



PAYS BASQUE

Rando & Thalasso au Pays Basque

6 jours / 5 nuits

Randonnée (niveau modéré)



**Circuit en regroupement avec des agences partenaires - Non exclusif à l'agence Les Covoyageurs.
Ce circuit n'est pas exclusivement réservé aux voyageurs solos.**

Préparez-vous à une expérience alliant relaxation, exploration et plaisirs gastronomiques ! Chaque jour, vous partirez en randonnée à la découverte du riche patrimoine de la région. Votre périple débutera le long de la côte, avec la célèbre plage de Zumaia, puis vous continuerez à travers le Pays Basque espagnol, en passant par San-Sebastian, ses criques et ses falaises majestueuses. Vous traverserez également les magnifiques forêts de hêtres et ferez escale dans les charmantes villes de Fontarrabie et Getaria.

Mais quelle serait une journée de randonnée au Pays basque sans une pause bien-être en thalassothérapie pour vous ressourcer ? Chaque soir, vous aurez l'opportunité de vous détendre au centre de thalassothérapie de l'hôtel, offrant une parenthèse de bien-être et de relaxation après une journée d'exploration.

Un combiné parfait pour des vacances relaxantes.



POINTS FORTS

- Des randonnées sur la côte basque entre mer et montagne
- Accès quotidien au centre thalasso de l'hôtel
- Des repas aux saveurs basques
- Des visites de villes historiques et typiques basques

ITINERAIRE

JOUR 1 : HENDAYE

Vous aurez rendez-vous à 15h en gare d'Hendaye. Partons à la découverte de la plage d'hendaye et du domaine d'Abbadia, remarquable site naturel de 65ha en bordure du front de mer, au sein de paysages variés. Une belle entrée en matière. Puis après un temps libre sur la plage, transfert en Pays Basque espagnol. Installation dans votre hôtel avec centre de thalassothérapie, à 200m de la plage, pour toute la semaine.

Repas compris : Dîner

Transfert : 40 min

Hébergement : Hôtel

JOUR 2 : ZUMSAIA - GETARIA

Vous partirez à l'aventure depuis votre hôtel à la découverte des collines verdoyantes et des vignobles de Txakoli, dominant le village pittoresque Getaria. Vous serez plongés dans un paysage enchanteur, imprégné de l'histoire et de la culture basque. Votre journée sera rythmée par des moments de détente sur la plage de Getaria, où vous pourrez vous ressourcer au son des vagues et sous le soleil doux de la côte basque. Vous aurez également l'opportunité de découvrir le Txakoli, un vin blanc emblématique de la région. Issu des coteaux et des vignobles qui bordent l'océan, ce vin vous séduira par ses arômes frais et sa vivacité en bouche.

Entre paysages pittoresques, histoire fascinante et dégustation de vins exquis, cette étape promet d'être mémorable, offrant une immersion authentique dans le patrimoine et les plaisirs de la région basque.

Repas compris : Petit déjeuner - Pique-nique - Dîner

Marche : 4h30 (12kms), dénivelés +360m / -360m

Hébergement : Hôtel

JOUR 3 : PASAIA - SAINT SEBASTIEN

Vous embarquerez à bord du célèbre TOPO de la côte basque espagnole pour un court transfert en train jusqu'à Pasaia. La seconde partie de votre périple jusqu'à Saint-Sébastien vous mènera à travers des rivages et criques pittoresques, imprégnés d'une riche tradition maritime. Peut-être aurez-vous la chance d'assister à des défis entre les équipes de traînières, à l'origine de la pêche à la sardine et aux anchois, spécialités du Gipuzkoa. Vous profiterez d'une baignade rafraîchissante sur la célèbre plage de la Concha, en forme de coquillage, où vous pourrez voir l'île de Santa Clara. Vous terminerez votre journée par une balade dans les ruelles du vieux quartier de Donostia (Saint-Sébastien en basque) et découvrirez la vue exceptionnelle sur le mont Urgull.

Repas compris : Petit déjeuner - Pique-nique - Dîner

Marche : 4h30 (10 kms), dénivelés +380m / -380m

Transfert : 20 mins en train

Hébergement : Hôtel

JOUR 4 : ROYAUME DE NAVARRE



Direction l'ancien royaume de Navarre où vous profiterez d'une superbe randonnée au cœur d'une magnifique forêt de hêtres. Vous cheminerez sur des lignes de crêtes, le long de petits ruisseaux, au bord d'un lac ou sur des sentiers bucoliques à l'ombre de la hêtraie. Un véritable voyage au cœur de l'Histoire, d'où les traces laissées par les Hommes sont encore nombreuses et préservées.

Repas compris : Petit déjeuner - Pique-nique - Dîner

Marche : 5h (11 kms) dénivelés +530m / -530m

Transfert : 35 mins

Hébergement : Hôtel

JOUR 5 : ZUMAIA - DEBA

Vous continuerez le voyage vers l'une des plus belles et fascinantes zones de la Côte Basque, le Geoparque de la Costa Vasca, récemment déclaré biotope littoral de Deba-Zumaia. Vous pourrez ainsi découvrir l'un des sanctuaires géologiques les plus importants du monde, recensant une succession de strates témoignant de plus de 50 millions d'années d'Histoire de la planète ! Il s'agit là d'un des sites géologiques les plus remarquables au monde.

Repas compris : Petit déjeuner - Pique-nique - Dîner

Marche : 4h45 (14 kms), dénivelés +600m / -600m

Transfert : 10 mins en train

Hébergement : Hôtel

JOUR 6 : SENTIER LITTORAL

Pour votre dernier jour au Pays Basque, vous découvrirez les plaines verdoyantes du Mont Jaizkibel. Il s'agit de la montagne la plus occidentale des Pyrénées, qui se jette littéralement dans l'océan.

Vous évoluerez sur un sentier entre falaises et criques jusqu'au phare du Cabo Higer. Vous terminerez votre balade par la visite du village de Fontarrabie, où d'anciens quartiers de pêcheurs se mélangent à la vieille ville fortifiée, classée monument historique et artistique, construite sous Charles Quint.

Le séjour se terminera vers 16h30, après la randonnée, avec un transfert en gare d'Hendaye.

Repas compris : Petit déjeuner - Pique-nique

Marche : 5h (12 kms), dénivelés +230m / -410m

IMPORTANT :

Cet itinéraire peut être soumis à modification, en fonction des conditions climatiques, des aptitudes physiques des participants et de la disponibilité des hébergements. En dernier ressort, le guide reste seul juge du programme.

Au cours de nos voyages, nous sommes parfois confrontés à des impondérables qui peuvent se traduire par des modifications de plannings, d'horaires, d'itinéraires et/ou d'hébergements. Notre expérience du tourisme nous autorise à reconnaître que - malgré notre professionnalisme et notre bonne volonté - ces inconvénients sont inhérents à tous les types de voyages (circuits, excursions, simples séjours) quels que soient les pays visités. Face à ces aléas éventuels qui sont aussi une des composantes de toute aventure, il est conseillé d'adopter une attitude ouverte et positive. Celle-ci vous permettra de bien vivre tout évènement imprévisible pouvant nous amener à modifier le descriptif prévu et contribuera ainsi au succès de votre voyage.

LE PRIX

Le prix comprend

- L'hébergement en hôtel
- La pension complète du dîner du jour 1 au petit-déjeuner du jour 6
- L'encadrement par un guide spécialiste du Pays Basque
- L'accès libre au centre de thalassothérapie de l'hôtel

- Les transferts durant le séjour
- Le transport des bagages

Le prix ne comprend pas

- L'acheminement jusqu'au point de rendez-vous
- Les transferts non compris dans le programme
- Les visites non comprises
- Les dépenses personnelles et boissons
- Les pourboires
- Les assurances rapatriement, annulation et multirisques
- Les frais de dossier
- Le supplément en chambre individuelle (140 à 295€ selon la période)

Nos prix sont soumis à modifications en fonction de la disponibilité et tarifs des sites visités, ainsi que de la disponibilité et tarifs hôteliers au moment de votre réservation.

LES "PLUS" DES COVOYAGEURS

1. La garantie de partir avec d'autres solos ayant les mêmes affinités
2. La possibilité de voir les profils des autres Covoyageurs déjà inscrits sur votre voyage
3. Des programmes exclusifs spécialement conçus pour favoriser échanges et convivialité
4. Des chambres à partager pour éviter un supplément single
5. Des départs spéciaux pour les monoparentaux et leurs enfants

VOTRE VOYAGE

Le groupe

De 4 à 8 personnes. Circuit en regroupement avec des agences partenaires (non exclusif Covoyageurs solos).

Niveau

Randonnée de niveau modéré. Vous marcherez entre 3h à 5h par jour avec des dénivelés jusqu'à +530m. Cela reste accessible à toute personne pratiquant une activité physique régulière. Les randonnées s'effectuent sur bons sentiers, le terrain est varié mais souvent rocheux. En fonction des conditions climatiques le rythme de marche peut également varier.

Encadrement

Guide accompagnateur local connaissant bien la région.

Transport

Minibus, train.

Durant la randonnée, vous ne porterez que vos affaires personnelles pour la journée (pique-nique, eau ...). Vos autres bagages resteront à l'hébergement.

Repas/Boissons

- Petits déjeuners sous forme de buffet (thé, café, lait, pain, beurre, confiture)
- Dîners généralement à base de spécialité basques incluant une entrée, un plat et un dessert
- Repas du midi pris sous forme de pique-nique sur le terrain

- Les boissons ne sont pas comprises

Hébergement

Vous resterez toute la semaine au même hébergement. Vous logerez dans un hôtel confortable avec piscine et espaces extérieurs commun. L'hôtel possède un centre de thalassothérapie et se situe à 200 mètres de la plage de Zumaia.

EN PARTANT AVEC LES COVOYAGEURS : vous avez la possibilité de partager une chambre avec un autre participant du même sexe. Si vous le souhaitez, vous pouvez néanmoins réserver une chambre single (avec supplément). Nous pouvons également être amenés à vous facturer le supplément single s'il ne reste personne avec qui partager la chambre (notamment en cas d'inscription tardive).

Le centre de Thalassothérapie

Vous disposerez d'un accès libre tous les jours.

Le Spa marin créera un cadre idéal de repos, grâce à ses bulles, ses jets et ses vapeurs délicieusement parfumées, en devenant un véritable havre de paix à apprécier après les randonnées, ce qui en accentue les bienfaits.

• Port du bonnet de bain et des claquettes obligatoires dans les bassins. Pensez à prendre une serviette de bain.

- Les shorts de bain ne sont pas tolérés dans les bassins

Accueil et dispersion

Début : Vous rejoindrez le groupe à 15h devant la gare d'Hendaye.

Fin : le jour 6 vers 16h. Transfert à la gare d'Hendaye pour les personnes arrivées en train (arrivée sur place à 16h30).

Rejoindre Bayonne

- **En train** :

Nombreux trains TER en direction de Bayonne, au départ des principales villes. Contacter la SNCF au 36.35, appel direct ou www.ter-sncf.com pour confirmation des horaires.

- **En voiture** :

De Bordeaux autoroute A63, 207km. De Toulouse et Bayonne, autoroute A64, 293km, puis Bayonne autoroute A63, sortie 1 direction Hendaye.

Attention : Pour votre pré-acheminement nous vous conseillons d'attendre la confirmation de votre inscription et de réserver des billets échangeables et/ ou remboursables.

AVANT LE DEPART

Formalités

- Pour tous les ressortissants d'un pays de l'Union Européenne, la carte d'identité en cours de validité est suffisante.
- Pour les ressortissants étrangers, le passeport est obligatoire, et, sauf dispense, un visa est nécessaire. Il doit être sollicité avant le départ auprès de l'ambassade ou du consulat de France de votre pays de résidence.

Un site utile : <http://www.diplomatie.gouv.fr>

Nous vous conseillons par ailleurs, de toujours avoir sur vous une photocopie de ces documents (page où apparaît votre photo), ainsi que de votre assurance, en cas de besoin, de perte ou de vol de l'original.

Equipement

Bagage :

Vous resterez toute la semaine au même hébergement, votre bagage n'a donc pas d'impact sur la logistique de notre équipe locale.

Pour la journée, nous vous demandons d'emporter un sac à dos d'environ 35L.

Vêtements :

- 1 chapeau de soleil ou casquette
- T-shirts (1 pour 2 ou 3 jours de marche). Eviter le coton, très long à sécher ; préférer t-shirts manches courtes dans une matière respirante.
- 1 sous-pull (remarques idem ci-dessus) ou chemise manches longues
- 1 veste en fourrure polaire
- 1 pantalon de trekking
- 1 pantalon confortable pour le soir
- 1 veste style Gore-tex, simple et légère
- 1 maillot de bain, 1 bonnet de bain, des sandales de bain et une serviette de bain pour pouvoir accéder à la piscine et au centre de thalassothérapie
- Des sous-vêtements chauds
- Chaussettes de marche. Eviter les chaussettes type "tennis" (coton), très longues à sécher et risque élevé d'ampoules ; préférer celles à base de Coolmax par exemple.
- 1 paire de chaussures de randonnée imperméable tenant bien la cheville (semelle type Vibram)
- 1 paire de chaussures détente pour le soir

Petit équipement :

- 1 paire de lunettes de soleil
- 1 gourde (1 litre minimum)
- 1 couteau de poche (à mettre dans le bagage allant en soute)
- Nécessaire de toilette
- Papier toilette, crème solaire + stick à lèvres
- Pour le pique-nique : couverts
- 1 paire de bâton de marche (facultatif)

Pharmacie

Médicaments et traitements personnels, aspirine, pansements et compresses, désinfectant, bande elastoplast, double peau pour les potentielles ampoules, anti-diarrhéique, collyre, pastilles pour la gorge, antibiotique à spectre large, anti-inflammatoire, répulsif anti-moustiques.

INFORMATIONS PAYS

Géographie & Climat

Le Pays Basque représente un vaste territoire propice aux découvertes culturelles et naturelles avec ses sites inscrits au patrimoine mondial de l'Unesco.

Le climat de la côte Basque, a la chance d'être plutôt doux, tant en été qu'en hiver. Fortement influencé par la mer Cantabrique cela permet de tempérer les rigueurs de l'hiver et d'adoucir les chaleurs estivales. La température moyenne annuelle se situe autour des 15°.

Pour plus d'informations sur les conditions météorologiques, vous pouvez consulter avant votre départ : www.meteo.fr

Budget & change

Prévoyez un budget pour vos dépenses personnelles.

Pourboires

Les pourboires sont facultatifs, mais si vous avez été satisfaits de votre voyage et du travail de nos équipes locales, il est d'usage de donner un pourboire.

TOURISME RESPONSABLE

Dès leur création, les Covoyageurs ont cherché à promouvoir un tourisme responsable basé sur des valeurs de respect, de solidarité et de qualité sur un plan humain, environnemental et économique.

La prise de conscience et la sensibilisation de tous nous semblent primordiales.

Que nous soyons explorateurs, passionnés, randonneurs ou monoparentaux, nous sommes toujours les visiteurs invités des pays hôtes que nous parcourons.

Le Respect des Patrimoines

La nature et les sites culturels et historiques du pays visité constituent des richesses touristiques, uniques et irremplaçables. Ils sont aussi à l'origine du désir de voyager des Covoyageurs. Leur sauvegarde est primordiale et la responsabilité des Covoyageurs vis-à-vis du pays visité est donc essentielle.

Le respect des patrimoines naturels et culturels se traduit par :

- *le respect des sites culturels: ne pas dégrader des œuvres d'art ou des monuments, parfois simplement en les touchant!, ne pas prélever de vestiges archéologiques, ne pas acheter d'objets traditionnels ou sacrés provenant de sites vandalisés, etc.*
- *le respect des sites naturels: ne pas sortir des sentiers balisés, ne pas conduire hors-piste, ne pas rapporter de "souvenirs" partie intégrante du patrimoine naturel, prélever le moins de bois possible pour la cuisine, utiliser avec parcimonie l'eau potable, éviter de polluer avec des savons non biodégradables, faire lessive et toilette en aval et le plus loin possible des maisons et des puits, ne pas abandonner de déchets ou d'ordures derrière vous sauf s'ils peuvent faire l'objet de recyclage, ne pas faire de feu sans avoir demandé l'autorisation au préalable, etc.*
- *le respect de la faune locale: ne pas perturber les animaux dans leur vie quotidienne, toujours respecter une distance minimale lors de leur observation, ne pas chercher à les approcher, les caresser ou les nourrir, ne pas faire de bruit en les approchant, ne pas chasser ou pêcher d'espèces rares, ne pas chercher à acheter ivoire, écailles, peaux, coraux, coquillages, ou même animaux vivants, qui font souvent partie des espèces menacées et/ou protégées, ne pas demander à votre guide d'enfreindre ces règles, etc.*

Le Respect des Hommes

L'un des principaux intérêts des voyages proposés par les Covoyageurs réside dans l'authenticité et la diversité des rencontres effectuées avec les populations locales. Chacun de ces peuples fonctionne avec ses règles et ses traditions propres, souvent partie intégrante de leur culture et/ou de leur



religion. On a coutume de dire qu'il n'y a pas de mauvais touristes, mais seulement des voyageurs mal informés. Là aussi, la responsabilité des Covoyageurs vis-à-vis des populations rencontrées est fondamentale.

Le respect des hommes se traduit par :

- *une attitude de respect et d'humilité vis-à-vis des populations locales rencontrées, de leur culture, de leur façon de vivre, de leur rythme de vie: respect de certains « codes », pas de tenue vestimentaire débraillée ou provocante, pas d'embrassade en public, pas de contact trop appuyé notamment sur la tête des enfants, pas de photo sans demander l'autorisation au préalable, etc.*
- *la prise de conscience des différences de niveaux de vie entre le Covoyageur et les populations rencontrées. Celles-ci peuvent générer des incompréhensions voire du ressentiment. Tous biens, services, cadeaux, nourritures, doivent être évalués en valeur locale (attention à ne pas déstabiliser interlocuteurs et marchés par des pourboires ou cadeaux manifestement disproportionnés par rapport aux pratiques locales, attention à ne pas exhiber appareils photos, caméras, matériels audio-vidéo, dont la valeur peut représenter des mois de salaires pour le pays visité, vous pouvez pratiquer le marchandage - qui fait souvent partie intégrante des traditions locales - mais avec tact, patience et humour, etc.)*
- *des donations encadrées afin d'éviter certains effets néfastes d'un développement touristique rapide: nous vous encourageons à effectuer des donations sur place en nature (cahiers, stylos, fournitures, etc.) ou en numéraire mais nous vous recommandons de ne pas donner directement de cadeaux ou d'argent aux enfants car cela ne fait qu'augmenter la mendicité. Nous vous conseillons de vous rapprocher de votre guide local qui saura redistribuer au mieux vos présents.*

Le Développement d'un Tourisme Equitable

Toutes les activités touristiques génèrent des retombées économiques locales mais elles peuvent aussi provoquer des nuisances non souhaitées jusqu'à déstabiliser les équilibres sociaux du pays visité. Là aussi, la responsabilité des Covoyageurs vis-à-vis des retombées bénéfiques sur les populations rencontrées et le développement du pays est totale.

Le développement d'un tourisme équitable se traduit par :

- *une vigilance particulière des Covoyageurs dans le choix de ses partenaires locaux de façon à ce que les retombées économiques soient le plus justement réparties entre les acteurs du voyage (priorité donnée aux services rémunérés localement plutôt qu'aux organisations étrangères, ils en bénéficieront ainsi directement et sans intermédiaires, etc.)*
- *des voyages en petits groupes (maximum : 15 participants) qui privilégient un tourisme léger pour minimiser les impacts néfastes sur les ressources locales et l'environnement et qui permettent une meilleure intégration dans le pays visité*
- *une distribution sur le web et la suppression des intermédiaires commerciaux de façon à permettre la maximisation des retombées économiques locales.*

La Qualité des Services et des Relations Humaines

Les Covoyageurs est la première agence de voyages à proposer des circuits spécialement dédiés aux solos et aux monoparentaux. Quelle que soit votre façon de voyager, quel que soit votre profil de

voyageur, quelle que soit la destination que vous avez choisie, les Covoyageurs cherchent à promouvoir un tourisme responsable qui vous fera découvrir dans un contexte authentique des natures insoupçonnées, de nouvelles cultures, des façons de vivre différentes.

Respect, tolérance et bienveillance font partie intégrante de votre voyage. Ils aident à magnifier rencontres et découvertes, et s'inscrivent dans le cadre du développement durable de la Terre et des Hommes.

Bon voyage !