



St-Jean-de-Luz Zumaïa, les balcons de l'Atlantique



S'insinuant gracieusement entre les montagnes basques et l'Atlantique, cette traversée nord-sud, superbe, vogue de ports en collines, dans l'intimité de paysages puissants et grandioses...

7 jours - 6 nuits - 6 jours de marche

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

Code voyage :
FP1STZU



Les points forts

- parcours transfrontalier
- l'ambiance et la soirée tapas de San Sebastian



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

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

La douceur légendaire du Pays basque vous attend du printemps à l'automne pour randonner sur les chemins du littoral, le dos des collines et les sentiers de montagne en balcon sur l'océan. Des paysages à la fois doux et puissants, tressés de nuances de vert, de bleu, de baies de sable doré ou de roches étrangement sculptées par le temps. Au fil des pas, la richesse du patrimoine et de l'histoire basque se révèlent. Chaque soir, un port ou un lieu de villégiature en bord de mer : poissons, tapas, pintxos de San Sebastian et autres délicieuses spécialités culinaires basques vous attendent !

■ PROGRAMME

EN GUISE DE PRÉSENTATION

Saint Jean de Luz - Donibane Lohizune (Saint Jean des Marais) s'est développé sur une vaste zone humide à l'embouchure de la Nivelle.

Vers la fin du XIX^e, il subsistait encore un marécage entre la gare construite en 1864 et le Boulevard Victor Hugo. En 1870, la municipalité décide de le remblayer et d'y construire un nouveau quartier. Une halle pour le Grand Marché y est construite, installée depuis des temps sur la Place Royale devenue Place Louis XIV.

Il aura fallu 14 ans pour que la municipalité rachète et remblaie tous les terrains.

Le 9 juin 1660, elle fut le théâtre d'un événement majeur, en célébrant le mariage de Louis XIV et de Marie Thérèse d'Autriche -Infante d'Espagne-, qui était une des clauses du Traité des Pyrénées pour rétablir définitivement la paix entre la France et l'Espagne.

Le port de pêche traditionnel conserve encore une activité dynamique, avec ses nombreux chalutiers multicolores ; la pêche fut toujours capitale pour la ville. Elle fut même très prospère dès le XIV^e grâce aux grandes pêches à la baleine puis à la morue au large de Terre Neuve.

Les guerres européennes du XVI^e siècle -qui entravèrent alors le commerce maritime- furent à l'origine de la mutation de l'activité ; les navires basques furent parmi les premiers à se porter volontaires pour secourir l'état. Leurs bateaux, baleiniers et morutiers, furent équipés en navires de guerre par des armateurs disposant d'une commission royale leur donnant droit d'attaquer tout bâtiment voguant sous pavillon d'un ennemi de la France.

Du port traditionnel partirent alors les corsaires, qui donnèrent leur surnom à la ville : « Cité des Corsaires ». Ils étaient alors considérés comme des militaires et non comme des pirates ; l'acte de guerre est aussi un acte commercial très lucratif qui permet aux familles d'armateurs de s'enrichir.

En 1640, Joannot De Haraneder fait construire la maison Joanoenia, dite Maison de l'Infante ; quelques années plus tard, un autre fait construire la future Maison Louis XIV.

Deux siècles durant, des familles entières vont se distinguer dans le commandement de ces navires corsaires ; beaucoup de rues de St Jean de Luz portent leur nom.

Face aux caprices incessants de l'océan ravageant la ville, Napoléon III fit ériger un ouvrage de protection -digue- qui sert aujourd'hui de promenade au bord de la plage.

Au XIX^e siècle, les Anglais, attirés par la clémence du climat de la côte, furent parmi les premiers « touristes » de St Jean de Luz.

Depuis, la ville de n'a cessé de séduire...

JOUR 1

Mise en jambe littorale **de Bidart à Saint Jean de Luz**. Nuit à la légendaire cité corsaire.

Temps de marche : 3h. Dénivelé : + 250m / - 250m.

JOUR 2

Ciboure et la maison de Ravel, la **Tour Bordagain** à la vue imprenable. Parcours ondoyant sur les collines à travers bois, prés et landes face à la montagne et l'océan. Arrivée à **Hendaye** par la Pointe Ste Anne.

Temps de marche : 5 à 6h. Dénivelé : + 400m / - 400m.

JOUR 3

Navette bateau d'**Hendaye** à **Fontarrabie**, puis balade en boucle superbe vers les roches mystérieusement sculptées du Cap du Figuier, où les Pyrénées plongent dans l'océan. Cette journée permet de découvrir la partie basse et littorale du **Mont Jaizkibel**. Retour à Hendaye.

Temps de marche : 7h. Dénivelé : + 700m / - 700m.

JOUR 4

Petit transfert à l'**ermitage de Guadalupe** sur les flancs du Jaizkibel ; montée à toute crête sur ce dernier pour un parcours en balcon surplombant l'océan de 400m. Descente vers **San Sebastian**, mais avant, courte navette bateau pour rejoindre la presqu'île verdoyante et luxuriante du Monte Ullia pour une arrivée soudaine et incroyable au cœur de la ville. Soirée tapas dans le quartier historique de San Sebastian et sa célèbre **Concha**.

Temps de marche : 6h. Dénivelé : + 500m / - 500m.

JOUR 5

Vue panoramique du **Monte Igueldo** sur la ville et la baie ; parcours en balcon sur l'océan jusqu'à Zarautz.

Temps de marche : 5 à 6h. Dénivelé : + 400m / - 400m.

JOUR 6

Découverte des coteaux et du **vignoble de Txakoli** dominant l'océan, crochet à l'église et phare de Getaria. Arrivée à **Zumaia**. Retour à Zarautz.

Temps de marche : 5h. Dénivelé : + 400m / - 400m.

JOUR 7

Retour en France.

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 la gare de Saint-Jean de Luz.

FIN DU SÉJOUR

Dispersion à 10h à Saint-Jean de Luz.

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.)

5

GROUPE LIMITÉ ENVIRON À (PERS.)

15

NIVEAU

4 à 6 h de marche par jour sur sentier, avec des dénivelés montants de 300 à 500 m maximum.

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 et spécialiste de la région.

HÉBERGEMENT

En chambres double en hôtels** (ou niveau équivalent).

DÉPLACEMENTS

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

De manière exceptionnelle, nous pouvons être amenés à vous solliciter quelques jours ou semaines avant le départ pour utiliser votre véhicule personnel, moyennant une indemnité forfaitaire. Vous n'aurez évidemment aucune obligation d'accepter cette proposition, mais sachez que les personnes transportées et le véhicule utilisé seront assurés « tous risques » par nos soins.

FORFAIT TOUT COMPRIS EXCEPTÉ

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.

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

- Hurel Alexandre, St Jean de Luz, histoire, géographie, pêche... Éditions Pimientos - Urrugne 2003.
- Mémoire en images : St Jean de Luz et Ciboure. Editions Alin Sutton Joué les Tours. 2000.
- Robin Dominique. L'histoire des Pêcheurs Basques au XVIIIème siècle. Elkarlanean Donostia 2002.
- Marie-France Chauvierey, La vie d'autrefois en Pays basque, Éditions Sud Ouest.
- Luçon 1994 (ISBN 2 87901 219 8).

SUR LE WEB

<http://www.saint-jean-de-luz.com>

ADRESSES UTILES

Office du tourisme de St jean de Luz, tel. 05 59 26 03 16.
Conseil Départemental du Tourisme / Tel : 0820 054 064

■ 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

