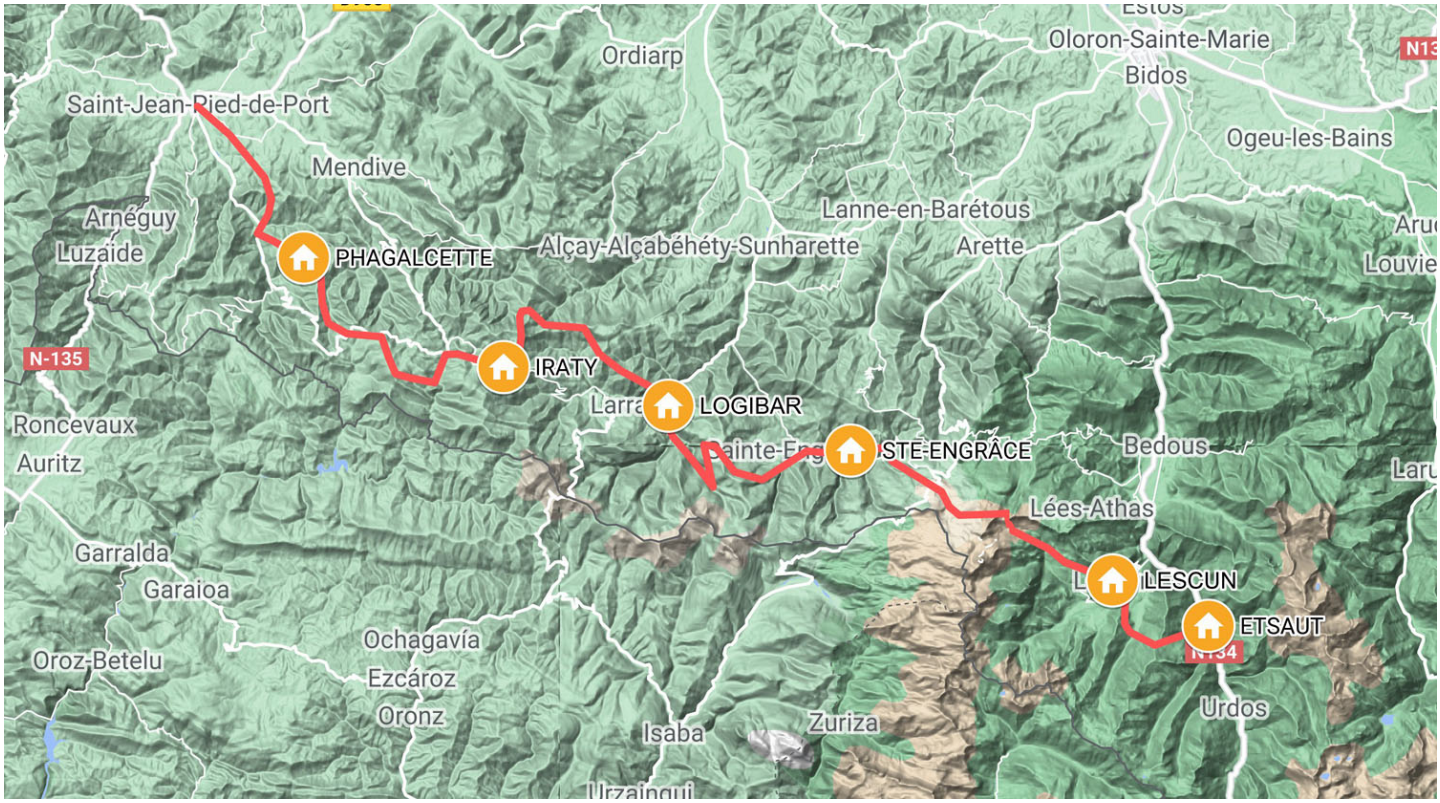
GR 10 : St-Jean-Pied-de-Port - Etsaut

2e partie, du Pays Basque au Béarn

FICHE TECHNIQUE 2024 I randonnée itinérante liberté I 7 jours, 6 nuits, 6 jours de marche

Votre itinérance toujours en quête d'orient (et peut-être de Méditerranée ?) vous fera croiser un autre périple au long cours, riches de nombreux excursionnistes : le « St Jacques » au niveau de Garazi, la cité rouge, basque et historique de la Basse-Navarre. Les mamelons et douces vallées vont faire place à la plus haute montagne et aux canyons secrets entaillés par l'usure de l'eau au fil des millions d'années de sape. Et les 1 500 m seront à plusieurs reprises franchis, cols d'altitude parmi les sommets aux allures déjà de haute montagne, tels l'Orhy, l'Anie ou le Billare... Arrivés en Béarn, le Parc National des Pyrénées sera tout proche... Pour voir s'élever vos futures aventures !

Pour cette partie, nous avons délibérément choisi de vous proposer de marcher TOUS les kilomètres du GR 10.
En vrais « PURISTES » du GR 10 !
Les hébergements aux "bons endroits" pouvant quelquefois faire défaut, il reste tout à fait possible d'adapter certaines étapes jugées trop longues et/ou difficiles grâce à un transfert routier (sous réserve d'accessibilité). Contactez nous pour adapter votre programme sur-mesure.



Itinéraires donnés à titre indicatif.

PROGRAMME JOUR PAR JOUR

Jour 1 : De Garazi (Saint Jean Pied de Port) à Phagalcette

Après la « rouge » Garazi, ancienne capitale de la Basse-Navarre, vous aborderez une double ascension en balcon au-dessus de la vallée de la Nive (aussi appelée le Béhérobie) tout en picorant des villages au bâti bien typique... basque. Tantôt au fil des crêtes de

Handiamendi, tantôt le long des montagnes d'Errékartéa, vous rejoindrez le hameau bien perché de Phagalcette (nuit en gîte) ou le village d'Estérençuby (nuit en chambre).
Dénivelé : + 900 m, - 420 m / Distance : 16 km / Durée : 5 h 30

Jour 2 : De Phagalcette à Iraty

Cette journée s'effectue toujours majoritairement en balcon très panoramique, mais plus en altitude. Cette fois, les 1000 m sont très allègrement franchis, pas encore à Ithurramburu, mais vraiment au passage des curieux cromlechs d'Occabé (1433 m). La seconde partie de l'étape nous fait traverser puis dormir au cœur de la forêt d'Iraty, dite plus grande hêtraie d'Europe avec ses 17 200 hectares ! Nuit en gite (ou chambre).
Dénivelé : + 1 420 m, - 730 m / Distance : 21 km / Durée : 6 h 30

Jour 3 : D'Iraty à Logibar

Curieusement, vous commencerez l'étape vers le nord-ouest, à contresens presque de la direction future (?) vers la Méditerranée bien à l'est elle, mais c'est pour mieux franchir le col de « Lepo Chipia » nous délivrant de somptueux paysages sur la « haute » chaîne basque : son toit (pic d'Orhy 2 017 m) ainsi que son voisin pyramidal du pic d'Anie (2 504 m) sont là tout proches. Une grande descente chevauchant la crête d'estives et de fougères à droite (et au sud) ou très boisée à gauche (Etchélu au nord) vous fait rejoindre le fond de vallée tout près du gave de Larrau. Nuit en gite (ou chambre).
Dénivelé : + 350 m, - 1 300 m / Distance : 17 km / Durée : 5 h 15

Une version plus courte nommée GR 10 variante est possible en cas de mauvais temps l'étape devient :
Dénivelé : + 150 m, - 1 100 m / Distance : 11 km / Durée : 3 h 15

Jour 4 : De Logibar à Senta

D'un canyon à l'autre, où cette étape pourrait s'appeler la journée du vertige... mais en toute sécurité : vous traverserez Holzarté grâce à sa fameuse passerelle refaite, puis après une belle ascension au-dessus du canyon, tout en « picorant » de multiples cayolars, voici le col d'Anhaou (1 383 m). Belle descente en balcon sur le canyon de Kakouetta pour rejoindre la curieuse église romane de Ste Engrâce. Nuit en gite.
Dénivelé : + 1 250 m, - 980 m / Distance : 22 km / Durée : 6 h 30

Jour 5 : De Senta à Lescun

Une matinée, toute en élévation, d'abord dans des forêts épaisses, puis parmi les frais pâturages d'altitude jusqu'à la plus occidentale des stations pyrénéennes : Arette-la-Pierre-St Martin. Elle marque la fin du pays basque et l'entrée en Béarn. Ce sont les premiers contacts avec la haute montagne : les deux heures suivantes se déroulent à l'altitude moyenne de 1800 m, sous les cimes protectrices du Countendé 2338 m) et du Billare (2309 m). Arrivée solennelle dans le cirque et le village pastoral de Lescun, grandiose avec ses grandes aiguilles de calcaire et ses « orgues » de Camplong. Nuit en gite (ou chambre).
Dénivelé : + 1 400 m, - 1 170 m / Distance : 26 km / Durée : 7 h 45

Pour raccourcir l'étape, un transfert taxi est possible le matin (nous consulter) à la Pierre St Martin *(on a alors : dénivelé : + 300 m, - 1100 m, distance : 14 km et durée : 4 h 15)*

Jour 6 : De Lescun à Etsaut

Une traversée alternant balcons et mamelons au milieu des « bordes » abandonnées ou encore bien vivantes vous amènera après le plateau de l'Hers au pied de la dernière grande montée de cette semaine : l'ascension du Col de Barrancq, Très large panorama. Puis la descente vertigineuse de prime abord nous amène doucement aux abords du gave d'Aspe ... à Etsaut (ou Borce). Nuit en gite (ou chambre).
Dénivelé : + 850 m, - 1 130 m / Distance : 16 km / Durée : 5 h 15

Jour 7 : fin du séjour à Etsaut après le petit-déjeuner

▸ Nota bene
La durée est donnée à titre indicatif et correspond aux heures effectives de marche (hors pauses).

ACCÈS

Début du séjour : le jour 1 à 9 h à St Jean-pied-de-port (64) à la gare SNCF ; ou départ directement à pied de votre hébergement de la veille à St Jean-pied-de-port si vous nous en avez prévenu, aussi pour le transport des bagages.

Fin du séjour : à Etsaut (64), après le petit déjeuner.

Arriver sur place :

- En train : gare d'accueil Saint Jean Pied de Port (64), accessible via la gare de Bayonne (64). Horaires et tarifs : www.voyages-sncf.com.
- Par la route : Autoroute A 63 : Paris - Madrid Sortie Bayonne puis 50 km (D 932) /Autoroute A 64 : Méditerranée, Toulouse Sortie Salies de Béarn puis 60 km (D 933)/Autoroutes A15 A 63 : Pampelune Sortie Bayonne puis 50 km (D 932).

Arriver la veille :

Réservation à l'avance par vos soins dans l'un des nombreux hébergements à St-Jean-Pied-de-Port. Nous prévenir de votre lieu d'hébergement si vous êtes arrivés la veille pour pouvoir récupérer vos bagages.

Parking véhicule :

- Parkings à St-Jean-Pied-de-port : pas de parking gardé. Possibilité de garer le véhicule dans le village ou voir avec votre hébergement si arrivée la veille.
- Parkings à Etsaut : pas de parking gardé. Place de l'Eglise, en face de la Mairie.

Si vous laissez votre véhicule durant toute la durée de votre séjour merci de vous renseigner auprès de l'office du tourisme pour savoir si des manifestations (fêtes, marchés…) seront organisées sur votre lieu de stationnement.

Comment rejoindre St Jean Pied de Port depuis Etsaut :

Bus de Etsaut à Bedous, puis train jusqu'à Pau, puis train jusqu'à Bayonne et enfin train de Bayonne à St Jean Pied de Port.
Contacter la SNCF au 36.35, appel direct ou www.ter-sncf.com pour confirmation des horaires.

Il est fortement conseillé de vous rendre en train sur votre séjour pour éviter les retours au point de départ pour récupérer votre véhicule, car les trajets peuvent s'avérer très longs et mal desservis ou bien coûteux si vous choisissez de revenir en taxi.

Si vous choisissez de venir en voiture, nous vous conseillons de stationner votre véhicule au point d'arrivée du séjour et de rejoindre le point de départ la veille du début du séjour. Vous aurez ainsi le temps de faire le trajet et vous ne serez pas fatigués par votre semaine de randonnée.

HÉBERGEMENT & REPAS

Demi-pension en dortoir commun en gîte d'étape les 6 nuits. Prévoir un drap de sac (couvertures fournies).

VERSION CONFORT (avec supplément, à réserver à l'inscription, dans la limite des places disponibles)
1 nuit en dortoir commun en gite d'étape le jour 4. Prévoir un drap de sac (couvertures fournies).
3 nuits en chambre d'hôtes ou en hôtel 2** les jours 1, 3 et 6.
2 nuits en chambre en gite les jours 2 et 5

Nuit en gîte d'étape
C'est dans de petits dortoirs que vous dormirez, équipés de matelas, couvertures et oreillers. Ce que le gîte perd en confort, il le gagne en chaleur, en ambiance familiale et en convivialité. Soirées animées en perspective… Le linge de toilette n'est pas fourni.

Séjour en demi-pension (dîner + petit-déjeuner). Les boissons et les repas de midi ne sont pas compris. Selon les parcours, vous pourrez soit déjeuner le long du chemin, soit vous ravitailler dans la journée ou le soir à l'étape, soit commander des pique-niques auprès de vos hôtes. Les repas du soir sont la plupart du temps composés du menu du jour (pas de choix de menu). Les chiens ne sont pas acceptés.

Les coordonnées des hébergements vous seront fournies avec votre dossier de voyage.

NIVEAU 3/5

En moyenne chaque jour : 1 000 m de dénivelé positif et 6 heures de marche effectives. Rythme de montée : 300 m dénivelé à l'heure.
Terrain : randonnées sur bons sentiers, le terrain est varié mais souvent rocheux.

Dénivelé positif maximum : + 1 400 m
Dénivelé total en montée : + 6 170 m
Dénivelé total en descente : - 5 730 m
Altitude mini / maxi de passage : 160 m / 1 922 m

Détail	Jour 1	Jour 2	Jour 3	Jour 4	Jour 5	Jour 6	Jour 7
Dénivelé montée	+900m	+1420m	+350m	+1250m	+1400m ou +300m	+850m	
Dénivelé descente	-420m	-730m	-1300m	-980m	-1170m ou -1100m	-1130m	
Durée de marche*	5h30	6h30	5h15	6h30	7h45 ou 4h15	5h15	
Distance	16km	21km	17km	22km	26km ou 14 km	16km	

Cet itinéraire s'effectue sans accompagnateur et sous votre propre responsabilité. Nous vous fournissons toutes les indications et la logistique nécessaires au bon déroulement de votre randonnée. Vous devez être capable d'autonomie en jugeant de vos forces et en appréciant des situations inattendues (fatigue, météo, présence d'animaux, modification du terrain, etc.).
Nous déclinons toute responsabilité en cas d'erreur de votre part concernant l'orientation (erreur ou changement d'itinéraire) ou la gestion du temps (départ trop tardif le matin, pause pique-nique trop longue).

PORTAGE & TRANSPORT DES BAGAGES

Durant la randonnée, portage uniquement de vos affaires personnelles pour la journée de marche (pique-nique, eau ...). Prévoir un bagage suiveur facilement transportable (voir nos conseils sur l'équipement). Sauf si vous avez choisi la REDUCTION BAROUDEURS portage par vos soins auquel cas vous porterez toutes vos affaires d'une étape à une autre.

Pour organiser au mieux la logistique nous vous prions d'indiquer sur vos bagages (étiquettes fournies) le nom de la personne responsable du groupe (qui a réservé la randonnée).

REDUCTION BAROUDEURS portage par vos soins.
Nous vous proposons une réduction séjour sans portage des bagages par notre agence, de ce fait vous porterez vos bagages vous-même d'étapes en étapes, pas de transport en taxi sauf pour les transferts. La réduction n'est valable que dans le cas où tous les participants de la réservation en ont fait la demande.

TRANSFERTS

AUCUN TRANSFERT.
Sauf vous avez choisi la formule « confort » en chambre : transfert inclus le jour 2 : à 8 h 30 d'Estérençuby à Phagalcette

Et en option : transfert possible uniquement si la demande est faite à la réservation :
le Jour 5 : à 8 h 30 de Senta à la Pierre St Martin. Ce transfert peut être organisé pour raccourcir une étape trop longue.

Nous attirons votre attention sur le fait que le port de la ceinture de sécurité est obligatoire à l'avant comme à l'arrière dans tous les véhicules que vous emprunterez au cours du séjour, lorsqu'ils en sont équipés. En vous inscrivant, vous vous engagez à respecter cette obligation. La responsabilité de Randonades ne saurait être retenue en cas de dommage(s) corporel(s) et/ou matériel(s) s'il s'avérait que cette disposition n'était pas respectée de votre fait.

DOSSIER DE VOYAGE

Trois semaines avant le départ (et après réception du solde de votre séjour), nous vous fournirons le dossier de voyage comprenant la liste des hébergements, des étiquettes pour vos bagages, un topo-guide descriptif du parcours, une cartographie précise et, sur demande, les traces GPS du parcours (format .gpx).
> Pour l'envoi du dossier de voyage hors France métropolitaine, prévoir un supplément (dépendant de la destination).
> Si vous souhaitez recevoir des dossiers de voyage supplémentaires (+ 25€ par dossier), la demande doit être faite à l'inscription.

Les itinéraires et les topo-guides sont régulièrement vérifiés et mis à jour. Cependant, l'itinéraire traverse des zones où les conséquences de l'activité humaine et/ou d'événements climatiques peuvent modifier significativement son tracé. À votre retour, nous vous serions reconnaissants de nous mentionner les changements ou imprécisions relevés sur le terrain.

> *Pour ce circuit, nous fournissons le topo-guide de la Fédération Française de Randonnée Pédestre. L'itinéraire du GR est bien stabilisé et balisé, ainsi sa description ne requiert pas autant de détails que pour des parcours hors GR.*
> *Cependant, nos avons appliqué nos estimations de temps de marche, en respectant notre échelle de niveau. Ainsi, on observe parfois des différences significatives entre les temps de marche du topo et notre estimation.*

DATES & PRIX

Départ possible tous les jours du 1er juin au 30 septembre. Inscription à partir de 2 personnes.

Avec transfert des bagages

Pour 2 à 3 personnes :	595 €/pers.
Pour 4 personnes :	535 €/pers.
Pour 5 personnes :	520 €/pers.
Pour 6 personnes :	495 €/pers.
Pour 7 à 8 personnes :	475 €/pers.

Option baroudeur (portage des sacs par vos soins)

Pour 2 à 3 personnes :	450 €/pers.
Pour 4 personnes :	435 €/pers.
Pour 5 personnes :	430 €/pers.
Pour 6 personnes :	420 €/pers.
Pour 7 à 8 personnes :	405 €/pers.

Suppléments/réductions :

- Version confort : comprend 5 nuits en chambre et un transfert taxi le jour 2 de Estérençuby à Phagalcette : 140 €/pers (base double, twin ou triple)
- Supplément chambre individuelle pour 5 nuits : 175 €/pers
- Supplément transfert jour 5 taxi de Senta à La Pierre, en option : + 70 € pour un groupe de 1 à 6 personnes
- Supplément transfert retour en taxi de 1 à 6 pers d'Etsaut à St Jean Pied de Port : nous consulter

Le cas échéant, veuillez nous préciser à l'inscription si plusieurs dates de départ sont possibles ; ceci au cas où un ou plusieurs hébergements seraient complets aux dates retenues. Afin d'organiser au mieux votre séjour, nous vous conseillons de vous inscrire le plus tôt possible ; certains hébergements peuvent être complets parfois plusieurs mois à l'avance.

Le prix comprend :

- Frais d'inscription et d'organisation
- Hébergement en demi-pension
- Transport des bagages
- Dossier de voyage pour 2 à 4 personnes avec cartes, topoguide, traces GPS (dossier supplémentaire 25€).

Le prix ne comprend pas :

- Acheminement jusqu'aux lieux de rendez-vous et de séparation
- Pique-niques
- Boissons pendant et en dehors des repas
- Envoi du dossier de voyage hors France métropolitaine
- Visites
- Assurances
- Tout ce qui n'est pas mentionné dans "le prix comprend"

ÉQUIPEMENT À PRÉVOIR

Le bagage suiveur

Pour les affaires qui suivent entre les hébergements, prévoir un seul bagage suiveur (sac souple de 10 kg maximum) par personne en évitant les valises rigides autant que possible.

Le couchage en dortoir

- Drap de sac ou drap cousu type "sac à viande" (couvertures fournies)
- Nécessaire de toilette, serviette
- Bouchons d'oreille
- Lampe de poche ou frontale

Le sac à dos

Pour les affaires de la journée (+/- 30 litres).

- Fond de sac (vêtement de pluie, vêtement chaud, lunettes de soleil, crème solaire, trousse à pharmacie, nécessaire de pique-nique)
- Pique-nique du jour et de l'eau en quantité suffisante
- Affaires personnelles (papiers d'identité, carte européenne d'assurance maladie pour les circuits en Espagne et en Andorre, guide faune et flore, appareil photo, etc.)
- Pour les circuits liberté, dossier de voyage avec cartes, topo-guide, boussole, téléphone portable (batterie chargée), coordonnées des hébergements, numéro d'urgence.

Le pique-nique

- Gobelet ou quart
- Une boîte hermétique en plastique (environ 0,8 l)
- Couverts légers (fourchette, couteau pliant)
- Gourde (1,5 l minimum) ou poche à eau selon votre préférence

Les chaussures

C'est l'un des éléments les plus importants. Elles doivent être avant tout confortables, imperméables et respirantes. Un bon maintien de la cheville est indispensable. Si vous devez acheter une nouvelle paire, nous vous conseillons d'essayer vos chaussures avant de commencer votre séjour. Ne prenez pas une pointure trop petite, car vos pieds auront tendance à gonfler pendant la marche. Prévoir des chaussures à tiges

hautes, avec une semelle de type Vibram avec une bonne accroche. Attention à vos chaussures restées trop longtemps dans un placard, au bout d'un certain temps les semelles se décollent et les coutures peuvent se déchirer.

Les vêtements et équipement spécifiques pour la randonnée

- Veste coupe-vent imperméable (type goretex) ou cape de pluie
- Vêtement chaud (veste polaire ou pull)
- Pantalon pour la marche, short, tee-shirt (privilégiez des matières respirantes)
- Protection solaire (lunettes, chapeau ou casquette, crème, stick à lèvres)
- Gants fins et bonnet
- Mini-pharmacie : médicaments personnels, compeed pour les ampoules, élastoplaste, gaze, désinfectant, antalgique, biafine, arnica (crème ou granules), une couverture de survie…

Et pourquoi pas :

- Bâtons de marche télescopiques qui favorisent la stabilité et soulagent les articulations
- Guêtres ou "stop-tout" très efficaces par temps de pluie ou simplement dans l'herbe humide

ADRESSES ET NUMÉROS UTILES

- Office du Tourisme de la Vallée d'aspe : 64490 Bedous - Tel : 05 59 34 57 57 ; info@tourisme-aspe.com
- Parc National des Pyrénées : à Etsaut, tél: 05 59 34 88 30 ; www.parc-pyrenees.com
- Météo locale : 08 99 71 02 64
- Secours en montagne : PGHM d'Oloron - Tel : 05 59 39 86 22 / Secours: 112

CONSEILS DE LECTURE

- *Dictionnaire des Pyrénées* de André Levy
- *Les Pyrénées* de Claude Dendaletche
- *La grande flore illustrée des Pyrénées* de Marcel Saule
- *L'irréductible phénomène basque* de Philippe Oyhamburu
- *Légendes et récits populaires du Pays Basque* de J.-F. Cerquand
- *Artzainak* de Jacques Blot
- *Histoire du peuple basque* de M. Davant
- *Histoire générale du Pays Basque* de M. Goyhenteche
- *Pays de Soule* Ikhertzaleak
- *L'ours et les brebis, Mémoires d'un berger transhumant* de Etienne Lamazou

Pyrénées Magazine, GR10, nos plus belles étapes, n°92 mars-avril
Guide vert Pyrénées Aquitaine, éd. Michelin
Guide Bleu, éd. Hachette
Chemins du Piémont n 1 G. Véron
L'épopée des Cimes, Bellefon, Ed. Alpes Pyrénées

CONDITIONS D'ANNULATION

Si vous êtes dans l'obligation d'annuler votre voyage avant son commencement (date de départ), vous devez en informer dès que possible Randonades et l'assureur (si assuré) par tout moyen écrit permettant d'obtenir un accusé de réception. C'est la date d'émission de l'écrit qui sera retenue comme date d'annulation pour facturer les frais d'annulation. Important : l'assureur appréciera, sur la base des documents que vous lui communiquerez directement, la date du fait générateur à l'origine de l'annulation de votre voyage pour vous rembourser les frais d'annulation.
L'annulation de voyage ne dispense pas du paiement intégral du prix du séjour ; toute procédure de remboursement par l'assurance ne peut être entamée qu'à cette condition.

En cas d'annulation, il sera fait application des dispositions énoncées au présent article et du barème suivant (hors primes d'assurances) :

– à plus de 60 jours du départ : 15 % du prix total du séjour ;
– de 60 à 31 jours du départ : 25 % du prix total du séjour ;
– de 30 à 21 jours : 30 % du prix total du séjour ;
– de 20 à 14 jours : 55 % du prix total du séjour ;
– de 13 à 8 jours : 70 % du prix total du séjour ;
– de 7 à 2 jours du départ : 75 % du prix total du séjour ;
– la veille ou le jour 1 du séjour : 100 % du prix total du séjour.

En cas d'annulation, quelle qu'en soit la raison, les frais extérieurs au séjour souscrit chez Randonades et engagés par le ou les voyageur(s) tels que frais de transport jusqu'au lieu de départ du voyage et retour au domicile, documents de voyages, ne pourront faire l'objet d'un quelconque remboursement.

L'abandon de votre part au cours de la randonnée ne donne droit à aucun remboursement. Lors d'une inscription à plusieurs : en cas d'annulation de la personne avec laquelle vous deviez partager une chambre (et de non remplacement par une autre personne), le supplément chambre individuelle vous sera facturé.
Les primes d'assurances ne sont jamais remboursables.

MODIFICATIONS DE RÉSERVATION

Après l'inscription et avant la date de départ, toute demande de modification de prestations (ajouts ou retraits, prestations supplémentaires, choix d'option, régime alimentaire, changement d'hébergement…), ne peut intervenir qu'avec l'accord préalable de Randonades et le paiement des frais induits avec un minimum de 50€ de frais de dossier.

ASSURANCES

À l'inscription, vous pouvez souscrire à une assurance optionnelle facultative (assistance/rapatriement, annulation, interruption de séjour) qui s'ajoute au prix du séjour ; conditions générales des contrats sur demande ou consultables sur notre site internet www.randonades.com. Cette assurance ne peut prendre effet qu'après le paiement intégral du séjour. La souscription est accessible à tous les résidents européens.

L'assurance annulation

Comprend le remboursement des sommes retenues en cas d'annulation de voyage justifiée avant le départ.

L'assurance assistance / rapatriement

Comprend l'assistance aux personnes en cas de maladie ou d'accident pendant le séjour.

L'assurance interruption de séjour

Comprend le remboursement des prestations non consommées en cas d'abandon justifié pendant le séjour.

RESPONSABILITÉ

Pour les randonnées liberté, Randonades ne saurait être tenu pour responsable d'une mauvaise interprétation du descriptif ou d'une erreur de lecture de carte de l'utilisateur. La randonnée liberté suppose l'acceptation d'un risque, qui peut être dû notamment à une modification des éléments naturels sur le parcours. Randonades ne peut être tenu responsable des accidents ou incidents qui résultent de l'imprudence d'un participant.

RANDONADES 30, allée Arago F-66500 PRADES Tél. (33) 04 68 96 16 03 info@randonades.com www.randonades.com
n° Siret 450 612 668 00027 Agence de voyages Licence LI06609001- IM066100022
Assurance RC : MMA BP27 69921 OULLINS Garantie financière : Groupama caution 92000 NANTERRE