

Fiche technique | Randonnée accompagnée | Niveau 1/5  | 5 jours de marche

# Randonnées douces et Thalasso au Pays Basque

## Votre circuit en bref

- Randonnée guidée avec un BE AMM spécialiste de la région
- 5 Randonnées faciles en Pays Basque
- Séjour en étoile dans un hébergement tout confort avec piscine, à 200m de la plage d'Hendaye
- 5 heures d'accès au Spa Marin Serge Blanco à Hendaye
- Groupes de 8 personnes maximum
- Accès facilité à la gare d'Hendaye

## Les points forts de la randonnée

- Randonnées variées : sentier littoral, douces montagnes du Pays Basque intérieur, parcours frontaliers...
- Découverte de la Côte Basque et du Pays Basque intérieur avec ses paysages de moyenne montagne
- Un terroir local bien ancré : gastronomie, culture, architecture...
- Découverte à pied des magnifiques villes cotières de la côte basque: Saint Sebastien, Saint Jean de Luz, Fontarrabie, Pasai et Espelette.



Ressourcement, bien-être, air marin, air des montagnes... Un concentré de tout ce qui fait le Pays Basque ! Océan et montagnes qui s'étreignent, villes et villages typiques aux façades rouges et blanches rayonnantes... Découverte de la culture et des traditions de ce peuple de montagnards et de marins-pêcheurs au long cours... Le tout, dans un hébergement confortable avec piscine, à deux pas de la plage et du centre de thalassothérapie d'Hendaye ! Nous vous proposons des randonnées accessibles et variées qui vous montreront qu'en Pays Basque, la nature est belle et ressourçante ! Votre accompagnateur, spécialiste du Pays basque, saura vous faire découvrir cette culture forte et ne manquera pas de vous faire visiter les lieux incontournables, comme les villages classés, ou de vous faire déguster les produits qui font la réputation du Pays Basque : fromage de Brebis Ossau-Iraty, gâteau basque pour les plus connus, mais bien d'autres comme le cidre, le Txakoli...

[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 Hendaye**

Rendez-vous à 18h30 à la gare d'Hendaye . Installation dans votre Hôtel avec piscine à 200 m de la plage et de la thalasso, pour toute la semaine. Pot d'accueil et briefing sur le séjour.

### **Jour 2 : Sentier du littoral sur le Jaizkibel et retour par Fontarrabie**

Après un cours transfert (20min), découvrons les magnifiques plaines verdoyantes du Mont Jaizkibel. Cette montagne, la plus occidentale des Pyrénées se jette littéralement dans l'océan. Logeons falaise et petite crique sur un très beau sentier jusqu'au Phare du Cabo Higuer, condensé d'océan et de montagne. Nous terminerons la randonnée par la visite du village de Fontarrabie, contraste entre les anciens quartiers de pêcheurs et la superbe partie fortifié classé monument historique et artistique. Retour à l'hôtel après avoir traversé la Bidassoa grâce à la charmante navette maritime.

- Distance : 12km, durée 5h00, dénivelé positif +230m, dénivelé négatif -410m.

### **Jour 3 : Montagnes douces et verdoyantes au pays du Pottok**

Transfert (45min). Rentrans dans les terres pour découvrir les montagnes douces et accueillantes du Pays Basque. Depuis le magnifique belvédère que nous propose la montagne Errebi et sa Chapelle, sillonnons la montagne occupée par les brebis et pottoks (race de petit cheval Basque) en liberté sous l'œil bienveillant des vautours, avec la côte basque en toile de fond. En fin de randonnée, visite d'Espelette, connu pour son piment qui séchait autrefois sur les façades des maisons.

- Distance : 11,5 km, durée 5h, dénivelé positif +550m, dénivelé négatif -550m.

### **Jour 4 : Col d'Ibardin, panorama frontalier et retour dans le passé**

Transfert (30min). Col frontalier avec la Navarre, culminant à plus de 300m, le col d'Ibardin offre des vues imprenables sur la baie de Saint Jean de Luz et la côte basque. Ses nombreuses Ventas (magasins frontaliers vendant des produits espagnols) attirent les foules mais après quelques minutes de marche la nature et la calme reprennent leurs droits. Dans de magnifiques paysages variés, landes, prairies, forêts de chêne, petit lac ... les traces laissées par l'homme, de la préhistoire aux guerres Napoléoniennes, ne manquent pas dans ce lieu stratégique. Temps libre dans les venta pour quelques achats.

- Distance : 11km, durée 5h, dénivelé positif +530m, dénivelé négatif -530m.

### **Jour 5 : Du village de pêcheur de Pasai au Bar à Tapas de Saint Sebastien**

Après un court transfert (25min), découvrons les rues piétonnes du magnifique village de Pasai, occasion d'évoquer sa riche histoire avec l'Océan. Nous traversons le fjord en navette bateau. Des aplombs dominant Pasaia au bucolique balcon boisé au-dessus de l'océan, nos émotions seront continuellement nourries jusqu'à la découverte magique de la baie de Saint Sébastien. Nous irons alors prendre des forces dans les nombreux bars à tapas du casco viejo de la ville. Retour en TOPO, navette ferroviaire en milieu d'après-midi.

- Distance : 11km, durée 4h, dénivelé positif +430m, dénivelé négatif -430m.

### **Jour 6 : Le sentier du littoral sur le domaine d'Abbadia et visite de St Jean-de-Luz**

Nous terminerons la semaine par une randonnée facile, en démarrant de l'hôtel à pied nous longerons la magnifique plage d'Hendaye, 3 km de sable idéal pour la baignade et l'apprentissage du surf. Prenons un peu de hauteur pour pénétrer dans le magique domaine d'Abbadia. Ce site du conservatoire du littoral se caractérise par de magnifiques landes et prairies dominant d'abruptes falaises subissant l'érosion dévorante de l'océan. Nous en profiterons pour visiter le caractéristique château Viollet-Le-Duc construit pour Antoine d'Abbadie ethnologue, géographe, homme de science... Court transfert jusqu'à l'inévitable Saint Jean de Luz, visite de ce qui est certainement la plus belle ville de la côte.

- Distance : 10km, durée 4h30, dénivelé positif +150m, dénivelé négatif -130m.

**Fin du séjour vers 16h30, après la randonnée. Transfert en gare d'Hendaye.**

*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.*

*Certaines randonnées pourront être remplacées si, en 2021, la frontière avec l'Espagne subit des fermetures.*

## •RENDEZ-VOUS ET FIN DE SEJOUR

### Rendez-vous :

Le jour 1 à 18h30 à la gare d'Hendaye ou 18H45 sur votre lieu d'hébergement à Hendaye (64 – Pyrénées-Atlantiques) : Domaine Orhoitza : <https://www.vacancesbleues.fr/fr/hendaye/hotel-residence-orhoitza>

Pour les personnes arrivant en train : rendez-vous à 18h30 devant la gare SNCF d'Hendaye. **PREVENIR IMPERATIVEMENT une semaine à l'avance par SMS au 06.10.97.16.54**, pour réserver la navette entre la gare et l'hôtel.

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

### Fin de séjour :

Le jour 6 vers 16h. Transfert à la gare d'Hendaye pour les personnes arrivées en train (arrivée sur place à 16h30).

## •DATES ET PRIX

### Nombre de participants

Groupe de 4 jusqu'à 8 personnes.

### Départs

Départ assuré dès 4 personnes.

Du dimanche 11/04/2021 au vendredi 16/04/2021

Du dimanche 18/04/2021 au vendredi 23/04/2021

Du dimanche 02/05/2021 au vendredi 07/05/2021

Du dimanche 23/05/2021 au vendredi 28/05/2021

Du dimanche 13/06/2021 au vendredi 18/06/2021

Du dimanche 04/07/2021 au vendredi 09/07/2021

Du dimanche 18/07/2021 au vendredi 23/07/2021

Du dimanche 01/08/2021 au vendredi 06/08/2021

Du dimanche 15/08/2021 au vendredi 20/08/2021

Du dimanche 29/08/2021 au vendredi 03/09/2021

Du dimanche 12/09/2021 au vendredi 17/09/2021

Du dimanche 10/10/2021 au vendredi 15/10/2021

Du dimanche 17/10/2021 au vendredi 22/10/2021

### Prix par personne :

Prix Basse Saison	<b>860€</b>
Prix Moyenne Saison Mai / Juin / Septembre	<b>920€</b>
Prix Haute Saison Juillet / Août	<b>970€</b>

### Suppléments :

- Supplément chambre individuelle, sous réserve de disponibilité (lit 1 personne) : 115€/ pers en Juillet/Août ; 95€/pers en dehors de cette période
- Nuit supplémentaire en BB chambre double : prix selon période, nous consulter
- Nuit supplémentaire en BB chambre individuelle : prix selon période, nous consulter

**Le prix comprend :**

- L'hébergement en pension complète du dîner du jour 1 au déjeuner du jour 6
- Les transferts durant le séjour
- L'encadrement par un BE AMM spécialiste du Pays Basque
- l'accès de 5h au Spa Marin du centre de Thalasso Serge Blanco
- la visite du château d'Abbadia

**Le prix ne comprend pas :**

- Les assurances
- Les repas non indiqués dans « le prix comprend »
- Les transferts non compris dans le programme
- Les visites non comprises
- Les boissons
- 10€ de frais de dossier à l'inscription

**•INFOS TECHNIQUES****Nature du terrain**

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

**Niveau 1/5**

Ces séjours sont élaborés pour ceux qui recherchent des vacances actives. Un niveau raisonnable de condition physique est nécessaire. Compter de 4h00 à 5h00 de marche par jour. Les temps de marche mentionnés sont donnés à titre indicatif, ce sont des horaires moyens qui ne prennent en compte que la durée de la marche effective sans comptabiliser les temps de pause. En fonction des conditions climatiques le rythme de marche peut également varier.

**Encadrement**

Randonnée encadrée par un BE Accompagnateur montagne spécialiste de la région.

**Portage**

Durant la randonnée, portage uniquement de vos affaires personnelles de la journée, de votre pique-nique et d'eau en quantité suffisante.

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

5 nuits en hôtel confortable avec piscine et espaces extérieurs propices à la détente, en formule chambre double. Chambre individuelle à la demande, avec supplément et en fonction des disponibilités (lit 1 personne).

Parking privé (payant, 8 euros par jour, tarif en vigueur lors de la rédaction de ce programme : nous préciser lors de la réservation) pour les personnes venant avec leur propre véhicule.

L'hôtel Orhoitza, situé à Hendaye-Plage, est une authentique demeure basque. Equipée d'une piscine extérieure, d'un bassin détente, bar et restaurant, il est situé à 200 mètres de la plage et 500 mètres du centre de thalassothérapie Serge Blanco.

**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/déjeuners inclus (y compris tapas à St Sébastien)
- Boissons non comprises

## Le centre de Thalassothérapie

Vous bénéficiez d'un accès de 5 heures, à utiliser comme bon vous semble durant le séjour.

Le Spa marin, un environnement de bulles, de jets et de vapeurs délicatement parfumées fait de ce cadre idéal un îlot de repos et de délectation à savourer après les randonnées dont il optimise les vertus.

Il est composé de :

320 m<sup>2</sup> de bassins d'eau de mer chauffée de 27 à 33°

1 jacuzzi extérieur maintenu à température (33°) avec une vue imprenable sur les montagnes basques

1 jacuzzi intérieur

2 saunas

1 hammam

- Port du bonnet de bain et des claquettes obligatoires dans les bassins. Pensez à prendre une serviette de bain.
- Les shorts de bain ne sont pas tolérés dans les bassins
- Possibilité d'achat sur place : Claquettes 4.00 € - Bonnet 2.50 € - Package 5.00 € Tarifs en vigueur lors de la rédaction de ce programme

### •INFOS PRATIQUES

#### Comment rejoindre Hendaye :

- Par avion : Aéroport de Biarritz : vols quotidiens vers et depuis Paris, Londres, Lyon, Clermont Ferrand...
- Par le train : Nombreux trains TER au départ des principales villes en direction de Bayonne puis d'Hendaye (<https://www.oui.sncf>)
- Par la route : De Bordeaux autoroute A63, 207km. De Toulouse et Bayonne, autoroute A64, 293km, puis Bayonne à Hendaye, autoroute A63, 32km. Bayonne autoroute A63, sortie 1 direction Hendaye.

Si vous venez avec votre véhicule, nous vous conseillons de le garer à Hendaye sur votre lieu d'hébergement : hôtel Orhoitza. Le parking privé est payant (8 euros par jour, nous préciser lors de la réservation que vous souhaitez le réserver ; tarif en vigueur lors de la rédaction de ce programme).

### •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, 1 bonnet de bain, des sandales de bain et une serviette de bain pour pouvoir accéder à la piscine et au centre de thalassothérapie
- 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