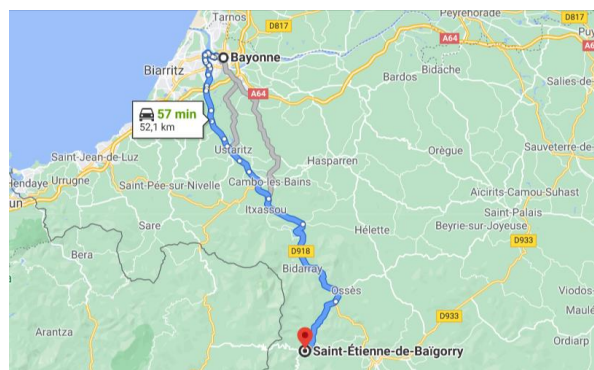
## •INFOS PRATIQUES

**Début :** Le jour 1 à 9h30 à la gare SNCF de Bayonne (64).

**Fin :** Le jour 6 à la gare SNCF de Bayonne, à 9h30.

### 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.



## •A EMPORTER DANS VOS BAGAGES

### Votre bagage suiveur

Un bagage suiveur de 15 kg maximum par personne : Une petite valise ou un sac de voyage en bon état. Pensez à y attacher les étiquettes bagages qui vous sont fournies, avec vos nom et prénom en évidence.

### Pour le vélo

- Casque personnel si vous en avez un
- Un sac à dos qui vous permette de transporter vos affaires pour la journée (20 litres minimum).
- Un vêtement chaud et un coupe-vent imperméable.
- Un maillot de bain et sa serviette, pourquoi pas ? stop baignade sur la côte basque
- Gants fins et bonnet suivant la saison
- Un bidon d'eau supplémentaire
- Lunettes, crème solaire, casquette (indispensable)
- Vêtements adéquats pour le VTC : 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**

- Des bouchons d'oreille.

### **Le pique-nique**

- Couverts (fourchette, couteau pliant)
- Gourde 1,5 L minimum ou Camel back bien plus pratique...

### **Petit équipement**

- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité
- 1 couteau de poche (à mettre dans le bagage allant en soute)
- Une paire de tennis, ou de sandalettes pour le soir
- Nécessaire de toilette
- Papier toilette, crème solaire + stick à lèvres

### **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