

Ficha técnica | Viaje por libre | Nivel 4/5 🚶‍♂️🚶‍♂️🚶‍♂️🚶‍♂️ | 6 días de caminata por el GR10

GR10 St Jean Pied de Port - Etsaut : Del País Vasco al Bearne

El circuito en resumen

- Senderismo en libertad sin guía
- Posibilidad de versión confort con 5 noches en habitación privada
- Ideal para caminar en familia, con amigos o en pareja
- Transporte de vuestro equipaje entre cada etapa según la opción elegida
- Acceso y regreso facilitados desde Saint-Jean-Pied-de-Port y Etsaut
- Duración: 7 días / 6 noches

Puntos destacados

- El descubrimiento de dos regiones específicas: el País Vasco y el Bearne
- Lescun y su magnífico circo
- El descubrimiento de los primeros altos picos pirenaicos: el Pic d'Orhy, el Pic d'Anie y su lapiaz lunar...
- El yacimiento prehistórico de los crómlech de Occabé
- Iraty y el mayor bosque de hayas de Europa
- Ruta de senderismo por el mítico GR10



El tramo de Saint-Jean-Pied-de-Port a Etsaut forma parte de la Gran Travesía de los Pirineos y tiene la particularidad de ofrecer al senderista, dentro de un mismo periplo, el descubrimiento de dos regiones específicas: el País Vasco y el Bearne. Los primeros picos pirenaicos de más de 2.000 m de altitud (Pic d'Orhy, Pic d'Anie...) aparecerán a partir del encantador y agradable enclave de Iraty. A continuación, descubriréis la Haute Soule, las gargantas de Holzarté y su famoso puente colgante. Como punto culminante de este itinerario, la última etapa desde Lescun y su magnífico circo con aspecto de Dolomitas os llevará hasta el pueblo de Etsaut, en el valle de Aspe, puerta del célebre Parque Nacional de los Pirineos.



• PROGRAMA

Día 1: Comienzo del viaje en Saint-Jean-Pied-de-Port

Instalación en vuestro alojamiento. Según vuestra hora de llegada, posibilidad de visitar el pueblo o de realizar una ruta circular a pie.



Descubrimiento de los alrededores de Saint-Jean-Pied-de-Port.

Senderismo para descubrir los viñedos de Irouléguy y el pueblo de Ispoure, en los alrededores de la capital de la Baja Navarra, una región de atractivos turísticos inagotables.

Vuelta por el Kurutxamendi

El Kurutxamendi es una pequeña colina que domina Saint-Jean-Pied-de-Port. Este paseo a pie puede ser una agradable caminata corta y fácil, junto a los peregrinos que se dirigen a Santiago de Compostela. A pesar de la baja altitud, disfrutaréis de una buena visibilidad sobre los picos de Navarre e incluso del Labourd.

- Distancia: 9 km, duración: aproximadamente 3h, desnivel positivo: +300 m, desnivel negativo: -300 m
- Distancia: 5 km, duración: aproximadamente 1h30, desnivel positivo: +150 m, desnivel negativo: -150 m

Día 2: De Saint-Jean-Pied-de-Port a Phagalcette



Tras abandonar la capital del País Vasco, os acercaréis colina tras colina a los primeros pequeños picos de los Pirineos Atlánticos, en dirección este. El itinerario pasa primero por el pueblo de Caro, luego por el puerto de Handiague, a 587 m, desde donde podréis admirar el alto valle del Nive, antes de iniciar un descenso en zigzagueos hacia Estérençuby. Durante esta travesía, comprobaréis que la huella vasca está muy presente. Parada en Estérençuby para la versión confort; en caso contrario, continuación de la caminata hasta Phagalcette.

- Distancia: 18,5 km, duración: aproximadamente 7h, desnivel positivo: +1000 m, desnivel negativo: -550 m (hasta Phagalcette)
- Distancia: 14,5 km, duración: aproximadamente 5h, desnivel positivo: +600 m, desnivel negativo: -550 m (hasta Estérençuby, versión confort)

Día 3: De Phagalcette a Iraty



Por la mañana, corto traslado de Estérençuby a Phagalcette para la versión confort. La etapa de hoy tiene un carácter deportivo debido a su distancia, combinada con la topografía accidentada de la caminata. A través de amplias y hermosas mesetas de pastizales con vistas despejadas, llegaréis al magnífico yacimiento de los Crómlech de Occabé, monumento prehistórico de piedras clavadas en la tierra y dispuestas en círculo. Desde allí, entraréis en el bosque de Iraty, el mayor hayal de Europa, a caballo entre Francia y España. Después, llegaréis a los chalets de Iraty en el puerto de Bagargui.

- Distancia: 20,5 km, duración: aproximadamente 7h45, desnivel positivo: +1400 m, desnivel negativo: -700m

Día 4: De Iraty a Logibar



Desde los chalets de Iraty, pasaréis por el Pic des Escaliers, que alcanza los 1472 m, antes de iniciar el descenso por la cresta de Ugatzé y, finalmente, llegar a Logibar. El itinerario, atravesando crestas y puertos de montaña, ofrece vistas excepcionales hacia el este, en dirección a los primeros altos picos de los Pirineos: Pic d'Anie (2504 m), Pic d'Ansabère (2360 m), Table des 3 Rois (2421 m), Visaurin (2669 m)... Sin olvidar, muy cerca, el Pic d'Orhy (2017 m), techo del País Vasco.

- Distancia: 16 km, duración: aproximadamente 6h30, desnivel positivo: +450 m, desnivel negativo: -1400 m

Día 5: De Logibar a Senta



Desde Logibar, el GR10 atraviesa el cañón de Holzarté y su famoso puente colgante. A continuación, se llega al cayolar de Saratzé. Los cayolares son cabañas de pastores que antaño constituían un lugar de hospitalidad y acogida abierto a los senderistas. Tras alcanzar el caserío de Senta, abandonaréis el País Vasco para entrar en Bearn y adentraros en el valle de Barétous. Dado que esta etapa es larga, se propone una variante más corta.

- Distancia: 25,5 km, duración: aproximadamente 8h30, desnivel positivo: +1300m, desnivel negativo: -1100m
- Distancia: 22 km, duración: aproximadamente 7h45, desnivel positivo: +1250 m, desnivel negativo: -1050m (variante)

Día 6: De La Pierre St Martin a Lescun



Por la mañana, corto traslado a La Pierre St Martin (también podéis hacer este tramo a pie, añadiendo una noche en La Pierre St Martin o realizando una gran etapa de Senta a Lescun; consultadnos). El GR10 asciende al macizo de Anie por las Arres de Camplong, ofreciendo una vista espectacular del Pas d'Azun hacia la pirámide del Pic d'Anie, primer gran pico pirenaico desde el océano, que alcanza los 2504 m. La caminata finaliza en el grandioso circo glaciar de Lescun, prometiendo panoramas impresionantes sobre los órganos rocosos de Camplong, el Pic Billare y la cercana meseta de Sanchèse.

- Distancia: 15,5 km, duración: aproximadamente 5h45, desnivel positivo: +500 m, desnivel negativo: -1200m

Día 7: De Lescun a Etsaut



Abandonaréis el circo dolomítico de Lescun y luego atravesaréis una sucesión de pueblos del piedemonte, en medio de espacios de pastoreo y tradiciones ancestrales. Tras la meseta de Lhers y el puerto de Barrancq, el itinerario llega al pueblo de Etsaut, puerta del Parque Nacional de los Pirineos, al borde del Gave d'Aspe.

- Distancia: 16 km, duración: aproximadamente 6h15, desnivel positivo: +850 m, desnivel negativo: -1150 m

Los programas han sido elaborados según los últimos elementos conocidos en el momento de la redacción: siempre pueden surgir imprevistos y situaciones ajenas a nuestra voluntad que modifiquen su desarrollo.

• FECHAS Y PRECIOS

Salidas

Todos los días desde mediados de mayo hasta finales de septiembre (según disponibilidad).
Inscripción a partir de 2 personas (viajero individual: consultarnos).

Precio : Del 15/05/2026 al 30/09/2026 :

Precio con transporte de equipaje por vehículo :

Precio/pers (grupo de 2 personas)	745€
Precio/pers (grupo de 3 personas)	675€
Precio/pers (grupo de 4 personas)	640€
Precio/pers (grupo de 5 personas)	625€
Precio/pers (grupo de 6 personas)	610€

Precio sin transporte de equipaje (a la espalda) :

Precio/pers (grupo de 2 personas)	535€
Precio/pers (grupo de 3 personas)	515€
Precio/pers (grupo de 4 personas)	505€
Precio/pers (grupo de 5 personas)	500€
Precio/pers (grupo de 6 personas)	495€

Suplementos :

- Suplemento versión confort (5 noches en habitación): 135 €/persona
- Suplemento habitación individual (si versión confort): 180 €/persona
- Suplemento 5 pícnic (no disponible en Saint-Jean-Pied-de-Port): 65 €/persona
- Suplemento traslado de regreso de Etsaut a Saint-Jean-Pied-de-Port entre semana: 240 € por traslado
- Suplemento traslado de regreso de Etsaut a Saint-Jean-Pied-de-Port domingos y festivos: 265 € por traslado
- Noche adicional en Saint-Jean-Pied-de-Port con alojamiento y desayuno en habitación doble: 75 €/persona

- Noche adicional en Saint-Jean-Pied-de-Port con alojamiento y desayuno en habitación individual: 115 €/persona
- Noche adicional en Saint-Jean-Pied-de-Port con alojamiento y desayuno en dormitorio compartido: 45 €/persona
- Noche adicional en Etsaut en media pensión, habitación doble: 75 €/persona
- Noche adicional en Etsaut en media pensión, habitación individual: 105 €/persona
- Noche adicional en Etsaut en media pensión, dormitorio compartido: 50 €/persona

El precio incluye:

- El alojamiento en media pensión, excepto la noche del día 1 en alojamiento y desayuno
- El transporte de equipaje según la opción elegida
- El traslado del día 6
- El traslado del día 3 para la versión confort
- El dossier de viaje con mapas y topografía: 1 dossier para 4 personas
- Acceso al itinerario detallado en nuestra aplicación móvil
- Trazas GPS bajo petición

El precio no incluye :

- Los seguros
- La cena del día 1
- 15€ de gastos de gestión
- Las bebidas y los picnics

• **PERSONALIZAD VUESTRO VIAJE**

Los itinerarios se ofrecen a título indicativo. Pueden modificarse según vuestros objetivos. Nuestros viajes están siempre diseñados para ofrecer la mejor calidad, al precio más justo.

Si queréis:

- mejorar vuestro tipo de alojamiento,
- alargar o reducir la duración de vuestro viaje,
- organizar vuestras propias visitas y actividades,
- disponer de un traslado desde el aeropuerto,
- agregar una noche antes o después del viaje, etc...

Contactar con Gaëtan

Tel : 05 34 14 51 50

gaetan@respyrenees.com

• **ORGANIZACIÓN**

Nos encargamos de las reservas de vuestros distintos alojamientos en el circuito, del transporte de equipajes según la opción elegida y de vuestros traslados del día 6 y del día 3 para la versión confort; además, os proporcionamos un dossier completo con mapas y topografías detalladas, así como acceso al itinerario completo en la aplicación móvil. Durante vuestra caminata, nuestro equipo de asistencia también podrá responder a todas vuestras preguntas y ofreceros, si es necesario, los consejos útiles para el buen desarrollo de vuestro viaje.

Vuestros traslados durante el viaje: *Incluso si habéis reservado la versión sin transporte de equipajes.*

- Día 6 : A las 8 de la mañana, traslado por un corresponsal local desde Senta a La Pierre St Martin. Este traslado se ha organizado para acortar una etapa demasiado larga. No obstante, podéis hacer este tramo a pie, añadiendo una noche en La Pierre St Martin o realizando una gran etapa de Senta a Lescun; consultadnos.
- SOLO VERSIÓN CONFORT: Día 3 a las 8:15 de la mañana, traslado por un corresponsal local desde Estérençuby a Phagalcette para acortar una etapa larga.

• INFORMACIÓN TÉCNICA

Nivel 4

Senderistas entrenados, en buena condición física y con experiencia en senderismo de montaña. Caminata de 7 a 8 horas por día en promedio, con desniveles de 1000 a 1300 m de media, por senderos accesibles, pero también en terreno accidentado (desprendimientos, pedregales...), con algunas pequeñas dificultades técnicas puntuales. Los tiempos de marcha indicados son orientativos; son horarios medios que solo consideran la duración efectiva de la caminata, sin incluir los tiempos de descanso. Según las condiciones climáticas, el ritmo de marcha también puede variar, pudiendo oscilar entre +300 m y +500 m de ascenso por hora.

Supervisión

Ruta por libre, sin guía.

Vuestro equipaje transportado (si habéis elegido la fórmula con transporte de equipaje entre los alojamientos)

Deben depositarse antes de las 9h en la recepción de vuestro alojamiento. Serán entregados en el alojamiento siguiente antes de las 17h. Solo se transporta 1 equipaje por persona. Por razones logísticas, os pedimos limitar el peso del equipaje transportado a un máximo de 15kg, y evitar las maletas rígidas: nuestros equipos logísticos y socios transportistas deben cargar y descargar decenas de maletas cada día, a veces con muchas escaleras. El transportista podrá cobrarlos al final de la ruta un suplemento si los equipajes son demasiado pesados o demasiado numerosos.

• ALOJAMIENTO/COMIDAS

Alojamiento

Media pensión, excepto el día 1 en alojamiento y desayuno
6 noches en albergue de etapa en dormitorio compartido

VERSIÓN CONFORT (ver suplemento):

2 noches en hoteles** en habitación los días 1 y 2
1 noche en habitación de huéspedes en habitación el día 6
1 noche en chalet de montaña en habitación el día 3
1 noche en albergue de etapa en habitación el día 5
1 noche en albergue de etapa en dormitorio compartido el día 4

Para las noches en dormitorio compartido, llevar un saco sábana (se proporcionan mantas).

Las comidas

- Desayuno continental (té, café, leche, pan, mantequilla, mermelada)
- Cenas a base, a menudo, de especialidades locales, incluyendo un entrante, un plato principal y un postre. Para la cena en Saint-Jean-Pied-de-Port, restaurantes en el lugar
- Picnics no incluidos. Posibilidad de reservarlos con antelación (con suplemento) o comprarlos directamente en el lugar, en los alojamientos o en las tiendas o panaderías mencionadas en el roadbook
- Bebidas no incluidas

• INFORMACIÓN PRÁCTICA

Inicio: El día 1 en vuestro alojamiento en Saint-Jean-Pied-de-Port, según vuestra hora de llegada.

Fin: El día 7 en Etsaut, tras vuestra caminata.

Cómo llegar a Saint-Jean-Pied-de-Port en transporte público:

Numerosos trenes desde las principales ciudades con destino a Saint-Jean-Pied-de-Port (con correspondencias):
<https://www.sncf-connect.com>

Cómo salir de Etsaut en transporte público:

Autobús de Etsaut a Bedous (línea 550 Bedous > Canfranc) : <https://www.citrampyrenees.fr/horaires-tarifs>
Desde Bedous, tren hacia las principales ciudades (con correspondencias) : <https://www.sncf-connect.com>

Cómo llegar a Saint-Jean-Pied-de-Port desde Etsaut en transporte público:

Autobús de Etsaut a Bedous (línea 550 Bedous > Canfranc) : <https://www.citrampyrenees.fr/horaires-tarifs>

Tren de Bedous a Saint-Jean-Pied-de-Port (con correspondencias en Pau y Bayona) : <https://www.sncf-connect.com>

Aeropuertos más cercanos:

Aeropuerto de Biarritz

Aeropuerto de Pau

Aeropuerto de Tarbes-Lourdes

Aeropuerto de Toulouse-Blagnac

Aparcamiento de vehículos en St Jean Pied de Port:

Todos los aparcamientos de pago y gratuitos visibles en esta página: <https://www.st-jean-pied-de-port.fr/decouvrir/ou-stationner/>

Aparcamiento de vehículos en Etsaut :

Aparcamiento en la Plaza de la Iglesia, frente al Ayuntamiento (gratuito y sin vigilancia)

Si dejáis vuestro vehículo durante toda la duración de vuestro viaje, os recomendamos informaros en la oficina de turismo para saber si se celebrarán eventos (fiestas, mercados, etc.) en el lugar donde estacionéis.

Se aconseja encarecidamente viajar en tren para evitar los desplazamientos de regreso al punto de partida para recoger el vehículo, ya que los trayectos pueden resultar muy largos y con poca conexión, o bien costosos si optáis por volver en taxi. No obstante, si decidís venir en coche, os recomendamos dejar vuestro vehículo el primer día en el punto de llegada y desplazaros después hasta el punto de inicio del viaje, ya que dispondréis de tiempo para hacer el trayecto y no estaréis cansados tras vuestra semana de senderismo.

• QUÉ LLEVAR EN VUESTRO EQUIPAJE

Vuestro equipaje transportado (si habéis elegido la fórmula con transporte de equipaje entre los alojamientos)

Deben depositarse antes de las 9h en la recepción de vuestro alojamiento. Serán entregados en el alojamiento siguiente antes de las 17h. Solo se transporta 1 equipaje por persona. Por razones logísticas, os pedimos limitar el peso del equipaje transportado a un máximo de 15kg, y evitar las maletas rígidas: nuestros equipos logísticos y socios transportistas deben cargar y descargar decenas de maletas cada día, a veces con muchas escaleras. El transportista podrá cobrarlos al final de la ruta un suplemento si los equipajes son demasiado pesados o demasiado numerosos.

La mochila:

El tamaño de la mochila es muy importante y puede variar según el tipo de viaje.

- Para una ruta con transporte de equipaje por vehículo: mínimo 30L
- Para una ruta con transporte parcial o reducido de equipaje: mínimo 50L
- Para una ruta con transporte de equipaje a la espalda: mínimo 60L

Debe contener:

- Fondo de mochila (ropa de lluvia, ropa de abrigo, camiseta de repuesto, gafas de sol, crema solar, botiquín, material para el picnic, objetos personales, ...)
- Almuerzo tipo picnic del día (llevar una caja de plástico)
- Suficiente agua (cantimplora de al menos 1,5 litros)

El calzado:

Es uno de los elementos más importantes. Debe ser ante todo cómodo, impermeable y transpirable. Un buen soporte del tobillo es indispensable. Si tenéis que comprar un par nuevo, os recomendamos probar las botas antes de comenzar vuestro viaje. No elijáis una talla demasiado pequeña, ya que los pies tienden a hincharse. Para caminatas cortas, os recomendamos calzado de senderismo flexible tipo trekking, con una buena suela y un buen refuerzo trasero. Para rutas de montaña de más de 4 horas, elegir botas de caña alta con una suela bastante rígida. Atención con el calzado que ha pasado demasiado tiempo en el armario: la vida útil de unas botas es de 2 a 5 años. Con el tiempo, las suelas pueden despegarse y las costuras romperse.

La ropa específica para senderismo:

- Una chaqueta cortaviento e impermeable (tipo Gore-Tex)
- Una chaqueta polar o jersey
- Un pantalón para caminar, un pantalón corto y camisetas (preferiblemente de materiales transpirables)

- Ropa de recambio y ropa personal
- Un bañador y una toalla
- Para principios y finales de temporada, llevad guantes finos y un gorro para las rutas en altitud

Para dormir:

- Un saco sábana es imprescindible para todos los viajes que incluyan noches en albergue o refugio (mantas proporcionadas).

Atención: según la normativa Covid-19 vigente en los refugios en 2022, es posible que no se proporcionen mantas. En ese caso, será necesario llevar un saco de dormir para esas noches. Esto os será indicado lo antes posible antes de vuestro viaje.

- Tapones para oídos.

El pícnic:

- Una fiambreira hermética de plástico (0,8 L) para transportar las ensaladas del pícnic.
- Cubiertos (tenedor, cuchillo plegable)
- Cantimplora de mínimo 1,5 L o Camelbak, mucho más práctico...

Otro material:

- Un par de zapatillas o sandalias para la tarde
- Un par de bastones telescopicos (opcionales)
- Gafas de sol y crema solar
- Sombrero, gorra o sombrero tipo "bob"
- Cámara de fotos...
- Un pequeño neceser de aseo, con toalla
- Una linterna o frontal
- Papel higiénico
- Un botiquín básico: medicamentos personales, Compeed para las ampollas, esparadrapo, gasas, desinfectante, árnica en gránulos y aspirina para pequeñas molestias... una manta de supervivencia