Les Covoyageurs.com
Des voyages à partager entre solos

PAYS BASQUE

Randonnée gourmande au Pays Basque

6 jours / 5 nuits
Niveau intensif

Circuit en regroupement avec des agences partenaires - Non exclusif à l'agence Les Covoyageurs.
Ce circuit n'est pas uniquement réservé aux voyageurs solos.

Le temps d'une semaine, vivez une expérience sportive et gastronomique, hors des sentiers battus.

Vous randonnerez au cœur du Pays basque, à la découverte de ses paysages sauvages, ses villages pittoresques et sa culture locale. Dans une ambiance conviviale, vous explorerez ce qui rend cette région irrésistible, dont on ne se lasse jamais.

Chaque étape sera aussi l'occasion de mettre à l'honneur les spécialités basques comme le vin d'Irouléguy, le fromage de brebis ou encore le jambon cru.

Alors, préparez vos papilles et enfilez vos chaussures de randonnée !

POINTS FORTS

- Des randonnées aux paysages variés : littoral, sommets, forêts, hauts plateaux.
- Dégustation de produits locaux directement chez les producteurs.
- Un hébergement tout confort avec piscine et jacuzzi.
- Un circuit en étoile.

ITINERAIRE

JOUR 1 : BAYONNE - COTE BASQUE ESPAGNOLE
Vous aurez rendez-vous à 9h à la gare de Bayonne. Une fois rencontrés votre groupe et votre guide, direction la côte basque espagnole pour respirer les embruns océaniques !
Vous découvrirez le mont Jaizkibel, montagne côtière culminant à 545m, située en surplomb de la baie de Txingudi. Vous randonnerez alors à l'extrémité ouest des Pyrénées, où l'océan et la montagne se confondent dans des paysages grandioses de forêts, landes et falaises côtières. Un vrai condensé du Pays basque !
Cette journée en Espagne vous permettra aussi de goûter le célèbre Txakoli, un vin blanc basque espagnol. Après cette première randonnée riche en découvertes, vous serez conduits à votre confortable chambre d'hôtes, située à Saint-Jean-Pied-de-Port.
Transfert : 1h45
Repas compris : Déjeuner - Dîner
Marche : 4h30 (9 kms, dénivelés +400/-400m)
Hébergement : Chambre d'hôtes

Jour 2 : MONT URKULU
Aujourd'hui, votre randonnée vous plongera dans l'univers fascinant des bergers. Vous gravirez le sommet calcaire d'Urkulu (1423m), un point stratégique chargé d'histoire, perché sur la frontière franco-espagnole. Entouré de forêts de hêtres majestueuses, ce lieu vous offrira une expérience authentique, parsemée de paysages à couper le souffle.
De retour à votre hébergement, vous pourrez vous laisser aller à un moment de détente bien mérité, dans le salon de lecture, au bord de la piscine ou encore au jacuzzi.
Repas compris : Petit déjeuner - Déjeuner - Dîner
Transfert : 40 min
Marche : 5h00 (12 kms, dénivelés +550m/-550m)
Hébergement : Chambre d'hôtes

JOUR 3 : ROYAUME DE NAVARRE
Ce matin, vous pénètrerez le royaume de Navarre, à la découverte de son histoire fascinante. Votre aventure débutera dans le petit village d'Erratzu, vous emprunterez ensuite de vieux chemins pastoraux et traverserez des cours d'eau jusqu'à atteindre l'impressionnante cascade de Xorroxin.
Une véritable palette de paysages se dévoilera devant vous, ponctuée de majestueuses maisons navarraises qui ajoutent au charme des lieux. Après cette randonnée enrichissante, vous profiterez d'une halte gourmande pour savourer le vin d'Irouléguy, un nectar issu du seul vignoble du Pays basque français, désormais reconnu AOP. Une expérience inoubliable pour les yeux et les papilles !
Repas compris : Petit déjeuner - Déjeuner - Dîner
Transfert : 1h30
Marche : 4h30 (13 kms, dénivelés +530m/-530m)
Hébergement : Chambre d'hôtes

JOUR 4 : VALLÉE DES ALDUDES - PAYS QUINT
Après un copieux petit-déjeuner, vous ferez une incursion en Pays Quint (Kintoa en basque), un territoire enclavé au cœur de la montagne basque. Vous prendrez de la hauteur, traversant des forêts de hêtres, des estives verdoyantes, des champs de fougères et des sommets imposants. Vous découvrirez ainsi des paysages d'une grande beauté, qui révèlent toute l'âme de la montagne basque, un massif à la fois majestueux et unique. La journée se conclura par une pause gourmande chez un couple de paysans locaux, qui vous feront goûter leur charcuterie artisanale.
Transfert : 1h15
Repas compris : Petit déjeuner - Déjeuner - Dîner
Marche : 4h30 (11 kms, dénivelés +530m/-530m)
Hébergement : Chambre d'hôtes

JOUR 5 : IRATY - OKABÉ - SAINT JEAN PIED DE PORT
Aujourd'hui, vous irez marcher à l'orée de la forêt d'Iraty, un lieu mythique de la montagne basque, où vous serez récompensés par des vues imprenables sur les hautes montagnes béarnaises. Vous gravirez le sommet d'Okabé (1446m) et prendrez le temps d'explorer l'une des plus importantes nécropoles protohistoriques du Pays basque. À l'issue de cette randonnée, une bergère vous accueillera chaleureusement pour vous offrir une dégustation de son fromage de brebis, qu'elle prépare chaque jour durant l'été dans sa cabane, perchée en pleine montagne. Un moment authentique et savoureux, en parfaite harmonie avec la nature.
Enfin, vous profiterez d'un peu de temps libre à Saint-Jean-Pied-de-Port, capitale du Pays basque intérieur, classé parmi les plus beaux villages de France, grâce à sa citadelle Vauban, ses remparts, son pont romain…
Repas compris : Petit déjeuner - Déjeuner - Dîner
Transfert : 1h
Marche : 4h30 (10 kms, dénivelés +500m/-500m)
Hébergement : Chambre d'hôtes

JOUR 6 : PENAS DE ITSUSI - BAYONNE
Cette dernière journée vous emmènera sur les hauteurs d'Itxassou par un sentier qui serpente le long de la crête, marquant la frontière entre la France et l'Espagne. Ce chemin vous mènera aux Peñas de Itsusi, un véritable sanctuaire pour les vautours, dont vous pourrez admirer le vol majestueux. Pour clore cette matinée, vous partagerez un repas traditionnel des bergers basques à la ferme, un festin savoureux qui réchauffera vos cœurs.
Enfin, vous serez ramenés vers 16h à la gare de Bayonne.
Repas compris : Petit déjeuner - Déjeuner
Transfert : 1h15
Marche : 5h30 (16 kms, dénivelés +580m/-580m)

IMPORTANT :
Cet itinéraire peut être soumis à modification, en fonction des conditions climatiques, des aptitudes physiques des participants et de la disponibilité des hébergements. En dernier ressort, le guide reste seul juge du programme.
Au cours de nos voyages, nous sommes parfois confrontés à des impondérables qui peuvent se traduire par des modifications de plannings, d'horaires, d'itinéraires et/ou d'hébergements. Notre expérience du tourisme nous autorise à reconnaître que - malgré notre professionnalisme et notre bonne volonté - ces inconvénients sont inhérents à tous les types de voyages (circuits, excursions, simples séjours) quels que soient les pays visités. Face à ces aléas éventuels qui sont aussi une des composantes de toute aventure, il est conseillé d'adopter une attitude ouverte et positive. Celle-ci vous permettra de bien vivre tout évènement imprévisible pouvant nous amener à modifier le descriptif prévu et contribuera ainsi au succès de votre voyage.

LE PRIX

Le prix comprend

- L'hébergement en chambres d'hôtes
- La pension complète du déjeuner du jour 1 au déjeuner du jour 6
- Les visites et dégustations prévues au programme
- Les transferts pendant le séjour
- Le transport des bagages
- L'encadrement par un guide spécialiste du Pays basque

Le prix ne comprend pas

- L'acheminement jusqu'au point de rendez-vous
- Les transferts non compris dans le programme
- Les visites non prévues au programme
- Les dépenses personnelles et boissons
- Les pourboires
- Les assurances rapatriement et multirisques
- Les frais de dossier (15€)
- Le supplément en chambre individuelle (de 215€ à 245€ selon les dates)

Nos prix sont soumis à modifications en fonction de la disponibilité et tarifs des sites visités, ainsi que de la disponibilité et tarifs hôteliers au moment de votre réservation.

LES "PLUS" DES COVOYAGEURS

1. La garantie de partir avec d'autres solos ayant les mêmes affinités
2. La possibilité de voir les profils des autres Covoyageurs déjà inscrits sur votre voyage
3. Des programmes exclusifs spécialement conçus pour favoriser échanges et convivialité
4. Des chambres à partager pour éviter un supplément single
5. Des départs spéciaux pour les monoparentaux et leurs enfants

VOTRE VOYAGE

Le groupe
De 4 à 15 personnes. Circuit en regroupement avec des agences partenaires (non exclusif aux Covoyageurs solos).

Niveau
Randonnée de niveau intensif. Vous marcherez entre 4h et 6h par jour avec des dénivelés jusqu'à 600m. Cela reste accessible à toute personne pratiquant une activité physique régulière. Les randonnées s'effectuent sur de bons sentiers, le terrain est varié mais souvent rocheux. Il s'agit de vacances actives.

Encadrement
Guide accompagnateur local connaissant bien la région.

Transport
Minibus

Portage des bagages
Durant la randonnée, vous ne porterez que vos affaires personnelles pour la journée (pique-nique, eau...). Vos autres bagages resteront à l'hébergement.

Repas/Boissons
- Petits déjeuners copieux sous forme de buffet : thé, café, lait, pain, beurre, confiture…
- Repas du midi pris sous forme de pique-nique sur le terrain.
- Dîners souvent à base de spécialités basques incluant une entrée, un plat et un dessert.
- Les boissons ne sont pas comprises.

Hébergement
Vous resterez toute la semaine au même hébergement. Vous logerez en chambres d'hôtes confortables avec piscine, spa et espaces extérieurs propices à la détente. Des chambres individuelles sont possibles en fonction de la disponibilité.
Il s'agit d'un hébergement convivial où vos hôtes vous confectionneront de bons petits plats.

Attention, l'hébergement principal est la maison ***Iputxainia*** mais la capacité est limitée. Ainsi, sur certaines dates, la taille et la répartition du groupe selon le type de chambres, nous amènent à travailler avec la ***Maison d'hôtes LAIA***, très jolie et confortable maison d'hôtes, située à 200 mètres.

Vous avez la possibilité de réserver des nuits supplémentaires :
- Nuit supplémentaire en BB chambre double : 57€/pers
- Nuit supplémentaire en BB chambre individuelle : 87€/pers

EN PARTANT AVEC LES COVOYAGEURS : vous avez la possibilité de partager une chambre avec un autre participant du même sexe. Si vous le souhaitez, vous pouvez néanmoins réserver une chambre single (avec supplément). Nous pouvons également être amenés à vous facturer le supplément single s'il ne reste personne avec qui partager la chambre (notamment en cas d'inscription tardive).

Accueil et dispersion
Le jour 1, vous aurez rendez-vous à 9h à la gare SNCF de Bayonne.
Le jour 6, vous serez transférés à cette même gare vers 16h.

Rejoindre Bayonne
- en avion : aéroport de Biarritz Parme (25km) : vols quotidiens vers Paris, Londres, Lyon, et le Hub de Clermont Ferrand.
- en train : nombreux trains TER en direction de Bayonne, au départ des principales villes.
- En voiture : 200 kms de Bordeaux, autoroute A63.

N'hésitez pas à consulter les sites suivants, très pratiques :
www.sncf-connect.com
www.tictactrip.eu

Si vous venez avec votre véhicule, nous vous conseillons de le garer au parking couvert de la gare de Bayonne (10, rue Ste Ursule, 64100 BAYONNE) ou au parking couvert de l'hôtel IBIS BAYONNE CENTRE (46 boulevard ALSACE LORRAINE, 64100 BAYONNE). Réservation conseillée en haute saison.
https://www.onepark.fr/places/8379-parking-gare-de-bayonne

Attention : Pour votre pré-acheminement nous vous conseillons d'attendre la confirmation de votre inscription et de réserver des billets échangeables et/ou remboursables.

AVANT LE DEPART

Formalités

- Pour tous les ressortissants d'un pays de l'Union Européenne, la carte d'identité en cours de validité est suffisante.
- Pour les ressortissants étrangers, le passeport est obligatoire, et, sauf dispense, un visa est nécessaire. Il doit être sollicité avant le départ auprès de l'ambassade ou du consulat de France de votre pays de résidence.
  Un site utile : http://www.diplomatie.gouv.fr

Nous vous conseillons par ailleurs, de toujours avoir sur vous une photocopie de ces documents (page où apparaît votre photo), ainsi que de votre assurance, en cas de besoin, de perte ou de vol de l'original.

Equipement

Bagage :

Vous resterez toute la semaine au même hébergement, votre bagage n'a donc pas d'impact.
Pour la journée, nous vous demandons d'emporter un sac de randonnée d'une capacité d'environ 35L.

Vêtements :

• 1 chapeau ou casquette
• T-shirts (1 pour 2 ou 3 jours de marche). Evitez le coton, très long à sécher ; préférez les t-shirts manches courtes en matière respirante
• 1 sous-pull ou t-shirt manches longues
• 1 veste chaude
• 1 pantalon de trekking
• 1 pantalon confortable pour le soir
• 1 veste style Gore-tex, simple et légère
• 1 maillot de bain, un bonnet, des sandales et une serviette de bain, pour pouvoir accéder à la piscine
• Chaussettes de marche (1 paire pour 2 à 3 jours de marche). Evitez les chaussettes type "tennis" (coton), très longues à sécher et risque élevé d'ampoules.
• 1 paire de chaussures de randonnée imperméable tenant bien la cheville
• 1 paire de chaussures détente pour le soir

Petit équipement :

• 1 paire de lunettes de soleil
• 1 gourde (1,5 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 (boîtes fournies)
• 1 paire de bâton de marche (facultatif)

Pharmacie personnelle :
Médicaments et traitements personnels, aspirine, pansements et compresses, désinfectant, bande elastoplast, double peau pour les potentielles ampoules, anti-diarrhéique, collyre, pastilles pour la gorge, antibiotique à spectre large, anti-inflammatoire, répulsif anti-moustiques.

Une trousse de premiers secours placée sous la responsabilité de votre accompagnateur.

Lien utile
https://pays-basque.tourisme64.com/

INFORMATIONS PAYS

Géographie & Climat
Le Pays Basque représente un vaste territoire propice aux découvertes culturelles et naturelles avec ses sites inscrits au patrimoine mondial de l'Unesco.
Le climat de la côte Basque, a la chance d'être plutôt doux, tant en été qu'en hiver. Fortement influencé par la mer Cantabrique cela permet de tempérer les rigueurs de l'hiver et d'adoucir les chaleurs estivales. La température moyenne annuelle se situe autour des 15°.
Pour plus d'informations sur les conditions météorologiques, vous pouvez consulter avant votre départ : www.meteo.fr

Budget & change
Prévoyez un budget pour vos dépenses personnelles.

Pourboires
Les pourboires sont facultatifs, mais si vous avez été satisfaits de votre voyage et du travail de nos équipes locales, il est d'usage de donner un pourboire.

TOURISME RESPONSABLE

Dès leur création, les Covoyageurs ont cherché à promouvoir un tourisme responsable basé sur des valeurs de respect, de solidarité et de qualité sur un plan humain, environnemental et économique.
La prise de conscience et la sensibilisation de tous nous semblent primordiales.
Que nous soyons explorateurs, passionnés, randonneurs ou monoparentaux, nous sommes toujours les visiteurs invités des pays hôtes que nous parcourons.

Le Respect des Patrimoines
La nature et les sites culturels et historiques du pays visité constituent des richesses touristiques, uniques et irremplaçables. Ils sont aussi à l'origine du désir de voyager des Covoyageurs. Leur sauvegarde est primordiale et la responsabilité des Covoyageurs vis-à-vis du pays visité est donc essentielle.

Le respect des patrimoines naturels et culturels se traduit par :

- *le respect des sites culturels: ne pas dégrader des œuvres d'art ou des monuments, parfois simplement en les touchant!, ne pas prélever de vestiges archéologiques, ne pas acheter d'objets traditionnels ou sacrés provenant de sites vandalisés, etc.*
- *le respect des sites naturels: ne pas sortir des sentiers balisés, ne pas conduire hors-piste, ne pas rapporter de "souvenirs" partie intégrante du patrimoine naturel, prélever le moins de*

bois possible pour la cuisine, utiliser avec parcimonie l'eau potable, éviter de polluer avec des savons non biodégradables, faire lessive et toilette en aval et le plus loin possible des maisons et des puits, ne pas abandonner de déchets ou d'ordures derrière vous sauf s'ils peuvent faire l'objet de recyclage, ne pas faire de feu sans avoir demandé l'autorisation au préalable, etc.

- *le respect de la faune locale: ne pas perturber les animaux dans leur vie quotidienne, toujours respecter une distance minimale lors de leur observation, ne pas chercher à les approcher, les caresser ou les nourrir, ne pas faire de bruit en les approchant, ne pas chasser ou pêcher d'espèces rares, ne pas chercher à acheter ivoire, écailles, peaux, coraux, coquillages, ou même animaux vivants, qui font souvent partie des espèces menacées et/ou protégées, ne pas demander à votre guide d'enfreindre ces règles, etc.*

Le Respect des Hommes

L'un des principaux intérêts des voyages proposés par les Covoyageurs réside dans l'authenticité et la diversité des rencontres effectuées avec les populations locales. Chacun de ces peuples fonctionne avec ses règles et ses traditions propres, souvent partie intégrante de leur culture et/ou de leur religion. On a coutume de dire qu'il n'y a pas de mauvais touristes, mais seulement des voyageurs mal informés. Là aussi, la responsabilité des Covoyageurs vis-à-vis des populations rencontrées est fondamentale.

Le respect des hommes se traduit par :

- *une attitude de respect et d'humilité vis-à-vis des populations locales rencontrées, de leur culture, de leur façon de vivre, de leur rythme de vie: respect de certains « codes », pas de tenue vestimentaire débraillée ou provocante, pas d'embrassade en public, pas de contact trop appuyé notamment sur la tête des enfants, pas de photo sans demander l'autorisation au préalable, etc.*
- *la prise de conscience des différences de niveaux de vie entre le Covoyageur et les populations rencontrées. Celles-ci peuvent générer des incompréhensions voire du ressentiment. Tous biens, services, cadeaux, nourritures, doivent être évalués en valeur locale (attention à ne pas déstabiliser interlocuteurs et marchés par des pourboires ou cadeaux manifestement disproportionnés par rapport aux pratiques locales, attention à ne pas exhiber appareils photos, caméras, matériels audio-vidéo, dont la valeur peut représenter des mois de salaires pour le pays visité, vous pouvez pratiquer le marchandage - qui fait souvent partie intégrante des traditions locales - mais avec tact, patience et humour, etc.)*
- *des donations encadrées afin d'éviter certains effets néfastes d'un développement touristique rapide: nous vous encourageons à effectuer des donations sur place en nature (cahiers, stylos, fournitures, etc.) ou en numéraire mais nous vous recommandons de ne pas donner directement de cadeaux ou d'argent aux enfants car cela ne fait qu'augmenter la mendicité. Nous vous conseillons de vous rapprocher de votre guide local qui saura redistribuer au mieux vos présents.*

Le Développement d'un Tourisme Equitable

Toutes les activités touristiques génèrent des retombées économiques locales mais elles peuvent aussi provoquer des nuisances non souhaitées jusqu'à déstabiliser les équilibres sociaux du pays visité. Là aussi, la responsabilité des Covoyageurs vis-à-vis des retombées bénéfiques sur les populations rencontrées et le développement du pays est totale.

Le développement d'un tourisme équitable se traduit par :

- *une vigilance particulière des Covoyageurs dans le choix de ses partenaires locaux de façon à ce que les retombées économiques soient le plus justement réparties entre les acteurs du*

voyage (priorité donnée aux services rémunérés localement plutôt qu'aux organisations étrangères, ils en bénéficieront ainsi directement et sans intermédiaires, etc.)

- *des voyages en petits groupes (maximum : 15 participants) qui privilégient un tourisme léger pour minimiser les impacts néfastes sur les ressources locales et l'environnement et qui permettent une meilleure intégration dans le pays visité*
- *une distribution sur le web et la suppression des intermédiaires commerciaux de façon à permettre la maximisation des retombées économiques locales.*

La Qualité des Services et des Relations Humaines

Les Covoyageurs est la première agence de voyages à proposer des circuits spécialement dédiés aux solos et aux monoparentaux. Quelle que soit votre façon de voyager, quel que soit votre profil de voyageur, quelle que soit la destination que vous avez choisie, les Covoyageurs cherchent à promouvoir un tourisme responsable qui vous fera découvrir dans un contexte authentique des natures insoupçonnées, de nouvelles cultures, des façons de vivre différentes.

Respect, tolérance et bienveillance font partie intégrante de votre voyage. Ils aident à magnifier rencontres et découvertes, et s'inscrivent dans le cadre du développement durable de la Terre et des Hommes.

Bon voyage !