

Fiche technique | Multi-activités famille | Niveau 2/5   | 5 jours d'activités

# Charme et confort du Pays Basque : cocktail aventure !

## Votre circuit en bref

- Multi activités complet en Pays Basque
- Séjour en étoile
- Hébergement tout confort en hôtel \*\*\* avec piscine
- Randonnées thématiques permettant de découvrir les multiples facettes du Pays Basque intérieur.

## Les points forts de la randonnée

- Accès facilité en gare de Bayonne
- Randonnée, surf ou paddle, rafting, escalade, et autres activités
- Repas du berger, un midi dans un resto typique
- Découverte de la Côte Basque et du Pays Basque intérieur

Partez avec nous vers les premiers contreforts des Pyrénées, à la découverte du Pays Basque ! Découvrez les nombreux villages insolites nichés dans des fonds de vallées verdoyantes, ainsi que l'émblématique Rhune.

Un cocktail d'activités détonnantes, faisant la part belle aux sports d'eau (omniprésente dans notre verdoyant pays Basque !

Votre accompagnateur saura aussi vous donner le goût de la culture et des traditions Basques. Et, bien sûr, la gastronomie ne sera pas en reste : cerise noire d'Itxassou, Piment d'Espelette, Jambon de Bayonne, fromage de brebis.... De quoi ravir nos papilles !



[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**

Rendez-vous à 18h à Itxassou (ou à 17h25 en gare de Bayonne). Installation dans votre hébergement, hôtel \*\*\* avec piscine, pour toute la semaine. Pot d'accueil et briefing sur le séjour.

### **Jour 2 : Journée Montagne. Randonnée : les Penas d'Itsusi, au pays des vautours**

Sur un sentier en crête au-dessus des vallées verdoyantes du Pays basque Espagnol et Français. Promontoire privilégié pour observer l'un des plus grands rapaces d'Europe, posé ou bien en vol, ce magnifique planeur défie les vents. En compagnie d'un passionné et de son équipement d'observation, venez découvrir tous les secrets de cette espèce emblématique des Pyrénées.

- Distance : 9km, durée 4h, dénivelé positif +450m, dénivelé négatif -450m. Transfert 20 minutes aller, 20 minutes retour



### **Jour 3 : Escalade et pelote basque, puis randonnée coucher de soleil**

Matinée escalade ! Découvrez les joies de l'escalade sur rocher tout près de l'hôtel.

L'après-midi, pendant que les plus grands pourront siroter une boisson fraîche en terrasse à l'ombre des platanes sur la place d'Itxassou, les plus petits débordant d'énergie pourront s'affronter lors de parties de « pala » au fronton municipal, initiées par votre animateur !

- Escalade : 1h30 d'activité
- Pala : toute l'après-midi, tant que l'on en a envie !

**Puis randonnée et observation du coucher de soleil ! Le soir, à la lueur des lampes frontales et à la manière des contrebandiers, l'œil s'adapte à l'obscurité, la marche devient féline et les sens s'éveillent avec la douceur de la nuit sur le retour.**



### **Jour 4 : Journée Océan. Surf, paddle board, et farniente**

Direction la côte basque et St Jean de Luz, les vagues et le sable chaud !

Ce matin, vous aurez le choix entre un cours de paddle ou un cours de surf, sur la plage de Bidart. A la fin du cours, votre animateur vous amènera en bus public au centre de St Jean de Luz pour une après-midi visite, plage ou farniente.

- Temps cours de surf : 2h00



#### **Jour 5 : Chemin de St Jacques de Compostelle et vie pastorale**

Aujourd'hui, direction les hauteurs de St Jean Pied de Port, sur le Chemin de St Jacques de Compostelle. Nous nous imprègnerons de ce chemin mythique, comme les milliers de pèlerins qui chaque année, et ce depuis des siècles, traversent le monde pour se rendre à ce périple. Après avoir vu au loin les toits du monastère de Roncevaux depuis le Col de Lepoeder (1430m), nous quitterons le Camino pour nous diriger vers un tout autre univers : les estives et la vie pastorale. **Un berger nous recevra pour nous faire découvrir son fromage de brebis, qu'il fabrique tous les jours d'été dans sa cabane au cœur de la montagne, après la traite.** A la fin de la randonnée, temps libre à St Jean pied de Port, village classé et situé sur le Chemin de St Jacques de Compostelle.

- Distance : 13km, durée : 4h30, dénivelé positif +385m, dénivelé négatif -325m. Transfert 1h aller, 1h retour.



#### **Jour 6 : Journée rivière. Rafting et baignade.**

Sensations fortes ! Itxassou est situé au bord de la Nive, qui est également associée aux joies du rafting. Nous vous proposons aujourd'hui une sortie rafting encadrée par les professionnels situés à deux pas de l'hôtel. Le reste de la journée, nous vous proposons soit de profiter de l'hôtel et de sa piscine soit d'aller se baigner à la rivière.

- Descente rafting 2h00 sur l'eau, 7km de descente



### **Jour 7 : Fin de votre séjour.**

Fin du séjour après le petit-déjeuner. Pour ceux qui sont arrivés en train : 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.*

## **•RENDEZ-VOUS ET FIN DE SEJOUR**

### **Rendez-vous :**

Le jour 1 à 18h sur votre lieu d'hébergement à Itxassou (64 – Pyrénées-Atlantiques) : Hôtel\*\*\* Txistulari.

Pour les personnes arrivant en train : rendez-vous à 17h25 devant la gare SNCF de Bayonne. **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.

### **Si vous arrivez tôt à Bayonne :**

1/ Consigne bagages : l'hôtel Côte Basque, situé en face de la gare de Bayonne, propose une consigne bagages (5€/bagage, tarif 2023 susceptible de modification).

Hôtel Côte Basque, 2 rue MAUBEC, 64100 BAYONNE. Numéro de téléphone : 05 59 55 10 21.

2/ Visit Bayonne : L'office de tourisme de Bayonne édite un guide de découverte de Bayonne. Vous pouvez le télécharger ci-dessous, ou bien vous rendre à l'office de tourisme pour le récupérer, Place des Basques - 64108 Bayonne

<https://www.calameo.com/read/004039137bf2929b7092e?trackersource=library>

### **Fin de séjour :**

Le jour 7 vers 9h30, après le petit-déjeuner.

Transfert à la gare de Bayonne (arrivée à 9h30 sur place) pour les personnes arrivées en train.

## **•DATES ET PRIX**

### **Nombre de participants**

Groupe de 5 jusqu'à 14 personnes.

Départ assuré dès 4 personnes.

### **Départs**

Du dimanche 18 au samedi 24 Août 2024

### **Prix par adulte : 840 €**

### **Suppléments/réductions :**

- Supplément chambre individuelle standard : 195€/ pers
- Supplément chambre individuelle standard **EN JUILLET/AOUT** : 225€/ pers
- Supplément chambre individuelle vélux : 140€/pers
- Supplément chambre individuelle vélux **EN JUILLET/AOUT** : 160€/pers
- Nuit supplémentaire en BB chambre double : 51€/pers
- Nuit supplémentaire en BB chambre individuelle : 79€/pers
- **REDUCTION ENFANT DE 7 A 12 ANS : 95€**

### **Le prix comprend :**

- L'hébergement en pension complète du dîner du jour 1 au petit-déjeuner du jour 7
- Les transferts durant le séjour
- L'encadrement de toutes les activités

### **Le prix ne comprend pas :**

- Les assurances
- Les repas non indiqués dans « le prix comprend »
- Les transferts non compris dans le programme
- Les visites
- Les boissons
- Frais de dossier : 15€

## •INFOS TECHNIQUES

### **Nature du terrain**

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

### **Niveau 2**

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. 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.*

### **Encadrement**

Randonnée encadrée par un BE Accompagnateur montagne spécialiste du Pays Basque.

### **Portage**

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

## •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.

### **AUTRES POSSIBILITES D'HEBERGEMENT**

Sur certaines dates, la taille et la répartition du groupe selon le type de chambres, nous amènent à travailler avec la chambre d'hôtes Gure Gostuan, très jolie et confortable maison d'hôtes, située à 200 mètres du Txistulari. Si cela est le cas, vous en serez informé avant la confirmation de votre inscription, afin que la décision vous appartienne.

Pour les personnes qui logeront à la Gure Gostuan : les petits déjeuners sont pris sur place, en revanche les dîners sont pris en commun, avec le groupe, à l'hôtel Txistulari. L'accès à la piscine de l'hôtel Txistulari vous est possible, la Maison Gure Gostuan ne possédant pas de piscine.

Voici le site de la Maison Gure Gostuan si vous voulez y jeter un coup d'œil avant d'accepter d'y loger : [www.gites64.com/Chambre-d-hotes-ltxassou-lthurry-borgeais-Coeur-Pays-Basque-64G441006.html](http://www.gites64.com/Chambre-d-hotes-ltxassou-lthurry-borgeais-Coeur-Pays-Basque-64G441006.html)

### **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

## •INFOS PRATIQUES

### 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.ter-sncf.com](http://www.ter-sncf.com) pour confirmation des horaires.
- Par la route : De Bordeaux autoroute A63, 207km. De Toulouse et Bayonne, autoroute A64, 293km, puis Bayonne autoroute A63, sortie 5 direction Cambo-les-bains. Si vous venez avec votre véhicule, nous vous conseillons de le garer à Itxassou sur votre lieu d'hébergement : Hôtel Txistulari.



## •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 pour la piscine.
- 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