

RANDONNÉE CYCLO

LA MONTAGNE BASQUE

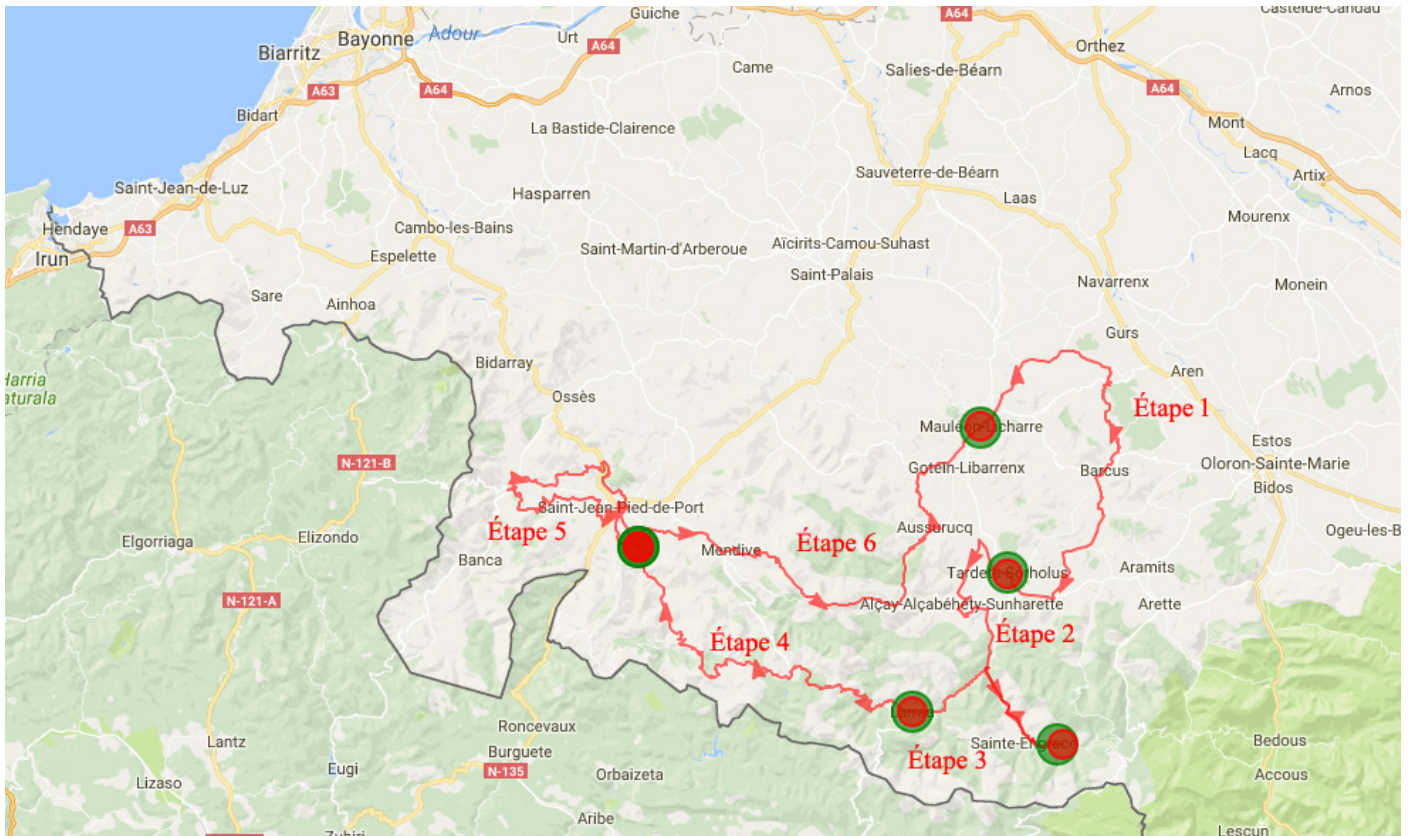
À VÉLO ÉLECTRIQUE



SOULE, Xiberoa

Pays
BASQUE

Votre séjour



La Montagne basque à vélo électrique

Randonner à vélo dans la montagne basque n'est pas de tout repos – ou n'était, devrions-nous aussitôt corriger. Car les vélos électriques de dernière génération (plus autonomes, plus performants) permettent désormais au commun des mortels d'emprunter des itinéraires jusqu'alors réservés aux sportifs les plus accomplis. Quelle merveille de découvrir ainsi ces paysages grandioses, dans un silence seulement troublé par les mille petits bruits de la nature : vent dans les branches, pépiement des oiseaux, clapotis des ruisseaux...

Voyage itinérant de 7 jours/6 nuits à vélo à assistance électrique au départ de Mauléon, capitale de la province basque de Soule. Vous pédalez à travers une campagne magnifique, sur des routes secondaires peu fréquentées...

Jour 1 : Mauléon

Capitale de la province de Soule. Bourg de 3400 habitants dominé par son château féodal du XII^{ème} siècle, Mauléon est également une cité ouvrière dans laquelle perdure la fabrication artisanale de l'espadrille. Dîner au restaurant Chez Tintin et nuit aux chambres d'hôtes Bidegain.

Étape 1 : MAULÉON - TARDETS - 44 km



Eglise de l'Hôpital Saint Blaise

Magnifique introduction à votre voyage sur les coteaux de Moncayolle, et traversée de la forêt des Arambeaux jusqu'au bourg de Barcus, puis poursuite vers Tardets par le vallon de Gaztelondo et le village de Montory.

En chemin : église romano mauresque de l'Hôpital Saint Blaise, Barcus, Montory... Dîner et nuit à l'Hôtel** Piellenia.

Étape 2 : TARDETS - SAINTE ENGRACE - 38 km



Sainte-Engrâce

Balade le long du gave du Saison et découverte des recoins les plus sauvages du pays, à l'orée de la mythologique forêt des Arbailles, jusqu'aux gorges et canyons de la haute Soule. En chemin : baignade, sources, gorges de Kakueta, ...
Dîner et nuit en chambre d'hôtes*** Burguburu.

Étape 3 : SAINTE ENGRACE - LARRAU - 20 km

Journée vélo rando avec possibilité de visiter les gorges de Kakueta et d'accéder à la fameuse passerelle d'Holtzarte.

En chemin : gorges & canyons...

Dîner et nuit à l'hôtel** Etchemaïté, Logis de France 3 cheminées.



La passerelle d'Holtzarte

Étape 4 : LARRAU - SAINT MICHEL - 46 km



Vélo à Iraty

Panoramique itinéraire sur les petites routes de montagne par le col, la forêt et les lacs d'Irati jusqu'au village de Saint-Michel, aux portes de la colorée cité de St Jean Pied de Port.

En chemin : observatoire ornithologique, balade pédestre, fromagerie ...
Dîner et nuit à l'hôtel** Xoko Goxoa.

Étape 5 : SAINT MICHEL - SAINT MICHEL - 40 km

Boucle dégustative à travers les vignobles d'Irouleguy et la splendide vallée de Baïgorri et visite de Saint-Jean-Pied-de-Port ou bien possibilité de passer une journée sur le littoral (A/R par le TER St Jean Pied de Port/Bayonne)

En chemin : Saint Jean Pied de Port, vignobles ou plages ...

Dîner et nuit à l'hôtel** Xoko Goxoa.



Saint Jean Pied de Port

Étape 6 : SAINT MICHEL – MAULEON - 50 km



Ahusquy

Retour en Soule par les terres d'estives du plateau d'Ahuski et descente à travers la forêt des Arbailles

En chemin : troupeaux et bergeries ...

Pour la version 8 j / 7 nuits, Dîner au restaurant chez Tintin et nuit aux chambres d'hôtes Bidegain..

Votre hébergement

Ces hébergements ont été sélectionnés pour leur confort et la qualité de leur accueil.

Hélène et Fathi redonnent vie à l'établissement Bidegain, ancien hôtel renommé de Mauléon-Licharre, en plein coeur du Pays-Basque et de la province de Soule. A l'étage, ils ont réaménagé avec beaucoup de goût 3 chambres doubles desservies par un bel escalier du XVIIIème, et en rez-de-chaussée, les salons détente pour la lecture ou la télé et la salle du petit-déjeuner. Dîner au restaurant «Chez Tintin», à 200 m des chambres d'hôtes.



L'Hôtel** Restaurant «Piellenia» est situé au coeur de Tardets, sur la place centrale du village. Ambiance familiale et spécialités locales agrémenteront votre séjour.

L'auberge Elichalt se trouve au coeur du village de Sainte Engrâce, face à la magnifique abbaye du XIIème siècle et aux spectaculaires gorges d'Ehujarre. La famille Burguburu vous réservera le plus sympathique des accueils dans ses chambres d'hôtes Gîtes de France 3 épis.



Dans le village de Larrau, Pierre Etchemaite perpétue la tradition familiale. Vous y apprécierez une décoration qui allie confort et authenticité et une cuisine savoureuse dont la réputation s'étend bien au-delà de la Soule. Hôtel 2 étoiles.

A Saint-Michel, petit village tout proche de Saint-Jean-Pied-de-Port, Betty et Pasco, de l'hôtel Xoko Goxoa (le coin paisible et doux), vous accueillent pour une halte gourmande en Terre Basque.



Les tarifs incluent la 1/2 pension : petits déjeuners et dîners. Les déjeuners sont à votre charge. Toutefois, vous avez la possibilité de les commander à chaque étape.

Tarifs 2017

Version 7 j / 6 nuits

	Mai / Juin / Septembre	Juillet / Août
Adulte	465 €	495 €
Single	635 €	675 €
Location VAE 6 jours	240 €	240 €
Transfert bagages taxi	160 €	160 €

Version 8 j / 7 nuits

	Mai / Juin / Septembre	Juillet / Août
Adulte	521 €	551 €
Single	705 €	745 €
Location VAE 6 jours	240 €	240 €
Transfert bagages taxi	160 €	160 €

Note : les tarifs juillet août se pratiquent pour les séjours commençant à dater du mercredi 25 juin et jusqu'au 31 août inclus. Les tarifs Basse Saison du 1er mai au 24 juin et du 1er au 30 septembre.

Ce prix comprend :

Les hébergements en 1/2 pension du dîner du Jour 1 au petit déjeuner du dernier jour.

Un carnet de route détaillé et une cartographie spécifique (I.G.N) avec l'itinéraire tracé (1 kit complet / 2 personnes), de la documentation sur le pays.

Ce prix ne comprend pas :

- la location du vélo à assistance électrique : 240 € en sus, location comprenant : un vélo à assistance électrique Giant, une bagagerie pont, une sacoche de dépannage, un antivol et un casque.
- l'acheminement des bagages : les vélos sont équipés de sacs pour vous permettre de transporter vos bagages (vous avez toutefois la possibilité de réserver le transfert des bagages par taxi : 160 €/personne, en sus).
- les assurances (en option à la réservation)
- les déjeuners pique-niques (réservation possible sur place, à chaque étape).
- les boissons

Parcours

A été pensé pour que vous découvriez les lieux les plus sympas tout en évitant le trafic automobile. En conséquence vous emprunterez beaucoup de petites routes, certes goudronnées (sauf 7 km de piste le jour 4), mais quelques fois depuis bien longtemps ! Ce n'est pas toujours très plat, mais les étapes sont courtes et vous allez adorer ! Tout au long de votre voyage nous vous proposerons de poser votre vélo pour marcher, vous baigner, visiter, discuter ou déguster ...

Données techniques

Niveau 2 : Moyen - bonne forme physique conseillée.
Etapes courtes de 40 Km / jour en moyenne.
Itinéraire conçu sur des routes secondaires peu fréquentées.
Parcours (splendides) vallonnés en zone de piémont et de montagne.
Carnet de route avec cartographie IGN 1/50⁰⁰⁰ fourni.

Informations pratiques

Mauléon : Tous commerces et services
Tardets : Boulangerie, boucherie, épicerie, pharmacie
Larrau : épicerie, dépôt de pain
Saint Jean pied de port : Tous commerces
Distributeurs bancaires et postes essence : Mauléon et Tardets
Affaires à prévoir : cuissard, coupe vent imperméable, chapeau et lunettes de soleil, petite trousse à pharmacie personnelle (pansements, aspirine, crème solaire, désinfectant...), boîtes hermétiques pour les pique-niques.



Vélo électrique utilisé :

Le vélo de ville GIANT EXPLORE E+1 STA de 2016 est un vélo à assistance électrique avec moteur central Yamaha, à cadre ouvert pour un enjambement aisé. Confortable, ce vélo polyvalent est prévu pour les baroudeurs des villes et des champs grâce à sa fourche télescopique. Sa batterie de 400Wh dispose d'une très bonne autonomie. Dans des conditions normales d'utilisation, vous pouvez rouler jusqu'à 80 km !

Les + : Porte-bagage inclus pour avoir la possibilité de mettre un siège bébé ou des sacoches. Moteur Yamaha le plus coupleux du marché pour une assistance plus vive. Freins à disque hydrauliques pour un maximum de sécurité au freinage. Dérailleur arrière SHIMANO DEORE efficace. Selle Royal Freccia confortable.



Météo et climat

La Montagne Basque jouit d'un climat océanique doux et humide. La moyenne des températures oscille entre 5° et 22°, avec quelques pointes à 35° en été et des minima en dessous de 0° au plus froid de l'hiver. Les montagnes sont des pièges à nuages. Des orages imprévisibles peuvent parfois éclater, ou des bancs de brouillard se former brusquement. Il convient de prévoir un équipement adapté et de s'informer de la météo avant chaque excursion (Météo France, tel: 0 892 68 02 64).

Températures	Jour	Nuit
Printemps	15 - 25°C	10 - 20 ° C
Eté	25 - 30°C	15 - 20° C
Automne	15 - 25°C	10 - 20 ° C

Informations pratiques

Distributeur bancaire : Mauléon, Tardets et Saint Jean Pied de Port.

Poste essence : Mauléon, Tardets et Saint Jean Pied de Port.

Commerces : Mauléon, Tardets et Saint Jean Pied de Port.

Accès

- En voiture depuis Bordeaux : quitter la N10 à St Geours de Marenne, suivre Peyrehorade, salies de Béarn, Sauveterre de Béarn, Mauléon, Tardets et Licq Athérey.

- En voiture depuis Toulouse : Quitter l'A64 à Artix, suivre Mourenx, Navarrenx, Mauléon, Tardets et Licq Athérey.

- En train :

TGV Bayonne puis bus ligne 811 Bayonne-Mauléon.

TGV Dax, Puyoo ou Orthez puis liaison Salies/Sauveterre par TER

TGV Pau liaison Oloron par TER puis bus «Transports 64» ligne 808 Oloron-Mauléon.

Pour en savoir plus sur le Pays Basque...

Généralités

- Histoire du Peuple Basque, Jean Louis Davant,Elkar. 2000

- Histoire Générale du Pays Basque, Manex Goyhenteche, Elkar.

- Le Pays basque - Eugène Goyhenetche

- Guide du Pays basque - Manex Goyhenetche Ed. La Manufacture

- Pays de Soule, Ikhertzaleak

- Toponymie Basque, Jean Baptiste Orpustan, Presses Universitaires de Bordeaux.

- Le cercle des montagnes - Sandra Hott Ed. CTHS

- Montagnes et civilisation - Claude Dendaletche Ed. Denoël

Guides touristiques

- Guide du Routard Pays Basque

- Guide Gallimard Pays Basque

Cartographie : Pyrénées Carte N°2 "Pays Basque Est, Barétous, Soule, Basse Navarre" (1/50000)

Internet : www.soule-paysbasque.com

Informations et réservations

Office de Tourisme de Soule

rue Arhanpia

64470 Tardets-Sorholus

Tél : 05 59 28 51 28

office-tourisme.soule@orange.fr

www.soule-paysbasque.com