

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 1 : de Hendaye à St Jean Pied de Port

Randonnées itinérantes en liberté, avec transfert de bagages

Séjour de 6 jours, 5 nuits, 5 jours de randonnée

En hôtel et en gîte (en petit dortoir)

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



Voici donc un magnifique itinéraire reliant l'océan à la mer Méditerranée, en suivant le mythique tracé du **GR 10**, en traversant des paysages divers et variés...

Nous sommes ici en présence de la toute première étape ; d'**Hendaye** à **St Jean Pied de Port**.

Vous effectuerez ce début du parcours à la découverte du pays basque, qui saura décliner tous ses atouts naturels, ses collines verdoyantes, ses villages chatoyants et sa culture traditionnelle bien ancrée !

Venez donc parcourir notre **GR 10** et découvrir tous ces paysages extraordinaires dans un **massif de caractère, le tout à la sauce Pyrénéenne !**

NOS POINTS FORTS

- Une découverte du **pays Basque** et de ses villages singuliers.
- Un circuit qui emprunte quelques **variantes** (quand cela est possible...)
- Des hébergements **confortables**

DATES

Possible de **mi-avril à mi-octobre 2024**

TARIFS

GR 10	Hôtel + transfert bagage	Hôtel sans transfert bagage
Hendaye à St Jean Pied Port 2 personnes	685 €	570 €
Hendaye à St Jean Pied Port 3 personnes	665 €	560 €
Hendaye à St Jean Pied Port 4 personnes	630 €	550 €
Hendaye à St Jean Pied Port 5 personnes	620 €	530 €
Hendaye à St Jean Pied Port 6 personnes	610 €	540 €

Supplément Single : 150 € par personne en formule hôtel

Supplément Retour de St Jean Pied de Port à Hendaye (selon disponibilités) : 190 € pour le transfert (de 1 à 4 personnes)

LE TARIF COMPREND

- L'hébergement en demi-pension durant le séjour,
- 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.

RÉGLEMENT

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 :

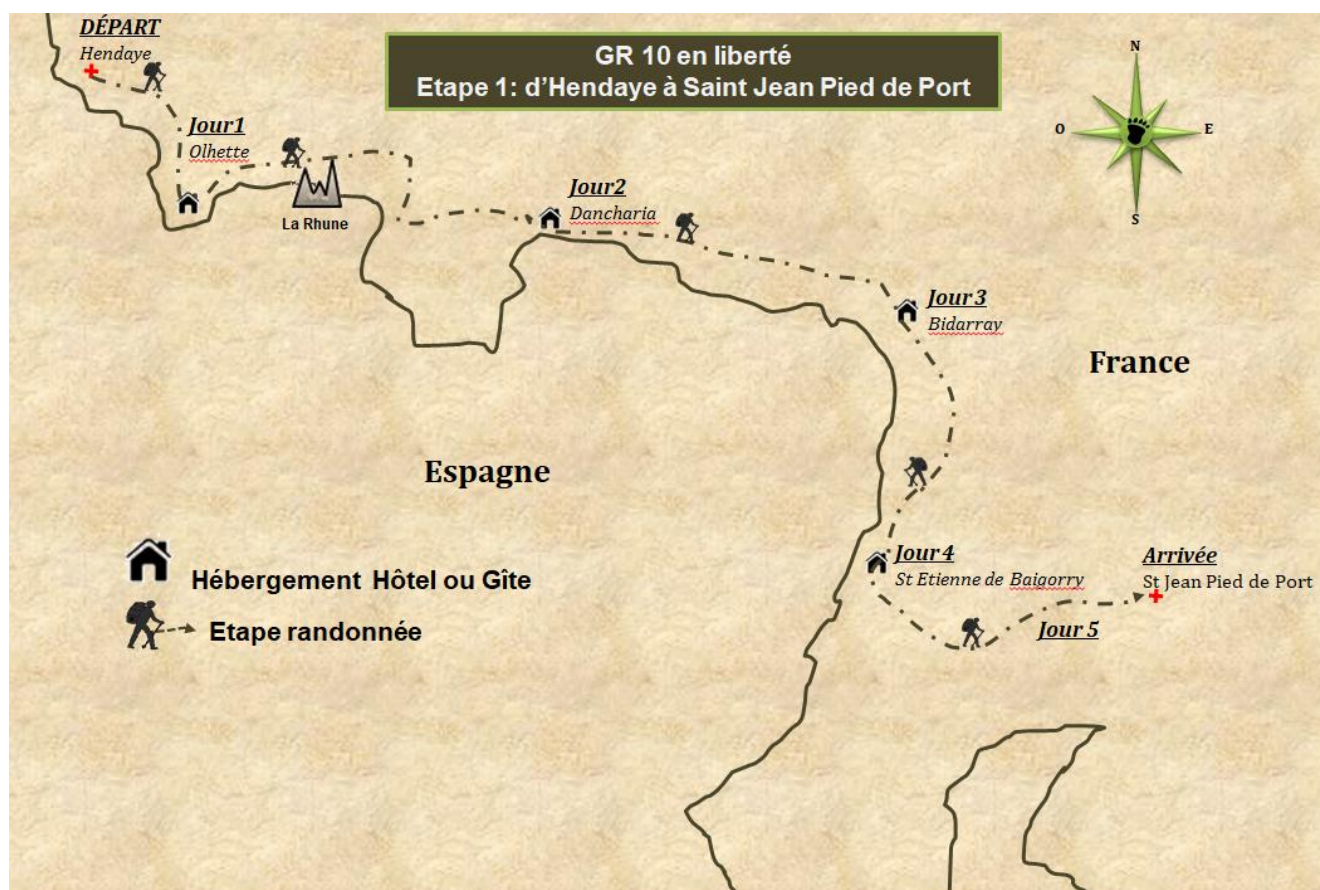
Assurance Annulation + bagages + extension pandémie et épidémie (3,4% du montant du séjour).

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 : D'HENDAYE À OLHETTE

Rendez-vous à Hendaye vers **9h00**, devant la « **Résidence Croisière** » Boulevard de la mer.

Le petit plus : *Il est de tradition de prendre du sable sur la plage d'Hendaye, pour ensuite le disperser sur la plage de Banyuls*

En quittant les rivages de l'océan, départ pour l'aventure... Les premiers reliefs apparaissent dans un paysage verdoyant. Passage au **Col d'Ibardin** et ses « ventas » et descente sur **Olhette**.

Environ 6h30 de marche et 950 m de dénivelé positif et 900 m en négatif.

Nuit en hôtel ou en gîte.

Jour 2 : D'OLHETTE À AINHOA

Belle randonnée dans un paysage vallonné, en passant sous le sommet de **La Rhune**, la montagne sacrée des Basques, passage par le charmant village de **Sare** et son architecture typiquement Basque puis arrivée à **Ainhoa**, classé parmi les plus beaux villages de France.

Environ 6h de marche et 600 m de dénivelé positif et 550 m en négatif.

Nuit en gîte en dortoir ou en hôtel

Jour 3 : D'AINHOA À BIDARRAY

Montée par les crêtes de **Bizkailuze** pour un magnifique panorama et ensuite le **Col de Mehatse** à 716m puis descente jusqu'à **Bidarray** en passant par la grotte de **Harpeko Saindua** (Le Saint qui sue)

Environ 7h30 de marche et 700 m de dénivelé positif et 650 m en négatif.

Nuit en hôtel ou en gîte

Jour 4 : DE BIDARRAY À ST ETIENNE DE BAIGORRY

Peut-être une des plus belles étapes et assurément la plus sportive ...

Un parcours magnifique qui passe par les **crêtes d'Iparla**, belvédère époustouflant (*Variante possible en cas de mauvais temps.*) et pour finir, une bonne descente jusqu'au village de **St Etienne de Baigorry**.

Environ 8h00 de marche et environ 1250 m de dénivelé positif, 1050 m en négatif.

Nuit en gîte ou en hôtel

Jour 5 : DE ST ETIENNE DE BAIGORRY À ST JEAN PIED DE PORT

Dernière étape par un sentier avec un petite partie en crête (*Sinon, une variante est possible*), qui verrouille la vallée des **Aldudes**, réputée pour son jambon de pays, passage par le point culminant, le **Munhoa** et descente sur **St Jean Pied de Port**, capitale de la **Basse Navarre** et voie incontournable pour le chemin de St Jacques !

Environ 6h30 de marche et 860 m de dénivelé positif, 860 m en négatif.

Nuit en hôtel ou en gîte

Jour 6 : FIN DU SÉJOUR

Fin de ce premier tronçon à **St Jean Pied de Port**, 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 **550 à 1250 m**. Étapes de **6 à 8h00** 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 aériens !

	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	700 à 1200 m	5 à 7h
	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 un jour, 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,
- si l'aérien, des étiquettes bagages.

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 hôtel :** en formule chambre Twin, avec sanitaire et tout le confort, très bonne cuisine, avec souvent, des spécialités du Pays.
- **en gîte :** 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...

Vous pouvez vous les préparer sur place car il y a des supermarchés dans les villages, sauf à **Olhette**.
(Mais vous pourrez faire quelques courses lors de votre passage au **col d'Ibardin**)

RENDEZ –VOUS : le jour 1 à Hendaye, face à l'océan, vers **9h00**

DISPERSION : le jour 6 vers **9h30**

PARKING POUR VOTRE VÉHICULE À HENDAYE :

Il existe plusieurs parkings gratuits à Hendaye, aux ports de plaisance et centre-ville.

D'autres sont payants : Sous la médiathèque (contact Mairie, Tel : 05 59 48 23 23).

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...

POUR QUITTER SAINT JEAN PIED DE PORT :

Au départ de Saint Jean Pied de Port, bus ou train SNCF, à destination de Bayonne. Depuis Bayonne, correspondances possibles pour Hendaye.

Pour tous ces renseignements, veuillez contacter la SNCF au 36.35 ou <https://www.sncf-connect.com> pour avoir confirmation des horaires.

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 pour 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

- Office du Tourisme d'Hendaye : 67 bis, Boulevard de la Mer - 64700 HENDAYE - tel 05 59 20 00 34 Site : 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

- Renseignements SNCF : 3635, ou <https://www.sncf-connect.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 (hotel, 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
- 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
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