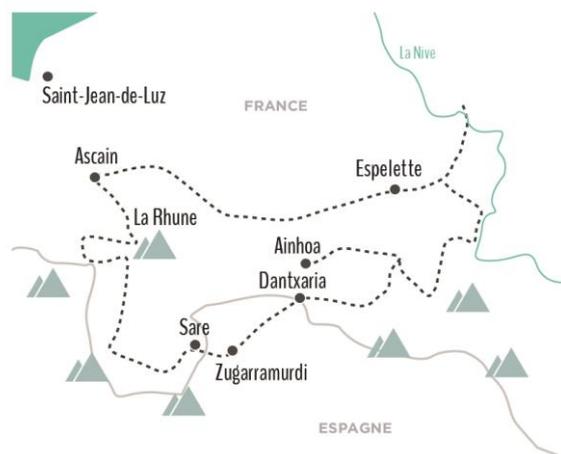


## LA RHUNE ET LES VILLAGES BASQUES Randos douces dans le Labourd

Voici une jolie itinérance en France et en Espagne, mais toujours au cœur du typique Pays Basque, toute en traversée menant des berges de l'Adour, aux berges de la Nive pour atteindre après de bucoliques vallonnements les points panoramiques les plus spectaculaires de cette province basque du Labourd, bordant l'océan.

Une randonnée toute en douceur, avec des hébergements de qualité pour déguster quelques spécialités locales et une succession de villages remarquables Ainhoa, Ascain, Sare, Bas Cambo, pour certains classés "plus beaux villages de France".

Des grottes à visiter, une multitude de fermes basques toutes plus typiques les unes que les autres, un pastoralisme omniprésent, des sentiers de grand renom (GR 8 et GR 10), des arbres au gabarit plus que respectables guideront vos pas de prairies dégagées en vallons boisés et secrets parmi les chevaux Pottoks et les brebis Manech, sous les orbes protectrices des grands voiliers, vautours et autres...



7 jours - 6 nuits - 6 jours de randonnée

### JOUR 1 : SAINT PIERRE D'IRRUBE – CAMBO LES BAINS

15km, environ 4H15 de marche

*D+310m / D-410m*

Transfert à Elori mendi (selon votre lieu d'arrivée, train ou voiture : nous préciser à l'inscription). Une première journée de mise en jambe depuis le belvédère d'Elori Mendi, présentant une succession de doux vallonnements et un habitat clairsemé par-delà les collines à l'architecture très soutenue et quelquefois le long de la prestigieuse route impériale des cimes. Belle arrivée sur les berges de la Nive au typique Bas-Cambo. Nuit en hôtel\*\*.

### JOUR 2 : CAMBO LES BAINS – DANTXARIA

19 km, environ 5H15 de marche

*D+590m/D-550m*

Au départ de la patrie de Rostand (villa Arnaga à visiter), de Cambo les Bains à la cossue Ainhoa la belle ! Jolie balade par de belles collines pour terminer par un balcon magistral sur le bassin d'Ainhoa et la Rhune avec par ici un troupeau de chevaux ou par là un troupeau de brebis pour nous tenir compagnie. Nuit à Dancharia, près de la frontière en hôtel \*\*.

JOUR 3 : MONT EREBI      12 ou 14 km      environ 4h ou 4H45 de marche

*D+430m / D – 490m ou D+580m /D – 640m*

Transfert le matin à Ainhoa. Au départ d'Ainhoa, ancien relais hospitalier sur le chemin de Saint Jacques de Compostelle, village en forme de bastide-rue, belle montée sur le GR 10 le long d'un chemin de croix (12+1) à la chapelle de l'Aubépine (Arantza) puis aux 3 croix (cimetière avec stèles discoïdales). Après le sentier en balcon panoramique sous le mont Erebi, la suite du cheminement nous fera jouer à saute-frontière comme revenant aux temps des contrebandiers... dans la forêt où la frontière n'est marquée que par le modeste ruisseau de Lapitxuri... pour venir dormir tout près de l'Espagne à Dancharia, en hôtel\*\*.



**JOUR 4 : DANTXARIA – GROTTES DE SARE** 12,5 km environ 3H45 de marche  
(2H de visite en option)

*D+400m / D-270m*

Une journée en Espagne, toute en douceur mais permettant de visiter les 2 grottes de Zugarramurdi et de Sare (découverte en 1936). Une architecture quelque peu différente, mais une langue commune (l'Euskara), des anciennes carrières de marbre et un arbre à l'âge plus que vénérable (millénaire disent certains) seront les points marquants de cette journée où il fait bon flâner dans les villages traversés. **Transfert à Sare en fin de randonnée.** Nuit au pied de la Rhune à Sare, en hôtel\*\*.

**JOUR 5 : MASSIF DE LA RHUNE** 12 ou 16 km environ 4H15 de marche

*D+540m/D-540m ou D+900m/D-900m*

Sare, qui fut un haut lieu de la contrebande grâce à sa situation frontalière mais aussi de la pêche forte de ses 160 ruisseaux grossissant la Nivelle donne à y penser du temps "Saran Astia". Sare, au pied de la Rhune, montagne tabulaire de grès, emblématique des Basques et toit du Labourd, la Rhune, ou ses contreforts, mérite bien que l'on y consacre une journée. Voici une boucle qui prend tout son sens : à la montée avec ses horizons dégagés vers l'océan et à la descente dans un vallon plus fermé où l'on rencontrera peut-être les grands aventuriers du GR 10 partis pour la grande traversée des Pyrénées entre Hendaye et Banyuls. Voici l'étape "montagne" de la semaine, sans être toutefois trop dure ! Avec moins de bâti que les autres jours et plus de parcours sur sentiers. Nuit au pied de la Rhune à Sare, en hôtel\*\*.

**JOUR 6 : SARE – ASCAIN** 13 km environ 4H15 de marche

*D+470m/D-520m*

Une dernière traversée pour picorer les mamelons les plus proches de l'océan et donc stratégiquement fortifiés en redoutes sous Louis XIV et Napoléon (1794). Du GR 10 au GR 8 pour rejoindre Ascain et ses tombes préhistoriques, vivant au rythme des marées du haut de son pont dit "romain" du XIV<sup>ème</sup> siècle sur la Nivelle. Nuit en hôtel\*\* à Ascain, à 7 km de l'océan.

**JOUR 7 :** Fin du séjour après le petit-déjeuner à Ascain. **Si vous êtes arrivés en train, un transfert sera organisé de Ascain à Bayonne.**



## › DATES

Départ possible tous les jours 01/04 au 23/09.

Il est préférable de réserver le plus tôt possible, cela nous permettra d'organiser au mieux votre circuit en respectant le programme prévu, sans transfert, ni supplément.

## › LE PRIX COMPREND

- L'hébergement en demi-pension sur la base de 2 personnes minimum.
- Les transferts tels que décrits dans le programme.
- Un dossier départ comprenant la cartographie nécessaire, topo-guide et traces gpx.
- Le transport des bagages entre chaque étape.
- La taxe de séjour.

## › LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les pique-niques.
- Les boissons pendant et en dehors des repas.
- Le transport de votre domicile aux lieux de rendez-vous et dispersion.
- Les éventuelles visites (musées, grottes, monuments, etc.).
- Les assurances.
- Les frais d'inscription et les frais d'envois à l'étranger
- La taxe de séjour est comprise dans le tarif.



## > ACCUEIL / DISPERSION

Il est impératif de nous préciser à l'inscription la formule choisie.

### Rendez-vous :

**Accès en train :** rendez-vous en gare SNCF de Bayonne le jour 1 à 9H30 précises où un transporteur vous attendra pour vous récupérer avec vos bagages et vous déposer à Elori Mendi et vos bagages au 1<sup>er</sup> hôtel à Cambo.

**Accès en voiture :** rendez-vous à Ascain (64), hôtel de la Rhune (05 59 54 00 04) le jour 1 à 9H30 précises où un transporteur vous attendra pour vous récupérer avec vos bagages et vous déposer à Elori Mendi et vos bagages au 1<sup>er</sup> hôtel à Cambo.

### Dispersion :

**Accès en train :** rendez-vous à 9H30 précises le jour 7 à Ascain, hôtel du parc où un transporteur vous attendra pour vous ramener à la gare SNCF de Bayonne vers 10H.

**Accès en voiture :** à Ascain après le petit-déjeuner directement sur place où votre véhicule est stationné.

## > NIVEAU



450 m de dénivelé positif, 4 heures 15 de marche effectives.

Dénivelé positif maximum : + 590 m

descente : - 2 740 m

Dénivelé total en montée : + 2 700 m

passage : 550 m

Dénivelé total en

Altitude maximum de

	Jour 1	Jour 2	Jour 3	Jour 4	Jour 5	Jour 6	Jour 7
Dénivelé positif	+ 310 m	+ 590 m	+ 430 m	+ 360 m	+ 540 m	+ 470 m	-
Dénivelé négatif	- 410 m	- 550 m	- 490 m	- 230 m	- 540m	- 520 m	-
Distance	15 km	19 km	12 km	11.5 km	12 km	13.5 km	-
Durée marche	de 4 h 15	5 h 15	4 h	3 h 40	4 h 15	4 h 15	-



**NB :** la durée est donnée à titre indicatif et correspond aux heures effectives de marche (hors pauses).

### Parcours sportif :

Dénivelé positif maximum : + 900 m

Dénivelé total en montée : + 3 580 m

Dénivelé total en descente : - 3 530 m

Altitude maximum de passage : 906 m

Cet itinéraire s'effectue sans accompagnateur et sous votre propre responsabilité. Nous vous fournissons toutes les indications et la logistique nécessaires au bon déroulement de votre randonnée. Vous devez être capable d'autonomie en jugeant de vos forces et en appréciant des situations inattendues (fatigue, météo, présence d'animaux, modification du terrain, etc...).

Nous déclinons toute responsabilité en cas d'erreur de votre part concernant l'orientation (erreur ou changement d'itinéraire) ou la gestion du temps (départ trop tardif le matin, pause pique-nique trop longue...).

## > HEBERGEMENTS

En chambre privative avec sanitaires privatifs, 6 nuits en hôtel\*\*. Les repas de midi sont à votre charge ; vous pourrez soit vous ravitailler au cours de la semaine soit, sur demande la veille, vos hôtes pourront vous préparer des pique-niques. Les repas sont la plupart du temps composés du menu du jour (pas de choix de menu). Les coordonnées des hébergements vous seront fournies avec votre dossier de randonnée.

**Avant le départ**, veuillez nous signaler tout renseignement important pour le bon déroulement de votre séjour (régime alimentaire spécifique, allergies...).



## › TRANSPORT DES BAGAGES

Vous porterez uniquement vos affaires pour la journée et votre pique-nique. Le reste des bagages sera acheminé par un transporteur qui effectuera également les navettes prévues au programme : 10kg maximum.

Pour organiser au mieux la logistique nous vous prions d'indiquer sur vos bagages (étiquettes fournies) le nom de la personne responsable du groupe (qui a réservé la randonnée).

## › TRANSFERT DE PERSONNES

- Jour 1 (si arrivée en train) de Bayonne au parking d'Elori Mendi (15 min)
- Jour 1 (arrivée en voiture) de Ascain au parking d'Elori Mendi (40 min)
- Jour 3 de Dantxaria à Ainhoa (5 min)
- Jour 4 des grottes de Sare à Sare (10 min)
- Jour 7 (si retour en train) de Ascain à Bayonne (40 min)

Les temps de trajet sont donnés à titre indicatif, ils restent dépendants d'événements incontrôlables et imprévisibles (conditions météo, de circulation, etc.). Les transferts routiers sont assurés par des taxis ou des transporteurs privés ; cependant d'autres personnes peuvent également effectuer le même transfert que vous, ainsi nous vous prions d'être ponctuel et de ne pas décaler l'horaire qui a été fixé.

*Nous attirons votre attention sur le fait que le port de la ceinture de sécurité est obligatoire à l'avant comme à l'arrière dans tous les véhicules que vous emprunterez au cours du séjour, lorsqu'ils en sont équipés. En vous inscrivant, vous vous engagez à respecter cette obligation. La responsabilité de Randonades ne saurait être retenue en cas de dommage(s) corporel(s) et/ou matériel(s) s'il s'avérait que cette disposition n'était pas respectée de votre fait.*

## › ACCES

**En train** : gare d'accueil de Bayonne (64).

Pour de plus amples renseignements concernant les horaires et tarifs : Tel 36 35.

**En voiture** : Arrivée directement à Ascain (64) à votre hébergement, où vous pourrez laisser votre véhicule sur le parking durant la semaine.

> Depuis Toulouse ou Bordeaux, suivre direction Bayonne, Saint Jean de Luz, puis aller à Ascain par la D918. L'hôtel est en haut du village près de l'église et vous



pourrez y laisser votre véhicule pour la semaine. *Carte Michelin Local 1/150 000<sup>e</sup> n°342*

## SI VOUS ARRIVEZ LA VEILLE

Il est impératif de réserver à l'avance votre hébergement.

### › DOSSIER DE VOYAGE

Au règlement du solde, nous vous fournirons un topo-guide rédigé par nos soins et une cartographie précise.

### › LISTE DES AFFAIRES À EMPORTER

#### **Le bagage suiveur**

Pour les affaires qui suivent entre les hébergements, prévoir un seul bagage suiveur (sac souple de 10 kg maximum) par personne en évitant les valises rigides autant que possible.

#### **Le sac à dos**

Pour les affaires de la journée (+/- 30 litres).

- Fond de sac (vêtement de pluie, vêtement chaud, lunettes de soleil, crème solaire, trousse à pharmacie, nécessaire de pique-nique)
- Pique-nique du jour et de l'eau en quantité suffisante
- Affaires personnelles (papiers d'identité, carte européenne d'assurance maladie pour les circuits en Espagne et en Andorre, guide faune et flore, appareil photo, etc.)
- Pour les circuits liberté, dossier de voyage avec cartes, topo-guide, boussole, téléphone portable (batterie chargée), coordonnées des hébergement, numéro d'urgence.

#### **Le pique-nique**

- Gobelet ou quart
- Une boîte hermétique en plastique (environ 0,8 l)
- Couverts légers (fourchette, couteau pliant)
- Gourde (1,5 l minimum) ou poche à eau selon votre préférence



## Les chaussures

C'est l'un des éléments les plus importants. Elles doivent être avant tout confortables, imperméables et respirantes. Un bon maintien de la cheville est indispensable. Si vous devez acheter une nouvelle paire, nous vous conseillons d'essayer vos chaussures avant de commencer votre séjour. Ne prenez pas une pointure trop petite, car vos pieds auront tendance à gonfler pendant la marche. Prévoir des chaussures à tiges hautes, avec une semelle de type Vibram avec une bonne accroche. Attention à vos chaussures restées trop longtemps dans un placard, au bout d'un certain temps les semelles se décollent et les coutures peuvent se déchirer.

## Les vêtements et équipement spécifiques pour la randonnée

- Veste coupe-vent imperméable (type goretex) ou cape de pluie
- Vêtement chaud (veste polaire ou pull)
- Pantalon pour la marche, short, tee-shirt (privilégiez des matières respirantes)
- Protection solaire (lunettes, chapeau ou casquette, crème, stick à lèvres)
- Gants fins et bonnet
- Mini-pharmacie : médicaments personnels, compeed pour les ampoules, élastoplaste, gaze, désinfectant, antalgique, biafine, arnica (crème ou granules), une couverture de survie...

Et pourquoi pas :

- Bâtons de marche télescopiques qui favorisent la stabilité et soulagent les articulations
- Guêtres ou "stop-tout" très efficaces par temps de pluie ou simplement dans l'herbe humide

Si nous n'avons pas répondu à toutes vos questions,  
- appelez-nous au +33 (0)4 71 74 47 40 –

**LA PELERINE VOUS SOUHAITE UNE AGREABLE RANDONNEE**

