



Le Chemin de St Jacques, à pied et en bus, St-Jean-Pied-de-Port à Santiago



Un circuit vraiment extraordinaire à mi-chemin entre le voyage historique et la randonnée douce dans une des parties les plus fascinantes de l'Espagne.

14 jours - 13 nuits - 12 jours de marche

- Départ garanti à partir de 5
- Séjour itinérant
- Sans portage
- Accompagné

Code voyage :
FP1COME



Les points forts

- les visites incluses !
- une longue expérience des chemins de Saint Jacques de Compostelle et du Camino Frances.
- l'arrivée au mythique Finistère.
- le retour par le Camino del Norte.



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

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

Parmi toutes les voies menant vers Compostelle, celle du Camino Frances reste la plus réputée. Nous avons sélectionné les plus belles étapes de ce chemin, que ce soit pour leur paysages ou pour leur intérêt culturel et artistique. Nous les avons mises bout à bout et avons imaginé cette randonnée-découverte de 2 semaines, accompagnée et commentée par un spécialiste. Nous pourrions ainsi prendre un temps que les pèlerins regrettent souvent de ne pas avoir. La Navarre, la Rioja, la Castille, le Leon et la Galice : des terres profondément marquées par le Chemin où les bâtisseurs ont créé de nombreuses cathédrales...

■ PROGRAMME

JOUR 1

Rendez-vous à Pau, transfert. Randonnée en boucle vers le col de Roncevaux et visite de la Collégiale de Roncevaux, la légendaire. Nuit à Roncesvalles ou Zubiri, selon le cas.

Distance : 8km. Dénivelé : + 500m.

JOUR 2

Descente par le chemin sur Pampelune. Visite de la cathédrale de Pampelune et du musée, mais aussi du centre ville, très pittoresque... Transfert et nuit à Puente La Reina, confluence avec le chemin aragonais.

Distance : 15km. Dénivelé : - 200m.

JOUR 3

Le chemin à pied entre Puente La Reina et Estella traverse de très beaux villages seigneuriaux (Mañeru, Cirauqui ...) dans les vastes panoramas de la Navarre. Puis, Estella. Nuit à Estella, l'un des plus beaux villages de la Navarre.

Distance : 23km. Dénivelé : + 400m.

JOUR 4

Transfert dans la Rioja et visite de Santo Domingo de la Calzada qui compte l'une des plus belles cathédrales de la région. Randonnée dans les Montes de Oca jusqu'à San Juan de Ortega et son église tombeau du saint. Visite en fin de journée de la cathédrale de Burgos, chef d'œuvre de l'architecture mondiale. Nuit à Burgos.

Distance : 12km. Dénivelé : + 300m.

JOUR 5

Randonnée de Hornillos del Camino à Castrojeriz, charmant village à la structure romane, perchée sur une colline, dominée par un ancien château. Visite de ce beau village. Nuit à Castrojeriz.

Distance : 20km.

JOUR 6

Randonnée de Castrojeriz à Fromista. Nous traversons la Meseta castillane, le rude paysage de la terre du Cid... L'église de San Martin est une merveille du roman, réplique exacte de la cathédrale de Jaca. Nuit à Fromista.

Distance : 26km. Dénivelé : + 160m.

JOUR 7

Transfert à Leon. Visite de la cathédrale de Leon qui est, avec celle de Burgos, une des plus importantes de l'Espagne. Nuit à Astorga et visite de sa belle cathédrale, impressionnante, et promenade dans les ruelles à la découverte de bâtiments comme celui de Gaudi. Pas de randonnée aujourd'hui.

JOUR 8

Découverte des sauvages montagnes de Leon et leurs beaux hameaux typiques de la Castille. Randonnée dans un des endroits les plus emblématiques du chemin comme la Croix de Fer, Foncebadòn, El Acebo et descente à Molinaseca. Nuit à Villafranca del Bierzo.

Distance : 20km. Dénivelé : + 250m.

JOUR 9

Randonnée d'Ambasmetas à O Cebreiro, village exceptionnel avec les « pallozas », habitat d'origine néolithique avec les toits en chaume, dominant les montagnes. Visite d'O Cebreiro. Transfert et visite de l'élégant monastère de Samos, tout en sobriété. Nuit à Samos ou Sarria.

Distance : 13,5km. Dénivelé : + 500m.

JOUR 10

Randonnée Sarria-Portomarin en traversant la Galice profonde : des petits hameaux avec les greniers typiques et des collines couvertes de forêts fraîches de chênes... Arrivée à Portomarin et visite de son église forteresse. Nuit à Lavacolla.

Distance : 22km. Dénivelé : + 250m.

JOUR 11

Randonnée courte de Lavacolla à Santiago en passant par el « Monte del Gozo », la « montagne de la joie » d'où les pèlerins dominent enfin Santiago. Nous avons le temps de visiter au calme cette belle ville et sa cathédrale, point culminant des pèlerinages, et joyau de l'architecture romane. Nuit à Santiago de Compostela.

Distance : 10km.

JOUR 12

Transfert vers le légendaire Cap Finisterre, la « Fin de la Terre », où les pèlerins se rendaient après Santiago et brûlaient leurs vêtements en signe de purification. Il est situé sur la « Côte de la Mort », déchiquetée et sauvage. Retour et nuit à Santiago de Compostela.

Distance : 12km.

JOUR 13

Dispersion pour ceux qui rentrent en avion après le petit-déjeuner. Retour vers la France pour ceux qui rentrent en minibus Balaguère. La route du retour s'effectuera en suivant la côte cantabrique pour avoir un aperçu du Camino del Norte, avec quelques arrêts sympathiques. Nuit sur la route.

JOUR 14

Dispersion à Pau vers 17h.

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 Pau devant la gare SNCF.

FIN DU SÉJOUR

Dispersion à Pau à partir de 17h le J14 (ou le J13 à Santiago après le petit-déjeuner).

ACCÈS AU LIEU DE RV

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

EN AVION : Aéroport de Pau-Uzein. Une ligne de bus à 1 € relie l'aéroport à la gare de Pau : ligne "Proxilys 20", arrêt Idelis à droite en sortant de l'aérogare ; départs indicatifs de 7h40 à 19h45 toutes les heures (30 min. de trajet). <http://www.pau.aeroport.fr/>
Sinon taxi de l'aéroport à la gare, compter environ 20 €.

EN VOITURE : Pau est accessible de Bordeaux, Toulouse ou Hendaye par l'autoroute A64-Sortie n°10. Accès également possible par routes nationales. 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 gardé Clémenceau-Aragon, Boulevard Aragon - Square Georges V. 64000 Pau. Tél : 05 59 27 05 79 (compter environ 10 €/jour, 50€ 6 jours, 59€ 7 jours). *Pour l'achat de ces forfaits semaine, il faut téléphoner au parking quelques jours avant votre arrivée, afin de connaître les modalités d'achat et de retrait de ces forfaits, car il n'y a pas de guichetier le dimanche.*

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** Adour (<http://www.hotel-adour-pau.com/>), 10 rue Valérie Meunier à Pau. Possibilité de réserver un emplacement de parking de l'hôtel, situé à proximité (au forfait de 4€, selon disponibilité). Tél : 05 59 27 47 41. Mail : contact@hotel-adour-pau.com

DÉPART GARANTI À PARTIR DE (PERS.)

5

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 les 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, refuge, 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'état, spécialiste de la région et sensible aux thématiques culturelles 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, des 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 à Saint Jean Pied de Port. Dans le cas de ce voyage, il sera un beau souvenir. Cependant, ce circuit ne peut être considéré 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 : pour l'obtenir, il est en effet nécessaire de marcher sur la totalité des 100 derniers kilomètres du Chemin.

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 séchent 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.

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 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

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

