

Fiche technique | Randonnée accompagnée | Niveau 2/5   | 5 jours de marche

# Terroirs du Pays Basque : bienvenue à la maison !

## Votre circuit en bref

- Randonnée assez facile en Pays Basque
- Séjour en étoile
- Hébergement privatisé pour le groupe, tout confort en chambres d'hôtes 3 épis avec piscine et spa, espaces extérieurs propices à la détente. Une famille vous accueille.
- Découverte de la gastronomie riche et variée du Pays Basque
- Possibilité de massages sur place

## Les points forts de la randonnée

- Accès facilité en gare de Bayonne
- Randonnées variées (littoral, chemins de St Jacques, hauts plateaux)
- Découverte de la Côte Basque et du Pays Basque intérieur
- Gastronomie et visites : dégustations de divers produits AOP directement chez les producteurs (vins, porc Kintoa et fromages), grillades en montagne et visites de villages classés



Ce circuit de randonnées accessibles vous mène au pied des montagnes du Pays Basque ! Découvrez la variété qu'offre le Pays Basque, ce qui en fait une destination prisée, dont on ne se lasse pas. Océan, montagne, vallées verdoyantes, la nature y est belle... Ce séjour est l'occasion de partir à la rencontre d'une identité culturelle exceptionnelle en cheminant à la fois le long du bord de mer où surfeurs et pêcheurs partagent l'océan, puis allons sur les pas des pèlerins venus du monde entier pour commencer leur périple à St Jean Pied de Port. Les randonnées ont été minutieusement choisies pour vous offrir le Pays-Basque sous toutes ses facettes. Votre accompagnateur, spécialiste du Pays basque, saura vous faire découvrir cette culture forte et ne manquera pas de vous faire visiter les lieux incontournables, comme les villages classés, ou le somptueux littoral basque Espagnol. Ce circuit est également axé sur les produits du terroir. Des visites et dégustations directement chez les producteurs, en fin de randonnée, sont prévues. Vin d'Irouléguay, fromage de brebis, piment d'Espelette, axoa de veau, salivez-vous déjà ??

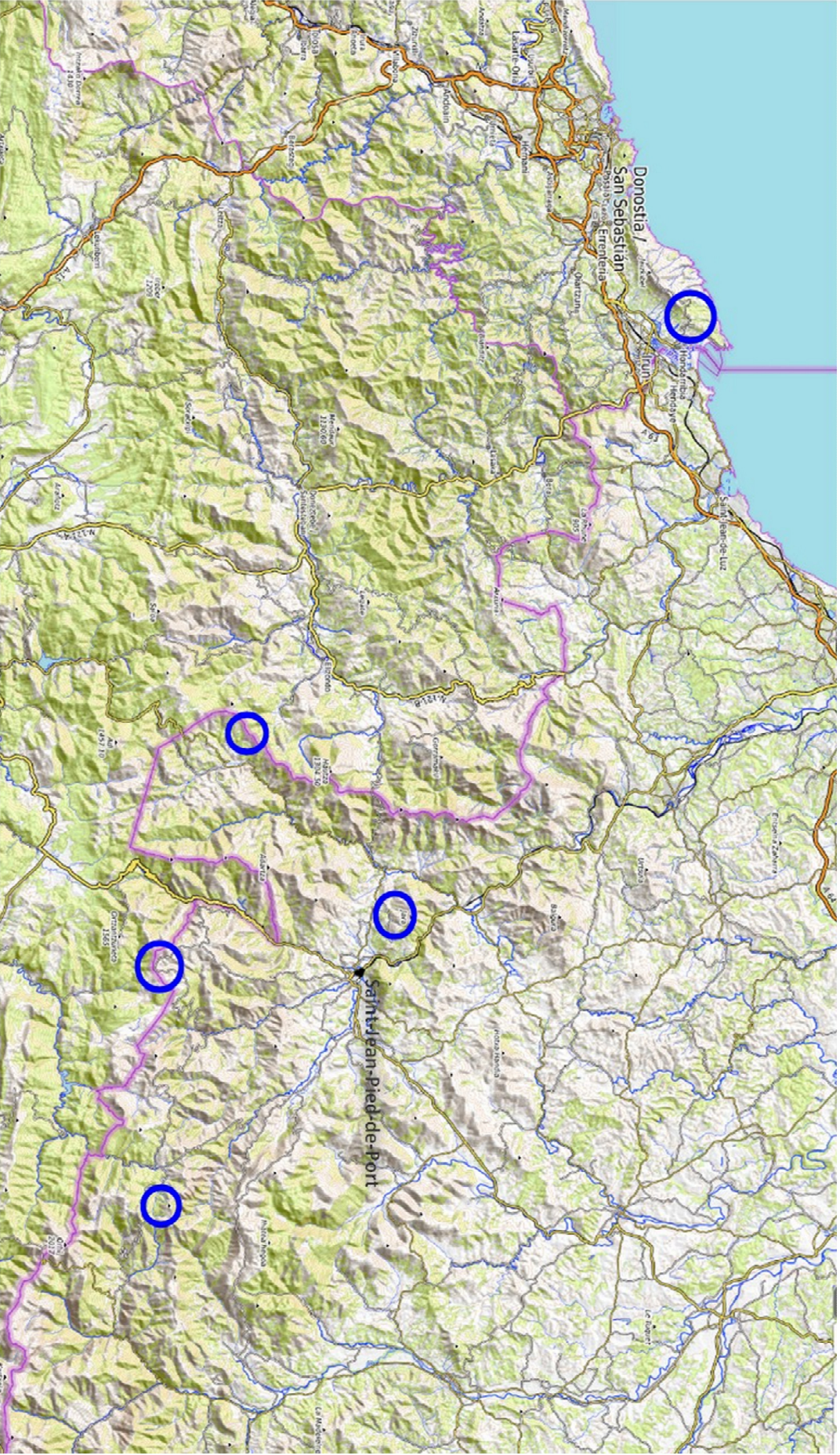
[www.gr10-liberte.com](http://www.gr10-liberte.com) / [www.respyrenees.com](http://www.respyrenees.com)  
[www.maison-iputxainia.com](http://www.maison-iputxainia.com)

Tél : (33) 5.34.14.51.50 ou (33) 6.10.97.16.54  
[info@respyrenees.com](mailto:info@respyrenees.com)

L'hébergement enfin, est un point fort de ce circuit : à deux pas de la cité classée de Saint Jean Pied de Port, en chambres d'hôtes 3 épis, tenues par une famille dont les fils encadrent aussi de temps en temps les randonnées. Accès libre à la piscine, au spa, aux espaces extérieurs propices à la détente, et une table gourmande où les produits du terroir sont amoureusement mis en avant.

**NB : 1 semaine par mois, nous organisons un autre séjour de niveau 3/5 sur notre hébergement et, de ce fait, le séjour « TERROIRS... » est organisé chez nos voisins et amis de la Maison LAIA, très jolie et confortable maison d'hôtes, avec piscine, située à 200 mètres de chez nous.**







## • PROGRAMME

### **Jour 1 : Début de séjour à Bayonne**

Rendez-vous à 18h15 à Ascarat à la maison d'hôtes Iputxainia (ou à 17h15 en gare de Bayonne). Installation dans votre hébergement, chambres d'hôtes avec piscine et spa, pour toute la semaine. Pot d'accueil et briefing sur le séjour.

### **Jour 2 : Villages et fermes basques à travers le vignoble d'Irouléguay**

Cette première journée nous permettra de découvrir la campagne et les fermes typiques du Pays Basque. Nous cheminerons au milieu des parcelles de vignes de l'appellation Irouleguy. **Avant le pique-nique du midi, nous ferons une pause dégustation dans un chai familial de vigneron indépendant, travaillant en Biodynamie.** Nous prendrons ensuite de la hauteur sur les flancs du Jara (812m), sommet au point de vue magnifique sur la chaîne des Pyrénées et les villages qui nous entourent. Après une dernière et superbe descente dans les vignes, et la traversée du village d'Ascarrat, nous rejoindrons notre charmante maison d'Hôtes à pied.

- Distance : 15km, durée 5h00, dénivelé positif +500m, dénivelé négatif -500m. Transfert 10 minutes.

### **Jour 3 : 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 imprégnons 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 30 minutes.

### **Jour 4 : Incursion en Espagne par le superbe sentier du Littoral**

Impossible de randonner une semaine au Pays basque sans aller respirer les embruns océaniques ! Alors prenons la direction de l'Espagne (Pays basque Sud). En surplomb de la baie de Txingudi séparant Hendaye de Hondarribia, à l'extrême Nord-Ouest de l'Espagne, le mont Jaizkibel, montagne côtière culminant à 545m, nous accueille sur ses flancs pour s'imprégner de l'air marin si cher au peuple basque, traditionnellement pêcheur grand voyageur... Nous randonnons alors à l'extrémité Ouest des Pyrénées, où l'Océan et la montagne se confondent dans des paysages grandioses de forêt, landes et falaises côtières. Un vrai condensé du Pays basque ! **Cette incursion en Espagne sera aussi l'occasion pour votre accompagnateur de vous faire découvrir le Txakoli, un vin blanc produit sur le littoral basque espagnol.** En fin de randonnée, baignade possible à la plage d'Hondarribia. A noter : aujourd'hui, le transfert vers notre départ de randonnée est assez long, mais ça vaut le détour !

- Distance 9 km, durée 4h, dénivelé positif +250m, dénivelé négatif -400m. Transfert 1h15.

### **Jour 5 : Crête frontalière en vallée des Aldudes**

Aujourd'hui, incursion en Pays Quint (Kintoa en basque), un territoire enclavé au cœur de la montagne basque, au sein duquel le porc de race basque règne en maître. Depuis le village des Aldudes, lové à 370m d'altitude sur les berges de la rivière du même nom, nous prendrons de la hauteur pour rejoindre la crête frontière, et, parmi forêts de hêtres, estives, champs de fougères et sommets, nous découvrirons des paysages époustouflants qui font de cette montagne basque un massif si singulier. **Cette journée sera l'occasion de découvrir les secrets de l'élevage du porc basque. Cette race de porc, passée près de l'extinction au début des années 80, est aujourd'hui valorisée de belle manière grâce à l'obtention de l'Appellation d'Origine Protégée « Kintoa ».**

- Distance 13km, durée 6h, dénivelé positif +750m, dénivelé négatif -750m. Transfert 25 minutes

### **Jour 6 : Iraty : GR10, forêt et hautes montagnes**

Aujourd'hui, pour clôturer en beauté cette semaine, nous prenons de l'altitude ! Nous montons à Iraty, la vue se découvre sur les Hautes Pyrénées. Forêts, estives et grands paysages sont au programme. Nous utilisons parfois le GR10, ce sentier transpyrénéen qui permet de rejoindre l'Atlantique à la Méditerranée en... 40 jours. Comme nous sommes là pour le plaisir, nous y marcherons seulement quelques heures, à un rythme doux, ce qui nous permettra peut-être d'observer quelques isards, réintroduits sur le massif des Escaliers (1472m).

**Nous profiterons du cadre splendide et montagnard de la forêt d'Iraty pour partager un moment convivial autour de grillades : agneau, camembert à la braise... et surtout bonne humeur seront au menu de ce dernier déjeuner ensemble !**

- Distance : 11,5km, durée 5h30, dénivelé positif +530m, dénivelé négatif -510m. Transfert 35 minutes.

#### **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 18h15 sur votre lieu d'hébergement à Ascarat (64 – Pyrénées-Atlantiques) : Maison d'Hôtes Iputxainia [www.maison-iputxainia.com](http://www.maison-iputxainia.com)

Pour les personnes arrivant en train : rendez-vous à 17h15 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.

#### **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 3 jusqu'à 14 personnes.

#### **Départs**

**CHAQUE SEMAINE, DU 2 AVRIL AU 11 NOVEMBRE 2023.**

#### **Départs assurés chaque semaine**

Aux dates suivantes, le séjour est hébergé chez nos partenaires de la Maison LAIA (pour plus de renseignements voir la rubrique « hébergement »)

Du 14 au 20 Mai 2023 / du 18 au 24 Juin 2023 / du 27 août au 2 septembre 2023 / du 10 au 16 septembre 2023 / du 8 au 14 octobre 2023

#### **Prix par personne :**

**815 € en Avril, Octobre et Novembre**

**845 € en Mai, Juin et Septembre**

**895 € en Juillet et Août**

#### **Suppléments :**

- Supplément chambre individuelle Hors Juillet/Août : 200€/ pers
- Supplément chambre individuelle Juillet/Août : 230€/pers
- Nuit supplémentaire en BB chambre double : 52€/pers
- Nuit supplémentaire en BB chambre individuelle : 90€/pers

**Le prix comprend :**

- L'hébergement en pension complète du dîner du jour 1 au petit-déjeuner du jour 7
- Les transferts durant le séjour
- Toutes les visites et dégustations
- L'encadrement par un BE AMM spécialiste du Pays Basque

**Le prix ne comprend pas :**

- Les assurances
- Les repas non indiqués dans « le prix comprend »
- Les transferts non compris dans le programme
- Les boissons
- 15€ frais de dossier à l'inscription

**•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.

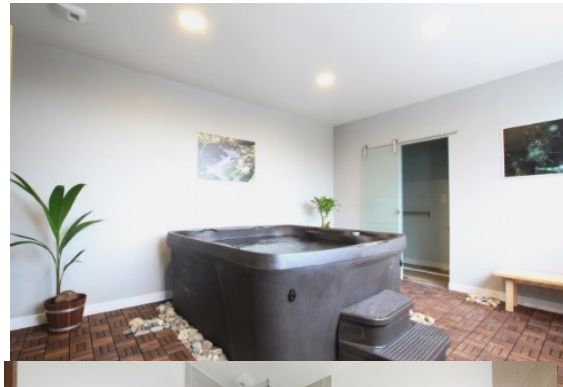
**•HEBERGEMENT / NOURRITURE****Hébergement**

6 nuits en chambres d'hôtes confortables avec piscine, spa et espaces extérieurs propices à la détente, en formule chambre double.

Chambre individuelle à la demande, avec supplément et en fonction des disponibilités. Parking privé pour les personnes venant avec leur propre véhicule.

**A la maison Iputxainia, vous serez comme chez vous ! Toute une famille est à votre service. Josiane, Jean-Michel, Jean et Mathieu vous mitonnent de bons petits plats, vous accueillent et vous emmènent en montagne.**





### Les repas

- Petit déjeuner copieux, sous forme de buffet (sous réserve des normes sanitaires en vigueur au moment du séjour (thé, café, lait, pain, beurre, confiture maison, petites attentions du chef...))
- Repas du soir à base souvent de spécialités basques, incluant une entrée, un plat et un dessert. Une cuisine raffinée à la découverte de la gastronomie locale.
- Pique-niques inclus



AUTRES POSSIBILITES D'HEBERGEMENT



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

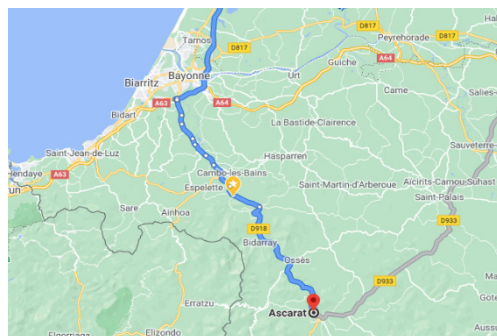
Pour les personnes qui logeront à la Maison LAIA : les petits déjeuners sont pris sur place, en revanche les dîners sont pris en commun, avec le groupe, à la Maison IPUTXAINIA. L'accès au SPA et à la piscine de la Maison IPUTXAINIA vous est possible, la Maison LAIA n'ayant pas de SPA (mais piscine oui).

Voici le site de la Maison LAIA si vous voulez y jeter un coup d'œil avant d'accepter d'y loger : [www.maisonlaia.com](http://www.maisonlaia.com)

## • 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. Confirmation des horaires : [www.oui.sncf](http://www.oui.sncf)
- 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 Ascarat sur votre lieu d'hébergement : Chambres d'hôtes Iputxainia.



## • 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 pouvoir accéder à la piscine et au spa
- 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