

# SUR LES HAUTEURS

RANDONNÉES ET VOYAGES À PIED

v o t r e t r e k c o m m e n c e i c i . . .

## LE GR10 / La Grande Traversée des Pyrénées Étape 2 : De St Jean Pied de Port à Lescun

Randonnées itinérantes en liberté, avec transfert de bagages

Séjour 7 jours, 6 nuits, 6 jours de randonnée

En gîte et en refuge de montagne (en formule petit dortoir)

				Saison		Départ garanti 				
4 Chaussures	Refuge + Gîte	En itinérance	Portage de vos affaires personnelles pour la journée	J	F	M	A	M	J	À partir de 2 personnes
				J	A	S	O	N	D	



Nous sommes ici sur le deuxième tronçon du **GR10**.

À mi-chemin entre le Pays Basque et le Béarn, vous découvrirez ces 2 régions des **Pyrénées Occidentales**, aussi atypiques que dépayssantes !

La beauté des paysages, la culture locale omniprésente et l'architecture si atypique de ces deux territoires du sud-ouest, vous marqueront pour longtemps...

Alors, partez sur les sentiers Pyrénéens, laissez-vous guider pour profiter pleinement de cette aventure, sur ce tronçon entre **St-Jean-Pied-de-Port et Lescun**, on s'occupe de tout...

## POINTS FORTS

- Une découverte de ces deux « Pays » au tempérament bien trempé.
- Des paysages divers et variés.
- Des hébergements confortables pour mieux récupérer.

## DATES

Possible de **mi-mai à fin septembre 2024**

## TARIFS

GR 10	Hôtel + Gîte + bagages	Sans bagages
St Jean Pied de Port à Lescun 2 personnes	580 €	440 €
St Jean Pied de Port à Lescun 3 personnes	570 €	430 €
St Jean Pied de Port à Lescun 4 personnes	540 €	420 €
St Jean Pied de Port à Lescun 5 personnes	515 €	410 €
St Jean Pied de Port à Lescun 6 personnes	490 €	400 €

Transfert Retour St Jean Pied de Port : 260 € (de 1 à 4 personnes)

### LE TARIF COMPREND

- L'hébergement en demi-pension pour les randonnées,
- Le transport des bagages, selon l'option choisie,
- Les cartes IGN avec le tracé surligné, le topo-guide, protège carte, + bons d'échanges,
- La taxe de séjour.

### LE TARIF NE COMPREND PAS

- Les boissons,
- Les assurances,
- Les dépenses personnelles,
- Les pique-niques,
- L'hébergement la veille du départ,
- La visite des monuments.

## RÈGLEMENT

**À l'inscription :** Acompte de 30 % du prix du séjour

**Un mois avant le départ :** Le solde sans appel de notre part

Chèques vacances acceptés et paiement par carte bancaire possible

## LES ASSURANCES :

Nous vous proposons 3 formules d'assurances :

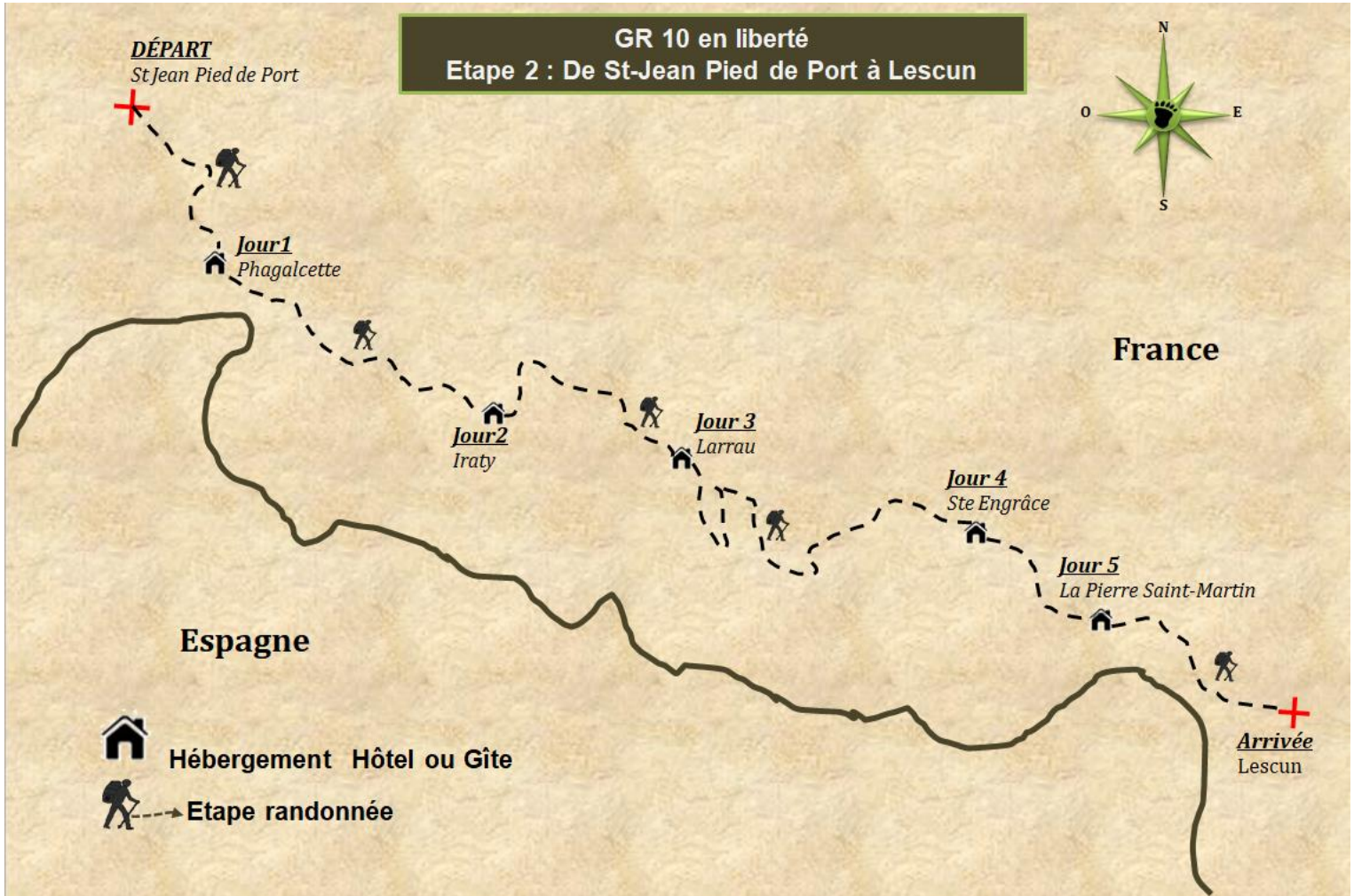
**Assurance Annulation** + bagages + extension pandémie et épidémie (3,4% du montant du séjour).

**Assurance Assistance Rapatriement** + RC + pandémie et épidémie (2% du montant du séjour).

**Assurance Multirisques :** Annulation, Assistance Rapatriement, bagages, Retard transport + interruption séjour + extension pandémie et épidémie : (4,8% du montant du séjour).

Si vous avez votre assurance, il nous faudra une photocopie de votre attestation.

# Votre itinéraire



# Déroulement du séjour

## **Jour 1 : DE ST JEAN PIED DE PORT À PHAGALCETTE**

Rendez-vous à St Jean Pied de Port vers **9h00**. Départ depuis cette cité fondée au XIIème siècle, pour les premières collines dans un paysage toujours verdoyant, en traversant d'abord le village de **Caro**, puis la crête de **Handiagamendi** et enfin le col de **Handiague** (588m). Une petite heure de descente jusqu'à **Esterençuby**, au confluent de la **Nive** et de l'Estéranguibel.

Il faut ensuite remonter un peu pour rejoindre votre hébergement.

**Environ 5h30 de marche et 850 m de dénivelé positif et 500 m en négatif.**

Nuit en gîte à Kaskoleta

## **Jour 2 : DE PHAGALCETTE À IRATY**

Ce sera une longue étape avec alternance de plusieurs cols... Passage par le site exceptionnel d'**Ocabé**, formé par une vingtaine de **cromlechs**, cercles de pierre datant de plus de 2000 ans av J-C.

Nuit en forêt d'Iraty au col Bagargiak.

**Environ 7h30 de marche pour 1350 m de dénivelé positif et 740 m en négatif.**

Nuit en gîte dans la forêt d'Iraty, au col Bagargiak.

Attention, hors juillet-août, dîner impossible le lundi (restaurant fermé)

## **Jour 3 : D'IRATY À LOGIBAR**

Départ depuis les chalets d'Iraty, pour une belle randonnée qui monte sur les flancs du **Pic des Escaliers** (1472 m) puis traversée de cols en cols, offrant de superbes panoramas. Bref passage en lisière du bois d'Etxelu et descente sur **Logibar** dans la vallée de Larrau.

**Environ 6h de marche pour 600m de dénivelé positif et 1380 m en négatif.**

(Variante si mauvais temps : **13 km. 3h30. Dénivelé : + 150 m / - 850 m**)

Nuit à Logibar

## **Jour 4 : DE LOGIBAR À STE-ENGRÂCE**

Vous découvrirez les canyons du Pays Basque avec l'impressionnante passerelle d'**Holzarte**. Le sentier dévoilera ensuite les spectaculaires gorges d'**Olhadubi**. Le chemin se poursuit entre plateaux et forêts, dominant les gorges de **Kakoueta**.

**Environ 7h30 de marche pour 1300m de dénivelé positif et 1100 m en négatif.**

Nuit en gîte à Sainte Engrâce

## **Jour 5 : DE STE ENGRÂCE À LA PIERRE SAINT MARTIN**

Encore une belle étape qui vous conduira jusqu'à la Pierre St Martin par le ravin d'**Arpidia** en débouchant sur un impressionnant **Lapiaz** (formation rocheuse karstique singulière). La vue y est époustouflante sur le **Pic d'Anie**, premier grand sommet Pyrénéen depuis l'océan...

**Environ 5h00 de marche pour 1100 m de dénivelé positif et 150 m en négatif**

Nuit en refuge.

## **Jour 6 : DE LA PIERRE SAINT MARTIN À LESCUN**

D'abord le pas de l'Osque à 1922 m et ensuite les majestueuses **Orgues de Camplong**, avant de descendre sur **Labérout** et le splendide cirque de Lescun. Un florilège de sites grandioses à traverser pour arriver jusqu'à **Lescun**, point final de la randonnée.

Environ 5h30 de marche pour 550 m de dénivelé positif et 1100 m en négatif.

Nuit à Lescun, en gîte.

### **Jour 7 : FIN DU SÉJOUR**

Fin de ce second tronçon, après le petit déjeuner.

*Ce topo a été réalisé par un Accompagnateur en Montagne professionnel désireux de vous faire découvrir sa passion et notamment de cette fabuleuse chaîne de montagnes. C'est consciencieusement et sur le terrain que les descriptifs ont été écrits. Les dénivelés et les temps horaires ont été calculés au plus juste mais il se peut que vous constatiez des variations plus ou moins importantes, ceci est tout à fait normal.*






*Si toutefois, vous constatez des problèmes dans les indications, des changements sur le terrain ou d'autres impondérables, merci de nous en faire part...*

## Info Séjour

### **NIVEAU : 4 CHAUSSURES**

Pour marcheurs moyens, pratiquant déjà la randonnée, avec des dénivelés positifs de **600 à 1350 m**. Étapes de **5 à 7h30** de marche environ, sur sentier bien tracé et entretenu en montagne, avec quelques passages en crêtes, mais en règle générale aucune technique, ni difficulté sur le circuit.

Si toutefois le temps venait à se gêner, il existe nombres de variantes sur ce tronçon, qui contournent les sommets et qui évitent donc les passages avec du vide !

	Niveau	Dénivelé	Temps de marche
	1	Jusqu'à 400 m	4 à 5h
	2	300 à 600 m	3 à 5h
	3	600 à 800 m	5 à 6h
	4	<b>700 à 1200 m</b>	<b>5 à 7h</b>
	5	1000 m et +	7h et +

## **LE VOYAGE LIBERTÉ**

Ce circuit s'effectue sans accompagnateur et sous votre propre responsabilité.

Nous vous fournissons toutes les indications nécessaires au bon déroulement de votre circuit, mais nous ne pouvons en aucun cas être responsable d'une erreur d'itinéraire ou d'un départ trop tardif le matin qui pourrait poser des problèmes pour arriver à l'étape suivante.

De plus, il vous faut savoir vous servir d'une boussole et d'un altimètre, pour vous orienter, s'il fallait faire le point !

## **DOSSIER DE RANDONNÉE :**

Nous vous ferons parvenir avant votre départ :

- une convocation,
- des bons d'échanges à transmettre aux prestataires sur place (hébergement, taxi...),
- une cartographie,
- un topo-guide descriptif de la randonnée.

Tous ces documents seront envoyés par courrier à l'adresse indiquée sur le bulletin d'inscription.

Si vous êtes absent à cette adresse, nous vous remercions de nous indiquer où vous envoyer votre dossier de randonnée.

## **PORTAGE :**

Portage de vos affaires personnelles de la journée.

Ensuite vous retrouverez tous les soirs, votre sac de voyage à l'étape suivante.

## **GROUPE :**

Minimum 2 personnes

## **HÉBERGEMENT :**

- **en gîte** : en formule petit dortoir,
- **en refuge de montagne** : en formule petit dortoir.

## **REPAS :**

½ Pension pendant toute la durée du séjour, petit déjeuner et dîner pris au restaurant.

Les repas du midi ne sont pas compris.

**RENDEZ -VOUS** : le jour 1 à St Jean Pied de Port, vers **9h00**

**DISPERSION** : le jour 7 vers **9h30**

## **PARKING POUR VOTRE VÉHICULE À ST JEAN PIED DE PORT :**

Il n'existe pas de parkings surveillés à St Jean Pied de Port. Possibilité de garer votre véhicule dans le village ou voir avec directement votre hébergement si vous arrivez la veille.

Parkings à Lescun : pas de parking gardé.

*De toute façon, il est important de vous renseigner auprès de la mairie, afin de savoir s'il n'y aura pas de manifestations durant votre séjour...*

## **NOTRE RECOMMANDATION :**

Si vous venez en voiture personnelle, nous vous recommandons de laisser votre véhicule au point d'arrivée. En effet, de cette façon, vous serez plus serein, en terminant votre étape et de pouvoir récupérer votre véhicule.

## **SANTÉ :**

Aucun certificat de vaccination n'est exigé pour les voyageurs. Cependant, nous recommandons d'être à jour de ses vaccinations.

## **SAVOIR VIVRE ET RESPECT DE L'ENVIRONNEMENT :**

Quelques règles de bonne conduite à connaître :

- Ne laisser aucun déchet errer dans la montagne, emportez toujours vos poubelles jusqu'à votre hébergement.
- Respecter les fleurs sauvages, ne pas les cueillir. Préférer les photographier ou les dessiner.

## **INFOS PRATIQUES :**

- Comité Départemental du Tourisme Béarn – Pays Basque :  
Petite Caserne, 2 allée des Platanes - 64100 BAYONNE - tel : 05 59 30 01 30 ;  
[infos@tourisme64.com](mailto:infos@tourisme64.com)
- Office du Tourisme d'Hendaye : 67 bis, Boulevard de la Mer - 64700 HENDAYE - tel 05 59 20 00 34 Site : [www.hendaye-tourisme.fr](http://www.hendaye-tourisme.fr)
- Office du Tourisme de Saint Jean Pied de Port/Baigorry : 14 Place de Gaulle, 64220 St Jean Pied de Port - tel 05 59 37 03 57, [www.saintjeanpieddeport-paysbasque-tourisme.com](http://www.saintjeanpieddeport-paysbasque-tourisme.com)
- Renseignements SNCF : 3635, ou [www.ter-sncf.com](http://www.ter-sncf.com)
- Secours en montagne : PGHM Oloron-Sainte-Marie, tél 05 59 10 02 50
- Secours : 112

# Nécessaire et Indispensable

## **ÉQUIPEMENT INDIVIDUEL À PRÉVOIR : (Liste non exhaustive)**

La météo peut vite changer en montagne. Un équipement adéquat vous permettra de passer ce séjour dans les meilleures conditions.

### **Pour les hébergements (hôtel, gîte et refuges)**

- Un sac de voyage pour vos affaires à transporter
- Un drap ou sac à viande, pour les nuits en refuge
- Une trousse de toilettes
- Une paire de chaussures légères pour le soir
- Pour les lunettes de vue, pensez à prendre une paire de rechange.

### **Équipement vestimentaire pour la randonnée**

La technique des 3 couches permet de rester au chaud et au sec.

1. Couche respirante
2. Couche isolante
3. Couche protectrice

Pour appliquer cette méthode, il vous faut

- Tee-shirts manches longues ou courtes et respirants (pas de coton)
- Veste ou sweat polaire type Polartec
- Gilet sans manche coupe-vent
- Veste imperméable, respirante et coupe-vent avec capuche. (Le Gore-tex reste le matériau de référence)
- Un pantalon de randonnée léger et stretch ou un pantalon transformable
- Un short
- Paires de chaussettes semi montantes ou basses
- Casquette

### **Pour la randonnée**

- Un sac à dos de 30/40 litres avec une ceinture ventrale
- Une housse de protection du sac à dos (souvent intégrée dans celui-ci)
- Une paire de chaussures imperméables avec un bon maintien de la cheville
- Une pochette étanche pour vos papiers, téléphone etc...

- Une poche plastifiée pour protéger vos affaires à l'intérieur du sac à dos
- Protection solaire (crème et stick à lèvres)
- Lunettes de soleil catégorie 2, 3 ou 4
- Une boîte avec un couvercle hermétique (type Tupperware) pour le pique-nique
- Une gourde
- Couverts, couteau et gobelet
- Petit tapis de sol (pour vous asseoir pendant la pause déjeuner)
- Papier toilette avec une petite poche (*pour ne pas le laisser dans la nature*)
- Un briquet
- Couverture de survie
- Une paire de lacets de rechange
- Une frontale

#### ***Une petite pharmacie personnelle***

- Vos médicaments si traitement
- Aspirine / Paracétamol
- Un antiseptique
- Médicament antalgique (douleurs et fièvre), anti diarrhéique, anti-inflammatoire et un antispasmodique
- Pansements et double peau type Compeed



# En vous souhaitant un agréable séjour Liberté ...

Si nous n'avons pas entièrement répondu à toutes vos questions sur ce voyage :

- Appelez nous au : 05 61 97 66 04
- Un e-mail à : [info@surleshauteurs.com](mailto:info@surleshauteurs.com)
- Ou bien un courrier à :

**SUR LES HAUTEURS**  
RANDONNÉES ET VOYAGES À PIED  
v o t r e t r e k c o m m e n c e i c i . . .

23, Rue Gambetta  
31390 CARBONNE  
TEL : 05 61 97 66 04  
[www.surleshauteurs.com](http://www.surleshauteurs.com)  
[info@surleshauteurs.com](mailto:info@surleshauteurs.com)

Agence de voyage N° IM031170004  
SARL Sur Les Hauteurs au capital de 15 000€  
R.C.P : MMA entreprise, MMA BP27 69921 OULLINS  
Garantie financière : Groupama caution  
Code APE : 9329 Z SIRET : 828 692 442 000 19  
TVA intracommunautaire : FR27828692442