



Le Camino del Norte, à pied et en bus, de San Sebastian à Santiago par la côte Cantabrique



Le Camino Norte est peut-être le plus beau des chemins de Saint Jacques de Compostelle, traversant Pays Basque, Cantabrie, Asturie et Galice, avec la présence régulière de la montagne, de l'océan ou les deux !

14 jours - 13 nuits

- Départ garanti à partir de 6
- Séjour itinérant
- Sans portage
- Accompagné

Code voyage :
FP1CAMI



Les points forts

- une côte montagneuse et sauvage
- la présence de l'océan
- le passage à Oviedo
- la traversée des montagnes asturiennes



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

Entre les Picos de Europa et la côte Cantabrique tantôt déchiquetée en immenses falaises, tantôt douce et verdoyante, les paysages sont charmants. Villes prestigieuses, villages traditionnels, ports de pêche, gardent un patrimoine parfois unique en Europe comme les splendides églises romanes, préromanes et mozarabes.

■ PROGRAMME

JOUR 1

La montagne du Jaizkibel domine l'océan, entre Irun et San Sebastian ; ville de villégiature aux modes architecturales variées. L'église Saint Vincent (XVI^{ème} siècle) abrite un très beau retable roman...

Temps de marche : 4h. Distance : 16km. Dénivelé : + 250m.

JOUR 2

Littoral sauvage au-dessus des falaises de flysch entre Zumaia et Deba, où l'on pourra admirer dans l'église Santa Maria la Real un impressionnant porche dans le pur style gothique basque.

Temps de marche : 3h30. Distance : 13,5km. Dénivelé : + 350m.

JOUR 3

Découverte de la baie d'Urdabaï, Guernika, l'Ermitage de Gaztelugatxe juché sur sa presqu'île, et une ville chargée d'histoire : Bilbao avec sa cathédrale Santiago.

Temps de marche : 2h30. Distance : 10km. Dénivelé : + 250m.

JOUR 4

Le port historique de Castro Urdiales, en Cantabrie, est dominé par l'imposante église de Santa Maria, digne d'une cathédrale. Au-delà, c'est la confrontation pittoresque de la montagne et de l'océan.

Temps de marche : 3h40. Distance : 15km. Dénivelé : + 150m.

JOUR 5

Douceur verdoyante entre Santander et Santillana del Mar, tout près d'Altamira et de ses célèbres grottes préhistoriques. Balade de Cobreces à la légendaire Comillas, dans une végétation parfois luxuriante !

Temps de marche : 3h. Distance : 12km. Dénivelé : + 100m.

JOUR 6

Passage à San Vicente de la Barqueira, superbe, au bord de l'eau, avec son « Hospital de la Concepcion » et son église (XVIII^{ème} siècle). Arrivée dans la charmante ville de Llanes, au patrimoine défensif et religieux intéressant, également port et ville de villégiature.

Temps de marche : 3h. Distance : 12km. Dénivelé : + 100m.

JOUR 7

Le monastère de Valdedios entouré de collines verdoyantes, et la monumentale ville d'Oviedo, capitale du royaume asturien aux édifices préromans, religieux et palatiaux.

Temps de marche : 3h50. Distance : 15km. Dénivelé : + 100m.

JOUR 8

Monastères préromans autour d'Oviedo. Randonnée en passant par l'étonnant monastère San Salvador.

Temps de marche : 3h50. Distance : 15km. Dénivelé : + 100m.

JOUR 9

Randonnée superbe dans les montagnes de Tineo à El Fresno, où un chemin à travers bois nous hisse au Col de Piedratecha et d'adorables hameaux perdus.

Temps de marche : 3h15. Distance : 13km. Dénivelé : + 350m.

JOUR 10

De Pola de Allende, passage le plus élevé du chemin avec le Col du Palo et descente sauvage à Lago. Nuit à Lugo, ville historique aux murailles romaines.

Temps de marche : 3h30. Distance : 13km. Dénivelé : + 400m.

JOUR 11

Une belle étape entre Ferreira et Vilouriz, puis la jonction avec le « Camino Francés » à Melide.

Temps de marche : 3h. Distance : 12km. Dénivelé : + 100m.

JOUR 12

Arrivée à Saint Jacques de Compostelle, ville unique, cathédrale unique, ambiance unique.

Temps de marche : 1h15. Distance : 5km. Dénivelé : + 50m.

JOUR 13

Voyage retour par la Camino Frances (León, Burgos ...) ; nuit à Vitoria Gasteiz.

JOUR 14

Fin du séjour. Dispersion à St Jean de Luz à 12h45.

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 9h à Saint Jean de Luz devant la gare SNCF. Soyez habillés en tenue de randonnée, avec les chaussures de randonnée à portée de main et la gourde pleine.

FIN DU SÉJOUR

Dispersion le J14 à Saint Jean de Luz à partir de 12h45 (ou le J13 à Santiago après le petit-déjeuner).

ACCÈS AU LIEU DE RV

EN TRAIN : TGV, train ou train de nuit pour Saint-Jean-de-Luz, depuis Paris via Bordeaux ou depuis Lyon via Toulouse et Pau. Tél SNCF : 36 35. <http://www.voyages-sncf.com/>

EN AVION : Aéroport de Biarritz. De l'aéroport, prendre la ligne de bus n°816 de « l'ATCRB Transports64 » jusqu'à la gare de Saint-Jean-de-Luz. <http://www.biarritz.aeroport.fr/>

Sinon taxi de l'aéroport à la gare, compter environ 20 €.

EN VOITURE : Saint-Jean-de-Luz est accessible de Paris puis Bordeaux, par l'autoroute A63 ou depuis Toulouse par l'A64 puis l'A63 ; prendre sortie n°3.

Pour limiter vos frais de déplacements et d'émission de carbone, pensez au covoiturage en tant que chauffeur ou passager : <http://www.covoiturage.fr/>

PARKING

Parking non gardé Harriet Baïta (en face la gare). Gratuit.

Parking non gardé Grégorio de Marañon (avenue du même nom), situé derrière la gare. Gratuit.

Eventuellement possible aux hôtels indiqués pour une arrivée la veille (à convenir avec l'hôtelier et uniquement si vous y dormez).

SI VOUS DESIREZ ARRIVER LA VEILLE OU RESTER APRES LE SEJOUR :

Adresse d'hébergement à proximité du point de rendez-vous :

- Hôtel*** Ibis Ciboure, 7 Place des Frères Chancerelle, à Ciboure (juste après le pont de la Nivelle et le port de Saint-Jean-de-Luz). Possibilité de parking privé payant à l'hôtel. Tél : 05 59 41 76 80. Mail : h6553@accor.com

DÉPART GARANTI À PARTIR DE (PERS.)

6

GROUPE LIMITÉ ENVIRON À (PERS.)

15

NIVEAU

3 à 5 heures par jour avec de faibles dénivelés. Des transferts en minibus relient les points du chemin les plus intéressants et permettent des visites "hors Chemin".

Il est possible de raccourcir certaines étapes de marche et de faire moins de kilomètres en réalisant uniquement une partie de l'itinéraire proposé. Dans ce cas, il faut compter un temps d'attente lié à l'organisation logistique de l'accompagnateur pour récupérer le véhicule. Celui-ci vous indiquera l'endroit le plus approprié pour l'attendre (village, hôtel, bar, etc).

PORTAGE

Vous ne porterez que vos affaires de la journée ; vos bagages seront transportés en véhicule par nos soins.

ENCADREMENT

Par un accompagnateur en montagne diplômé d'éta, spécialiste de la région et sensible aux thématiques du Chemin de Compostelle et de l'histoire.

HÉBERGEMENT

En hôtel 1*, 2** et 3***, en chambre double.

REPAS

Les repas du soir seront pris dans les hébergements, parfois dans des restaurants près des hôtels. Nous prendrons des pique-niques pour le midi ; votre guide amènera de la variété en préparant, lorsque possible (hygiène oblige) des salades fraîches, fruits frais et de produits et fromages locaux.

DÉPLACEMENTS

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

FORFAIT TOUT COMPRIS EXCEPTÉ

Le repas de midi du J14, 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.

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 mais vous pouvez également vous le procurer au départ du Puy-en-Velay. Dans le cas de ce voyage, il sera un beau souvenir. Mais on ne peut pas considérer ce circuit comme un pèlerinage dans le sens propre du terme. Cette randonnée ne donne pas le droit à la " Compostelana ", c'est-à-dire le document donné aux pèlerins par l'évêché de Santiago certifiant la réalisation du Chemin de Compostelle.

PENSEZY

Idées sympas :

N'hésitez pas à amener une spécialité de votre région pour la partager avec le groupe.

Au début du séjour, vous pouvez confectionner une caisse commune qui servira aux pots et achats de groupe.

■ 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 du bus ou d'organisation logistique. Sur les séjours itinérants ou semi-itinérants, limitez également le poids à 10-12 kgs, car l'accès malaisé à certains hébergements pourrait compromettre la livraison des bagages. Evitez 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 VETEMENTS

- 1 chapeau, ou casquette, ou foulard
- 1 bonnet, ou bandeau en polaire et/ou un tour de cou
- 1 paire de gants fins
- 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.
- ou si vous êtes habitués, une paire de chaussures basses type trail.
- 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 (impératif même s'il peut arriver qu'elle ne serve pas)
- 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 subvenir 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 le guide 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")

LE MATÉRIEL FOURNI PAR LA BALAGUÈRE

- le guide est équipé d'une pharmacie de premiers secours mais qui n'est pas destinée à subvenir à vos besoins pour de petits aléas.

AUTRES PRÉCISIONS

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

■ EN SAVOIR PLUS...

BIBLIOGRAPHIE

- « 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
- « Immortelle Randonnée » J-C. Ruffin. Editions Guérin - 2013.

SUR LE WEB

- Association des Amis du Chemin de St Jacques : www.aucoeurduchemin.org
- 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

