

PYRENEES

# Le GR10 de St Jean Pied de Port à Lescun – partie 2

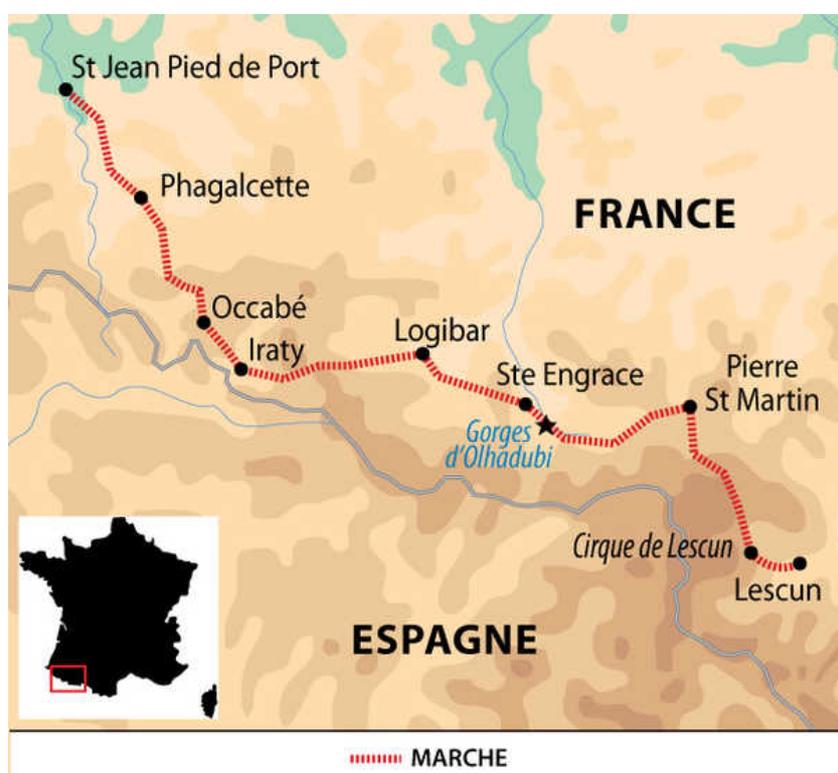
- Culture et nature sur cette portion unique du GR10.
- La ville de St Jean Pied de Port et les cromlechs d'Occabé de la forêt d'Iraty.
- L'impressionnante passerelle d'Holzarte et le splendide cirque de Lescun.
- La possibilité de choisir ce voyage avec assistance bagage pour plus de tranquillité.

À PARTIR DE	<b>420 €</b>
DURÉE	7 jours
TYPE	Voyage en liberté
NIVEAU	
THÉMATIQUE	Randonnée

En suivant le mythique tracé pyrénéen du GR10 traversant des paysages uniques en Europe, vous relierez la côte Atlantique à la côte Méditerranée. Un vrai challenge qui se fait en plusieurs étapes que nous organisons pour vous.

L'itinéraire se poursuit avec une seconde étape, toujours plus à l'Est. Vous quittez les pâturages bucoliques du pays Basque pour rejoindre les abords du Parc National des Pyrénées et ses hauts sommets. Des douces montagnes arrondies, le paysage se transforme au fur à et mesure des journées de randonnée pour prendre un aspect plus rocheux et acéré. Loin de perdre en intérêt, ce voyage est un tournant dans la traversée du GR10. À mi-chemin entre le Pays Basque et le Béarn, vous découvrirez ces 2 régions des Pyrénées Occidentales, aussi atypiques que dépayssantes !

La beauté des paysages, la culture locale omniprésente et l'architecture si atypique de ces deux territoires du sud-ouest, vous marqueront pour longtemps.



# Itinéraire

## JOUR 1

### **St Jean Pied de Port – Phagalcette**

MARCHE : 5H30 | DÉNIVELÉ POSITIF : 850 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 500 M | HÉBERGEMENT : GÎTE | DÉJEUNER : LIBRE

Dans la matinée, vous quittez St Jean Pied de Port, cette petite ville, carrefour du GR10 et du chemin de Compostelle, pour sillonner les petits villages qui jalonnent l'Esterençuby et les premières collines dans un paysage toujours verdoyant, en traversant d'abord le village de Caro, puis la crête de Handiagamendi et enfin le col de Handiague (588m). Une petite heure de descente jusqu'à Esterençuby, au confluent de la Nive et de l'Estéranguibel.

Il faut ensuite remonter un peu pour rejoindre votre hébergement.

## JOUR 2

### **Phagalcette – Occabé – Iraty**

MARCHE : 7H | DÉNIVELÉ POSITIF : 1350 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 740 M | HÉBERGEMENT : GÎTE | DÉJEUNER : LIBRE

C'est une longue journée de marche qui vous attend aujourd'hui. Vous randonnez entre cols, forêts et prairies et prenez de l'altitude. Vous rejoignez la plus grande hêtraie d'Europe et découvrez alors un haut lieu de tombes protohistoriques, le site d'Occabé et ses magnifiques cercles de pierre datant de 2 000 à 3 000 ans av J-C. Vous pouvez prendre le temps d'admirer ces vestiges avant de parcourir la forêt d'Iraty où vous passez la nuit.

NB: hors juillet-août, le restaurant du gîte est fermé le lundi donc les dîners sont impossibles à réserver. Vous pourrez dîner dans un autre restaurant à proximité.

## JOUR 3

### **Iraty – Logibar**

MARCHE : 6H | DÉNIVELÉ POSITIF : 600 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 1380 M | HÉBERGEMENT : GÎTE | DÉJEUNER : LIBRE

Vous partez des chalets d'Iraty pour une très belle journée de marche. Vous entamez la randonnée par monter sur les flancs du Pic des Escaliers avant de traverser plusieurs cols. Les panoramas de part et d'autre sont sublimes ! Après un petit passage ombragé dans les bois d'Etchely, vous descendez dans la vallée de Larrau pour rejoindre Logibar, petit hameau au coeur des canyons de la Haute Soule. Vous êtes toujours en pays Basque mais les paysages se font plus montagneux .

## JOUR 4

### **Logibar – Gorges d'Olhadubi – Sainte Engrâce**

MARCHE : 7H30 | DÉNIVELÉ POSITIF : 1300 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 1100 M | HÉBERGEMENT : GÎTE | DÉJEUNER : LIBRE

Aujourd'hui, vous commencez votre journée par les canyons du Pays Basque avec l'impressionnante passerelle d'Holzarte. Mais votre randonnée ne s'arrête pas là, et se poursuit au-delà de la passerelle pour faire le tour des gorges d'Olhadubi, offrant de très jolies vues. Le chemin se poursuit entre plateaux et forêts, dominant les gorges de Kakoueta avant d'arriver à Sainte Engrâce pour une nuit bien reposante.

Selon les conditions d'accueil, la passerelle et donc les gorges peuvent être inaccessibles. Dans ce cas, une variante vous est proposée dans votre carnet de voyage!

## JOUR 5

### **Sainte Engrâce – Pierre St Martin**

MARCHE : 5H | DÉNIVELÉ POSITIF : 1100 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 150 M | HÉBERGEMENT : REFUGE | DÉJEUNER : LIBRE

Entre ravins, gorges et défilés, cette étape n'aura de cesse de vous impressionner. Vos pas vous conduiront jusqu'à la Pierre St Martin, belle station vivante. Ce site est aussi connu pour son lapiaz, cette formation géologique très artistique créée par le ruissellement des eaux de pluie. Il s'agit là d'un des plus grands lapiaz de France!

Toutefois, vous n'y restez pas et montez plus au calme, au refuge de Jeandel où il n'est pas rare de partager les pâturages avec les centaines de brebis qui les parsèment.

## JOUR 6

### **Pierre St Martin – cirque de Lescun – Lescun**

MARCHE : 5H30 | DÉNIVELÉ POSITIF : 550 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 1100 M | HÉBERGEMENT : GÎTE | DÉJEUNER : LIBRE

Votre sentier traverse les Arres de Camplong, un champ de lapiaz. Il s'enfonce et serpente entre blocs et pins à crochets jusqu'à monter jusqu'au pas de l'Osque à 1922 m. S'en suit une superbe descente jusqu'à Labéroutat où l'on ne peut que constater la beauté de la vallée d'Aspe. La randonnée se termine en apothéose au splendide cirque de Lescun. Vous y passez la dernière nuit du séjour.

○ **JOUR 7**  
**Lescun**

DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Fin de ce second tronçon après le petit déjeuner.

Vous pouvez prendre le temps de randonner dans le cirque avant de quitter le massif des Pyrénées.

Possibilité de réserver le transfert retour entre Lescun et St Jean Pied de Port (rubrique Prix-Option)

# Budget

(informations au 28/04/2024)

PÉRIODE RÉALISABLE : JUIN À SEPTEMBRE

## PRIX A PARTIR DE, DES 01/05/2024

### Du 15 MAI au 30 SEPTEMBRE

#### Avec assistance bagage :

Prix base 2 personnes : 580 euros par personne

Prix base 3 personnes : 570 euros par personne

Prix base 4 personnes : 540 euros par personne

#### Sans assistance bagage :

Prix base 2 personnes : 440 euros par personne

Prix base 3 personnes : 430 euros par personne

Prix base 4 personnes : 420 euros par personne

## ✓ LE PRIX COMPREND

- 6 nuits en gîte et en refuge (dortoir)
- 6 petit-déjeuners du J2 au J7
- 6 dîners du J1 au J6
- Le transport des bagages si vous avez choisi cette option
- Le carnet de route complet

## LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne
- L'acheminement jusqu'au lieu de rendez-vous
- Le retour à St Jean Pied de Port à la fin du voyage

### **À payer sur place :**

- Les déjeuners
- Les boissons
- Les entrées pour les visites de sites
- Les dépenses personnelles

## ASSURANCES AU CHOIX

- **Assurance multirisque** : 4,1 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque avec extension épidémie** : 5,1 % du voyage par personne
- **Assurance premium (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.)** : 5 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque premium avec extension épidémie (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.)** : 6,1 % du voyage par personne

Pour ce voyage, nous vous recommandons notre assurance multirisque, spécialement étudiée pour le voyage d'aventure.

## VOYAGE EN TRAIN

Nos prix sont calculés hors acheminement. Les points de rendez-vous et de départ de chaque voyage sont indiqués sur votre itinéraire.

Mais rassurez-vous, nous pouvons réserver vos trains pour vous simplifier la vie :

- Une proposition à la carte (choix du plan de transport, de la compagnie, de la gare de départ, etc.).
- La transparence sur le prix du billet.
- Le tout pour un forfait fixe de 40 € / personne.

## OPTIONS

Supplément pour un transfert retour de Lescun à St Jean Pied de Port : 260 euros (pouvant accueillir jusqu'à 1 à 4 personnes)



# Détail du voyage

## NIVEAU

Pour bons marcheurs, pratiquant déjà la randonnée, avec des dénivelés positifs de 600 à 1350 m. Étapes de 5 à 7h30 de marche environ, sur sentier bien tracé et entretenu en montagne, avec quelques passages en crêtes, mais en règle générale aucune technique, ni difficulté sur le circuit. Si toutefois le temps venait à se gâter, il existe nombres de variantes sur ce tronçon, qui contournent les sommets et qui évitent donc les passages avec du vide !

## ENCADREMENT

Séjour sans accompagnateur avec **carnet de route** version papier (envoyé avant le départ).

Un dossier est fourni par groupe de 2 à 5 personnes, il vous sera envoyé environ 1 mois avant votre départ.

Ce dossier comprend :

- Les cartes IGN prêtées avec l'itinéraire surligné
- Un carnet de randonnée rédigé par nos soins
- La feuille de route avec la liste des hébergements
- Les informations complémentaires nécessaires au bon déroulement du voyage
- Les vouchers

Ce circuit s'effectue sans accompagnateur et sous votre propre responsabilité. Nous vous fournissons toutes les indications nécessaires au bon déroulement de votre circuit, mais nous ne pouvons en aucun cas être responsable d'une erreur d'itinéraire ou d'un départ trop tardif le matin qui pourrait poser des problèmes pour arriver à l'étape suivante. De plus, il vous faut savoir vous servir d'une boussole et d'un altimètre, pour vous orienter, s'il fallait faire le point !

## ALIMENTATION

Les petit-déjeuners sont inclus du J2 au J7.

Les dîners sont inclus du J1 au J6.

NB: hors juillet-août, le restaurant du gîte du J2 est fermé le lundi donc les dîners sont impossibles à réserver. Vous pourrez dîner dans un autre restaurant à proximité.

Les repas du midi ne sont pas compris. Lors du trek, vous pouvez les réserver au gîte tous les soirs pour le déjeuner du lendemain.

## HÉBERGEMENT

En gîte, vous dormez en dortoir de 4 à 8 personnes avec sanitaire sur le palier.

Une nuit est prévue en refuge où il n'y a pas de salle de bain mais un point d'eau est à disposition.

## HEURE ET LIEU DE RENDEZ-VOUS

J1, dans la matinée vers 09h00 à St Jean Pied de Port.

## DISPERSION

J7, après le petit déjeuner à Lescun.

## SE LOGER AVANT OU APRÈS LE CIRCUIT

Consulter l'onglet **prix - option**

## PARKING PENDANT LE CIRCUIT

Il n'existe pas de parkings surveillés à St Jean Pied de Port. Possibilité de garer votre véhicule dans le village ou voir avec directement votre hébergement si vous arrivez la veille.

Parkings à Lescun : pas de parking gardé. De toute façon, il est important de vous renseigner auprès de la mairie, afin de savoir s'il n'y aura pas de manifestations durant votre séjour.

Mairie : <https://www.st-jean-pied-de-port.fr/decouvrir/ou-stationner/>

## DÉPLACEMENT

Vous avez le choix entre une formule avec ou sans assistance portage.

Si vous prenez l'assistance bagage, alors, vous retrouvez tous les soirs, votre sac de voyage à l'étape suivante.

# Equipement

## VÊTEMENTS À PRÉVOIR

La liste idéale : (à adapter suivant la randonnée et la saison)

- Chapeau de soleil ou casquette
- Foulard
- T-shirts manches courtes en matière respirante de préférence (1 pour 2 à 3 jours de marche)
- Sous-pull à manches longues en matière respirante ou une chemise
- Veste en fourrure polaire
- Veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex avec capuche
- Cape de pluie ou un sursac si vous possédez la veste ci-dessus
- Pantalon de trekking ample
- Short ou bermuda
- Chaussettes de marche (1 paire pour 2 à 3 jours de marche) Privilégier la laine ou les chaussettes spécifiques randonnée. Attention au coton pour les ampoules
- Paire de chaussures de randonnée montantes tenant bien la cheville et imperméables à semelle type Vibram. Pensez à « tester » auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps
- Des sous-vêtements
- aillot de bain (facultatif)
- Pantalon confortable pour le soir
- Paire de chaussures de détente légères pour le soir.

En début et en fin de saison (juin et septembre), il peut être utile d'avoir en plus guêtres, gants et bonnet.

## EQUIPEMENT À PRÉVOIR

Pas de duvet nécessaire, juste un drap ou « sac à viande », il y a assez de couvertures dans les dortoirs des gîtes et du refuge.

- Protection contre le soleil (crème solaire, stick pour lèvres)
- Couteau, gobelet et couvert personnels pour les repas du midi, en option
- Une gourde (au minimum 1,5 litre)
- Une paire de lacets de rechange
- Lampe frontale
- Bouchons d'oreilles
- Boussole
- Jumelles
- Trousse de toilettes complète

## **BAGAGES**

Si vous choisissez la formule avec assistance portage :

- Un sac de voyage contenant vos affaires personnelles de la semaine
- Un petit sac à dos (35 à 40L idéalement) qui contiendra les affaires de la journée: gourde, appareil photo, cape de pluie, vêtements chauds et pique-niques de midi.

Si vous choisissez la formule sans assistance bagage :

- Un grand sac à dos de 80 litres.

## **PHARMACIE**

Dans votre pharmacie :

- 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")

# Formalités & santé

## PASSEPORT

Oui

## VISA

Non

## CARTE D'IDENTITÉ

Oui

## VACCINS

Non

## RECOMMANDATIONS SANITAIRES

Non