



De León à Santiago



S'il est un chemin mythique qui caresse l'esprit et fait rêver depuis plus d'un millénaire, c'est bien «Le Chemin de St-Jacques de Compostelle».

15 jours - 14 nuits - 13 jours de marche

- Départ garanti à partir de 1
- Séjour itinérant
- Sans portage
- Liberté

Code voyage :
ES2CO45



Les points forts

- 15 ans d'expérience sur Camino frances
- fiabilité d'organisation
- qualité des hébergements
- une version en auberge sur demande
- dîners inclus



Avant votre départ, pensez à vérifier la validité de la fiche technique sur notre site web.

http://www.labalaguere.com/leon_santiago.html

Les montagnes de Leon sont un véritable paradis naturel d'une beauté sauvage où certains villages gardent encore les "pallozas", habitat néolithique fait de paille et de pierre, et des chapelles romanes parmi les plus anciennes. À travers une région mythique, la Galice, toute empreinte de culture celte, vous découvrez les ultimes étapes du Grand Chemin avant l'arrivée à Santiago, couronnement du "pèlerinage".

■ PROGRAMME

JOUR 1

Arrivée à León, où vous pourrez visiter l'imposante cathédrale, une des plus importantes et riches d'Espagne, et l'église de San Isidoro, ancien panthéon royal, avec ses fresques du XII^{ème} siècle.

JOUR 2

Départ de León à travers le haut plateau presque désertique du « Paramo » et arrivée à Hospital de Orbigo avec son pont médiéval par où sont passés tant de pèlerins. Possibilité de raccourcir en taxi avec supplément. A réserver d'avance.

Temps de marche : 9h. Distance : 35km.

JOUR 3

De Hospital de Orbigo à Astorga, vous quittez la plaine pour une région plus en reliefs. Vous apprécierez tout particulièrement la richesse architecturale d'Astorga, de sa cathédrale gothique au palais épiscopal de Gaudì.

Temps de marche : 4h. Distance : 17km.

JOUR 4

Astorga - Rabanal del Camino ; vous pénétrez dans les belles et sauvages montagnes de León pour terminer au paisible village tout en pierres de Rabanal.

Temps de marche : 5h30. Distance : 22km.

JOUR 5

Après le passage de la célèbre Croix de fer des Pèlerins à Foncebadón, bâtie sur un ancien temple romain, vous vous élevez à travers de grandioses paysages montagneux, avant de redescendre vers la bourgade fortifiée de Ponferrada.

Temps de marche : 8h30. Distance : 33km.

JOUR 6

A travers la vallée du Bierzo, étape de Ponferrada à Villafranca del Bierzo, avec son église consacrée à Saint Jacques et considérée autrefois comme aussi sacrée que celle de Santiago.

Temps de marche : 6h30. Distance : 25km.

JOUR 7

Par la plus belle partie des montagnes de El Bierzo, de Villafranca del Bierzo à El Cebreiro, village qui conserve les « Pallozas », habitat d'origine néolithique avec le toit en chaume.

Temps de marche : 8h. Distance : 27km.

JOUR 8

Descente des montagnes vers la vallée, de Cebreiro à Triacastela, vous commencez à entrevoir les paysages verdoyants de la Galice.

Temps de marche : 5h30. Distance : 21km.

JOUR 9

De Triacastela à Sarria. Deux parcours sont possibles ; l'un court, l'autre un peu plus long mais passant par Samos et son remarquable monastère.

Temps de marche : 4h30 ou 5h45. Distance : 18,5 ou 22km.

JOUR 10

De Sarria à Portomarín où vous pouvez admirer sa belle église romane, sauvée de la noyade par un lac artificiel. Simplement extraordinaire.

Temps de marche : 6h. Distance : 23km.

JOUR 11

Étape Portomarín-Palas de Rei, autrefois important carrefour des chemins. Vous retrouvez ici en effet le « Camino Primitivo » qui relie directement la côte du Nord de la Galice à St Jacques.

Temps de marche : 6h30. Distance : 25km.

JOUR 12

De Palas de Rei à Arzúa; sur le chemin, vous pourrez admirer les belles maisons traditionnelles galiciennes ("pazos") avec leurs greniers surélevés caractéristiques (« horreos »), avant d'arriver à cet important bourg historique.

Temps de marche : 7h30. Distance : 29km.

JOUR 13

Départ d'Arzúa et arrivée à Lavacolla, dernière étape et arrêt obligé avant la ville sainte : traditionnellement, les pèlerins au Moyen-Âge se lavaient et se purifiaient dans ce village (d'où son nom), afin de se présenter à Compostelle sous leur meilleur jour.

Temps de marche : 7h30. Distance : 29km.

JOUR 14

L'arrivée à Santiago, but du pèlerinage vers les reliques de l'apôtre Jacques. En arrivant tôt après cette courte étape, vous aurez tout le loisir de visiter sa cathédrale d'origine romane, chef d'œuvre de l'architecture espagnole, la "Plaza del Obradoiro", et les anciens quartiers de la ville.

Temps de marche : 2h30. Distance : 10km.

JOUR 15

Fin du séjour après le petit-déjeuner.

Des éléments indépendants de notre volonté (météo, niveau du groupe, aléa logistique, divers...) peuvent amener notre équipe à modifier le programme. Nous demeurerons attentifs à votre satisfaction mais votre sécurité sera systématiquement privilégiée.

■ INFOS PRATIQUES

RENDEZ-VOUS

A l'hôtel à Leon pendant l'après-midi.

FIN DU SÉJOUR

Fin de programme à Santiago de Compostela après le petit-déjeuner.

ACCÈS AU LIEU DE RV

En train : une liaison ferroviaire par jour, directe, d'Irun à León. D'autres combinaisons sont possibles par Burgos. Vous devrez prendre un taxi de la gare à l'hôtel (10 min, environ 6 €).

En bus : avec la compagnie Alsa, un trajet journalier entre Irun et Leon (environ 7h de trajet). Cette compagnie propose certains jours de la semaine la liaison entre de nombreuses villes de France et Leon. Voir le site www.alsa.es.

En voiture : de Bayonne, prendre l'autoroute par San Sebastián, Bilbao. Puis prendre la direction Palencia, sortie 14 vers N120 et San Mames, direction générale vers Osorno la Mayor, Carrión de los Condes, Sahagún, et León. Carte Michelin N 442.

En avion : aéroport de Valladolid, puis ligne régulière de bus de Valladolid à León. Compter 2H00 pour la durée du trajet Valladolid-León. Il y a aussi des trains Valladolid-León. (durée du trajet : 2 heures).

Vous pouvez aussi arriver à l'aéroport de León, mais c'est une solution compliquée car c'est toujours via Madrid (ou autres villes espagnoles). Dans ce cas, la meilleure solution pour rejoindre l'hôtel depuis l'aéroport de León, est de prendre un taxi.

Vous pouvez aussi prendre un vol pour Santiago (de Paris, Nice ou Lyon) et de là, rejoindre León :

- en train.
- en bus. La compagnie ALSA assure la liaison Santiago de Compostela - León. Le trajet dure environ 6 heures.

PARKING

L'Hôtel Paris dispose d'un parking, environ 11 € par jour (sous réserve de disponibilité).

Parking San Marcelo, plaza de Santo Domingo, tél. 987 23 40 13, environ 20 € par jour (pas de tarif dégressif). Parking San Pedro gratuit, situé derrière la cathédrale.

COMMENT REPARTIR

En train: liaison ferroviaire directe Santiago-Irún-Hendaye.

En bus : ligne régulière de bus Santiago-León (durée du trajet : environ 6H, trajet journalier). Puis bus León-Irun.

En voiture : ligne régulière de bus pour revenir de Santiago à León.

En avion : aéroport de Santiago de Compostela, ligne régulière et directe vers Paris, Nice, Lyon.

Les horaires des lignes de trains et de bus étant sujets à variations au cours de l'année et suivant le jour de la semaine, nous vous invitons à contacter directement les différents opérateurs de transport public pour préparer votre trajet jusqu'au point de rendez-vous et retour.

Informations sur les transports :

- SNCF Tel : 36 35 ou <http://www.voyages-sncf.com>.

- RENFE (compagnie ferroviaire espagnole) Tel : 00 34 902 320 320, ou plus pratique, leur site : <http://www.renfe.com> avec tous les horaires des trains.
- Bureau RENFE à Paris (renseignements et vente) : 01 40 82 63 60.
- ALSA : 00 (34) 902 42 22 42. Consulter pour les horaires et les destinations le site : <http://www.alsa.es>.

DÉPART GARANTI À PARTIR DE (PERS.)

1

NIVEAU

4 à 8 heures de marche par jour (avec 3 longues étapes qui peuvent être raccourcies sur demande avec supplément), sans difficulté technique, avec faibles dénivelés.

PORTAGE

Vous ne porterez que vos affaires de la journée ; vos bagages seront transportés en véhicule par nos soins (sauf option Sans transport des bagages).

HÉBERGEMENT

Nuits en hôtels*, ** et ***.

Jusqu'à Sarria : 2 nuits en hôtels***, 4 nuits en hôtels** et 3 nuits en hôtels*. Puis sur la seconde partie : hôtels 1 et 2 étoiles (2 étoiles sup. à Santiago et bien situé).

REPAS

Les dîners et petits-déjeuners sont généralement pris dans les restaurants des hébergements. Les repas de midi ne sont pas compris dans le tarif. Vous pouvez vous-même confectionner vos pique-niques ou bien les commander la veille pour le lendemain auprès des hébergeurs (paiement sur place). Il y a de nombreux points de ravitaillement pas chers sur le chemin.

DÉPLACEMENTS

En fonction des effectifs, les transferts sont effectués en bus, minibus ou taxis.

LE PRIX COMPREND

14 nuits en demi-pension, le transport de bagages, un carnet de voyage avec 1 topo-guide pour 1 à 4 personnes.

LE PRIX NE COMPREND PAS

Les repas de midi, les boissons, les frais d'inscription et l'assurance.

FORMALITÉS

Carte d'identité ou passeport en cours de validité ; évitez les cartes d'identité ayant une date de fin de validité dépassée. N'oubliez pas dans votre sac à dos, le contrat d'assistance-rapatriement.

Au minimum 15 jours avant votre départ, demandez à la sécurité sociale une carte européenne ou une attestation européenne valable 3 mois afin d'éviter l'avance obligatoire de frais médicaux.

Si vous vous déplacez en véhicule en Espagne, sont obligatoires sous peine d'amende : gilet fluorescent + 2 triangles de signalisation.

CONTENU POCHETTE VOYAGE

carte d'identité ou passeport en cours de validité ; évitez les cartes d'identité ayant une date de fin de validité dépassée. N'oubliez pas dans votre sac à dos, le contrat d'assistance-rapatriement. Au minimum 15 jours avant votre départ, demandez à la sécurité sociale une carte européenne ou une attestation européenne valable 3 mois afin d'éviter l'avance obligatoire de frais médicaux. Si vous vous déplacez en véhicule en Espagne, sont obligatoires sous peine d'amende : gilet fluorescent + 2 triangles de signalisation.

CHAMP SUPP. INFOS SÉJOUR

Le carnet du pèlerin ou « credencial » ou « créanciale » :

ce document est bien connu des pèlerins, il permet de garder une trace écrite de son parcours. Ce passeport est un signe fort d'appartenance à la communauté des marcheurs du Saint Jacques. Il est à tamponner à chaque étape et atteste de votre état de pèlerin. Il est délivré par les associations jacquaires - site Internet : www.chemindecompostelle.com/Associations/Associations.html.

■ ÉQUIPEMENT

CONSEILS POUR LE CHOIX DE VOTRE ÉQUIPEMENT

Pour le haut du corps : quelle que soit la région ou la saison, le principe des 3 couches respirantes (Tee-shirts - pull ou veste chaude - surveste imperméable/coupe-vent) permet de répondre à la plupart des situations.

Opter pour des vêtements qui sèchent rapidement -fibres synthétiques- et proscrire le coton (séchage trop lent => inconfortable). La laine est une fibre naturelle qui possède aussi d'excellentes qualités et qui, grâce aux nouveaux procédés de fabrication, connaît un retour en force dans la confection des vêtements Outdoor.

Pensez à vous couvrir avant d'avoir froid, mais surtout à vous découvrir avant d'avoir trop chaud : la sueur est l'ennemi du randonneur -surtout en hiver- car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés. Proscrire les anoraks, qui peuvent transformer une agréable randonnée en véritable calvaire !

Pour le bas du corps : shorts et pantalons en toile solide, en matière synthétique, permettent aussi un séchage rapide et procurent donc plus de confort.

Apportez un soin particulier au choix des chaussettes : prenez des chaussettes de randonnée, renforcées (solidité) et à coutures plates (pour éviter les ampoules). En hiver, choisissez des chaussettes chaudes. Dans ce domaine aussi, proscrire le coton.

LES BAGAGES

Pour votre séjour, prévoyez :

- 1 sac de voyage par personne (ou valise à roulette). Ne prenez pas un bagage trop volumineux afin d'éviter des soucis d'encombrement de bus ou d'organisation logistique. Le poids doit-être impérativement limité à 12 kgs. Tout bagage supplémentaire ou d'un poids supérieur risque de ne pas être pris en charge par le transporteur ou alors il vous demandera un supplément.

Évitez absolument d'y laisser des objets fragiles et/ou de valeur.

- 1 sac à dos de 35-40 litres environ, avec ceinture ventrale et un dos bien aéré pour votre confort

LES VÊTEMENTS

- 1 chapeau, ou casquette, ou foulard

- 1 bonnet, ou bandeau en polaire et/ou un tour de cou
- 1 paire de gants chauds
- des tee-shirts en matière respirante à manches courtes (1 tous les 2-3 jours) et 1 ou 2 à manches longues
- 1 veste chaude type polaire (voire déperlante type "softshell") ou type "primaloft" (chaud et compressible)
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type "gore-tex" avec capuche
- 1 pantalon de trekking solide et déperlant
- 1 short ou short 3/4, confortable et solide
- des sous-vêtements
- 1 maillot de bain et 1 serviette qui sèche rapidement (facultatif en vue d'éventuelles baignades)
- des chaussettes de randonnée (au moins 1 paire tous les 2 jours) à bouclettes, en synthétique et/ou en laine
- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, à semelle type "Vibram". À éprouver impérativement avant votre séjour.
- 1 paire de guêtres (facultatif)
- des vêtements et chaussures confortables pour le soir

LE MATERIEL A EMPORTER

- 1 grand sac plastique à glisser dans votre sac à dos afin de protéger vos affaires des intempéries et/ou 1 sur-sac
- 1 pochette étanche avec : votre contrat d'assistance, vos papiers d'identité, carte vitale et tout autre document mentionné dans la rubrique formalités
- 1 parapluie solide et léger (facultatif mais très utile en cas de pluie)
- 1 paire de bâtons (facultatif)
- 1 paire de lunettes de soleil de bonne qualité (protection niveau 3) couvrant bien les côtés + crème solaire avec un bon indice de protection et écran labial (le tout systématiquement dans le sac à dos)
- 1 gourde isotherme ou aluminium de 1,5 litre mini ou gourde souple type Platypus (déconseillée en hiver) ou une simple bouteille en plastique
- 1 petit thermos 50 cl (facultatif et surtout utile en hiver si vous souhaitez amener thé, café...)
- 1 gobelet plastique ou aluminium avec anse isolée
- 1 couteau de poche pliant (type Opinel)
- pour le pique-nique : couverts et 1 boîte plastique de 0,5 litre minimum type Tuperwear (utile si vous souhaitez emporter des salades pour votre pique-nique)
- nécessaire de toilette
- boules Quiès ou tampons Ear (contre les ronflements de voisinage ou autres nuisances sonores)
- des mouchoirs
- du papier toilette
- 1 briquet (attention à ne pas provoquer d'incendie ; donc à n'utiliser qu'en cas de nécessité et avec un maximum de précautions)
- 1 frontale ou lampe de poche + couverture de survie : à mettre systématiquement dans le sac à dos, un retard imprévu suite à un incident peut survenir même au cours d'une randonnée facile
- des lunettes de rechange (si vous portez des lunettes de vue)

- appareil photo, jumelles, matériel de peinture... (facultatif)

LA PHARMACIE

Prévenez vos compagnons de voyage de toute maladie, traitement ou autre allergie qui pourraient compliquer une prise en charge médicale en cas d'incident, ou tout malaise éventuel qui pourrait vous arriver en cours de randonnée

- vos médicaments habituels
- médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- médicaments contre les troubles digestifs
- pastilles contre le mal de gorge
- bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 5 ou 8 cm de large x 2,5 m.
- pansements type Steri-Strip
- jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- double peau (type Compeed ou SOS ampoules)
- pince à épiler
- petits ciseaux
- vitamine C
- pince à échardes
- gel désinfectant utile pour se laver/désinfecter les mains (type "Stérilium gel")

AUTRES PRÉCISIONS

N'oubliez ni votre bonne humeur, ni votre curiosité !

■ EN SAVOIR PLUS...

BIBLIOGRAPHIE

- Le Chemin de Saint Jacques du Puy en Velay à Roncevaux par le GR65, de Louis Laborde-Balen et Tobert Day (Ed. Randonnées Pyrénéennes).
- « Guides de poche du randonneur et du pèlerin sur le Chemin de Saint Jacques de Compostelle. » F. Lepère. Ed. Lepère - février 2009.
- « Compostelle » Ch. Henneghien et B. Gauthier. Ed Edisud - 2008.
- « Merveilles des Chemins de Compostelle » P. Huchet et Y Boelle. Ed Ouest France - 2003.

SUR LE WEB

- Le Chemin de St Jacques, Office de Tourisme de Galice : www.xacobeo.es.
- Association des Amis du Chemin de St Jacques : www.aucoeurduchemin.org
<http://www.chez.com/>
www.chemins-compostelle.com
www.lacroiseedeschemins.com

ADRESSES UTILES

Office de tourisme de l'Espagne : Rue Descamps, Paris. Tel 01 45 03 82 50.
Association de Coopération Interrégionale « Les Chemins de Saint Jacques de Compostelle » (ACIR Compostelle). 4 rue Clémence Isaure 31000 TOULOUSE. Tél : 05 62 27 00 05.

■ ASSURANCES

Conformément à la réglementation de notre profession, La Balaguère est assurée en Responsabilité Civile Professionnelle. Cependant, chaque participant doit être titulaire d'une responsabilité civile individuelle ainsi que d'une garantie individuelle multirisque dans le but de se protéger des incidents ou accidents pouvant survenir avant ou pendant la randonnée ou le voyage.

Nous vous rappelons qu'une carte de crédit ne couvre en général que l'assistance rapatriement et pas l'annulation de votre voyage, et ce, à condition d'avoir utilisé cette carte pour payer l'intégralité du voyage.

Nous vous proposons 3 formules d'assurance au choix à souscrire au moment de l'inscription.

Forfait N°1 : assurance annulation simple à 2,5 %

Cette assurance permet le remboursement des sommes engagées (à l'exclusion des frais d'inscription et du coût de l'assurance) en cas d'**annulation** liée à l'une des causes ci-après : **accident grave, maladie ou décès** de l'assuré, de son conjoint ou de l'accompagnant, ainsi que de certains membres de leur famille.

Forfait N°2 : assurance annulation simple ET assistance/rapatriement à 3,7 %

Cette assurance permet, en plus des garanties décrites dans le forfait N°1,

- de profiter de **prestations d'assistance** en cas de maladie ou blessure au cours du voyage ainsi que la **prise en charge de votre rapatriement** à votre domicile si nécessaire.
- d'être remboursé au prorata temporis (hors frais de transport et avec un délai de carence) en cas d'**interruption de séjour** suite à un accident, au décès d'un proche ou à certains sinistres.

Forfait N°3 : forfait "super multi-risques" : 4,8 %

Cette assurance propose, en plus des garanties décrites dans les forfaits N°1 et N°2,

- une garantie annulation plus étendue avec le remboursement des sommes engagées (déduction faite d'une franchise) en cas d'**annulation pour toute cause justifiée** y compris le **départ impossible** lié à un cas de force majeure
- la prise en charge d'une partie des frais sur place en cas de **retour impossible** lié à un cas de force majeure
- un dédommagement (plafonné) pour la **perte, le vol ou la destruction de bagages**
- le paiement d'une indemnité pour un **retard de livraison de bagages** de plus de 48H

Vous recevrez avec la confirmation de votre inscription un extrait des conditions générales du contrat choisi. Veuillez le lire attentivement pour connaître les exclusions au contrat, les montants des franchises, les formalités de déclaration. Emportez ce document avec vous lors de votre voyage. La durée de validité de toutes les garanties correspond aux dates de voyage indiquées sur la facture et ne s'applique qu'aux prestations vendues. Pour les départs et les retours différés, nous consulter.

Attention : si vous souscrivez uniquement le contrat N° 1 (assurance annulation simple), cela signifie que vous possédez votre propre assurance assistance-rapatriement (liée notamment à certaines cartes de crédit). Nous vous conseillons de bien vérifier votre contrat et les garanties couvertes. Dans ce cas, nous vous demandons de nous indiquer lors de votre inscription le nom de votre compagnie et votre numéro de contrat. Mais sachez que vous assumerez, de ce fait, la responsabilité des risques encourus, notamment peut-être l'avance de certains frais.

Important : Si vous devez utiliser l'assistance en cours de voyage, vous devez impérativement obtenir l'accord préalable d'Europe Assistance avant de prendre toute initiative ou d'engager toute dépense en téléphonant au : 33 1 41 85 85 85 et en rappelant le n° de contrat . 58 662 860.

■ CERTIFICATION ATR

La Balaguère est membre fondateur d'ATR « **Agir pour un Tourisme Responsable** ».

La certification « Vers un Tourisme Responsable » nous a été décernée en **septembre 2009** par l'AFNOR certification.

À partir de valeurs communes basées sur le respect, la solidarité et la qualité, ATR a pour objectif d'harmoniser les pratiques professionnelles de ses membres. La certification impose de respecter des critères exigeants :

- promouvoir un tourisme qualitatif pour une découverte authentique et un développement durable des régions d'accueil;
- veiller au respect de la législation du pays en matière de tourisme et de sous-traitance;
- veiller à ce que les retombées économiques soient le plus justement réparties entre les acteurs de nos voyages et assurent une juste rémunération des services ;
- respecter et vous sensibiliser aux usages et différences culturelles des régions d'accueil;
- respecter l'environnement et le patrimoine culturel et naturel;
- vous informer de façon transparente et sincère sur les conditions de votre voyage.

Nous vous invitons à partager nos engagements en vous référant notamment à la charte éthique du voyageur qui se trouve dans votre dossier voyage et qui vous accompagnera dans cette démarche. Plus d'informations sur la certification ATR sur www.tourisme-responsable.org

■ CONTACTS

Si nous n'avons pas répondu à toutes vos questions,

- consultez notre site sur : www.labalaguere.com
- appelez-nous au : 05 62 97 46 46
- envoyez-nous un fax au : 05 62 97 43 01
- un e-mail : labalaguere@labalaguere.com
- ou encore, écrivez nous à : La Balaguère Route du Val d'Azun, BP3 F 65403 Arrens-Marsous cedex

EN CAS D'URGENCE ABSOLUE

Si vos proches doivent vous contacter pendant ce séjour, Faites appeler le 05 62 97 46 46, nous vous mettrons en relation.



CHAQUE PAS NOUS RAPPROCHE

