



Fiche Technique 2011

CHEMIN DE ST JACQUES DE COMPOSTELLE

Etape de El Cebreiro à Santiago de Compostela

**Randonnée Itinérante en Liberté
en hôtel**

Les montagnes de León sont un véritable paradis naturel d'une beauté sauvage où certains villages gardent encore les « pallozas » - habitat néolithique fait de paille et de pierre- et des chapelles romanes parmi les plus anciennes. À travers une région mythique, la Galice, toute empreinte de culture celte, vous découvrirez les ultimes étapes du Grand Chemin, né de la dévotion à St Jacques, avec l'arrivée à Santiago, couronnement du "pèlerinage". L'originalité du chemin de St Jacques est cette empreinte profonde tout au long du parcours, que soulignent calvaires, modestes chapelles ou églises imposantes, hameaux de pierre au cœur de la verte campagne Léonaise et Galicienne. Le long des chemins creux et sous l'ombre généreuse des chênaies, on ne peut que songer aux innombrables pèlerins qui nous ont précédé durant un millénaire et qui ont fait du Chemin de St Jacques ce que l'UNESCO a appelé : le « Premier Itinéraire Culturel Européen ».

Au long de ce périple bucolique, on est imprégné par le charme et la sérénité des paysages qui précèdent l'émouvante arrivée à Compostelle ; puis c'est la place Porta do Camino et le trajet jusqu'à la cathédrale et son Portico de la Gloria qui achèvent en beauté ce voyage historique.

LES POINTS CLÉS DU SÉJOUR

La durée : 8 jours, 7 nuits, 7 jours de marche.

Le niveau : 4 à 8 heures de marche par jour (avec deux longues étapes qui peuvent être raccourcies sur demande et sur disponibilité), sans difficulté technique, avec de faibles dénivelés.

Le portage : pas de portage, excepté vos affaires personnelles pour la journée.

L'hébergement: hôtels de niveau 1 et 2 étoiles (2 étoiles sup. à Santiago et bien situé).

Repas de midi :

Ils ne sont pas compris dans le tarif. Vous pouvez vous-même confectionner vos pique-niques ou bien les commander la veille pour le lendemain auprès des hébergeurs (paiement sur place).

En cas de fréquentation élevée des hébergements :

Il peut arriver que le séjour soit déjà réservé par d'autres randonneurs. Dans ce cas et pour votre confort, des hébergements seront modifiés ; les horaires de rendez-vous avec les taxis seront alors parfois modifiés ainsi que les lieux.

Le circuit : un topo-guide vous est fourni ; vous y trouverez la description des chemins (tout le parcours est balisé) et des commentaires sur les villages, les monuments...

Nombre de participants : à votre convenance, dans la limite des places disponibles.

Rendez-vous : El Cebreiro à 9H00.

On vous conseille de passer la nuit avant à El Cebreiro. A réserver lors de votre inscription. En chambre double avec petit-déjeuner : 54 €/pers., suppl. chambre individuelle : 10 €.

Fin de randonnée : à Santiago après le petit-déjeuner.

Dates : départ possible tous les jours du 01/04 au 07/11.

LES POINTS CLÉS DU SÉJOUR

Pochette voyage : dans le mois précédant le départ, mais après réception du solde de votre séjour, nous vous enverrons une pochette voyage comprenant tous les documents nécessaires à la réalisation de votre randonnée : topo-guide et cartes, étiquettes pour vos bagages, fiche pratique comprenant le déroulement de la logistique, les adresses des hébergements, ainsi que les documents contractuels (facture, contrat d'assurance).

Le prix : il comprend l'hébergement en demi-pension (*sauf à Saint Jacques de Compostelle*), le transfert du jour 1, le transport des bagages, la mise à disposition du topo-guide pour 1 à quatre personnes.

Il ne comprend pas : les repas de midi, les boissons, les visites, les éventuels frais de taxis pour raccourcir l'étape du jour, le dîner à Santiago de Compostela le jour 7.

Les nuits supplémentaires :

Nous pouvons si vous le désirez réserver pour vous des nuits supplémentaires en début ou fin de séjour, ou entre 2 séjours. Ces prestations vous seront facturées en plus du montant du séjour.

Les formalités : demandez impérativement à la sécurité sociale une **carte européenne** avant de partir ; cela vous évitera de faire l'avance d'éventuels frais médicaux en Espagne qui restent, quoi qu'il arrive, à votre charge. Pensez à apporter votre pièce d'identité ou votre passeport.

EN GUISE DE PRÉSENTATION

Le Chemin de Compostelle :

Dès 800, l'évêque Téodomir eut la certitude d'avoir découvert la tombe de l'apôtre Saint Jacques. En 950, le premier pèlerinage à la tombe de l'unique apôtre enterré en Europe et rapporté dans l'histoire, fut effectué (non sans difficulté d'après ses propres témoignages) par l'évêque Godescalc. Dès lors, des pèlerins de tout le continent affluèrent, empruntant les anciens chemins, surtout les voies romaines, pour se retrouver dans un même lieu. Le réseau d'itinéraires qui en résulta est commodément appelé de nos jours Chemin de Saint Jacques.

La multiplicité des points de départ entraînait la diversité d'itinéraires étant donné que chacun suivait le chemin le plus court et le plus sûr jusqu'au pied des Pyrénées, difficilement franchissables à l'époque. Cette traversée des Pyrénées s'effectuait en plusieurs endroits. D'abord par les passages les plus bas, le long des côtes basques et méditerranéennes, mais plus généralement par l'itinéraire qui allait de Saint Jean Pied de Port à Roncevaux (Navarre) où par les cols "del Palo" (Col de Pau) ou du "Somport", ce dernier devenant à la longue l'unique passage par l'Aragón.

À partir de Puente la Reina, en Navarre, le « Camino Francés » suivait pratiquement une seule voie : la dernière ligne droite qui traverse le nord de la Castille, León et enfin la Galice, terre de tradition celtique et mythique où des croyances ancestrales survivent encore...

Le relief et le climat

Les montagnes de Cebreiro apparaissent comme les derniers obstacles à surmonter... et s'en suivra l'entrée en Galice, vert pays soumis à l'influence océanique. Le relief est donc plus marqué tout en étant peu élevé et vallonné. Le climat est chaud en été et plus tempéré à mesure que l'on s'approche de St Jacques (pluies fréquentes). Vous passez progressivement d'un climat continental à une influence océanique.

LE PROGRAMME

Jour 1 : Transfert possible depuis Ponferrada. **El Cebreiro – Triacastela** et court transfert pour l'hébergement à Samos, où vous pourrez visiter son grand monastère.

Temps de marche : 5h30 (21 km).

Jour 2 : transfert de Samos à **Triacastela** où vous reprenez le Chemin vers **Sarria**.

Temps de marche : 5 heures (19 km).

Jour 3 : de **Sarria** à **Portomarín** où vous pouvez admirer sa belle église romane, sauvée de la noyade par un lac artificiel. Simplement extraordinaire.

Temps de marche : 6 heures (23 km).

Jour 4: étape **Portomarín-Palas de Rei**, autrefois important carrefour des chemins.

Temps de marche : 6h30 (25 km).

Jour 5 : de **Palas de Rei** à **Arzúa**; sur le chemin vous pourrez admirer les belles maisons traditionnelles ("pazos") avec les greniers surélevés, avant d'arriver à cet important bourg historique.

Temps de marche : 7h30 (29 km).

Jour 6 : entre **Arzúa** et **Lavacolla**, où les pèlerins se lavaient et se purifiaient avant leur arrivée à Compostelle.

Temps de marche : 7h30 (29 km).

Jour 7 : L'arrivée à **Santiago**, but du pèlerinage vers les reliques de l'apôtre Jacques. Sa cathédrale d'origine romane, chef d'œuvre de l'architecture espagnole, la "Plaza del Obradoiro", et les anciens quartiers méritent une visite.

Temps de marche : 2h30 (10 km).

Jour 8 : fin du séjour après le petit-déjeuner.

N'OUBLIEZ PAS D'EMPORTER !

- 1 sac de voyage souple ; évitez les valises, qui sont plus encombrantes, et limitez le poids de vos affaires à 15 kg maximum.
 - 1 petit sac à dos de 30 litres minimum pour les affaires de la journée
 - 1 paire de chaussures de marche ayant déjà servi
 - 1 veste imperméable et respirante (type gore-tex)
 - 1 fourrure polaire ou 1 pull
 - 1 cape de pluie (poncho)
 - 1 pantalon de marche ample (toile ou jogging)
 - 1 paire de gants fins
 - 1 bonnet
 - 1 short
 - 1 maillot de bain + serviette
 - plusieurs paires de chaussettes (pas trop grosses)
 - des sous-vêtements
 - 1 paire de tennis
 - 1 survêtement ou vêtement ample pour le soir
 - lunettes de soleil, crème solaire et protection des lèvres
 - 1 chapeau
 - 1 gourde (prévoir 2 litres par personne et par jour en été)
 - 1 petite pharmacie personnelle (gaze, élastoplaste, antalgique, double peau pour les ampoules, boules Quies...).
 - votre appareil photo et pellicules, et pourquoi pas un roman, vos aquarelles ou autre...
 - vos papiers ; **voir la rubrique « Formalités » dans les points clés.**
 - 1 lampe frontale dans le sac à dos (par sécurité)
 - 1 couverture de survie (dans la pharmacie)
 - 1 téléphone portable (conseillé)
- N'oubliez pas votre bonne humeur, ni votre curiosité !*

Si vous partez en séjour liberté en groupe, confectionnez dès le départ une caisse commune qui servira aux pots, aux achats du groupe.
N'hésitez pas à ramener une spécialité de votre région et à la partager.

QUELQUES RENSEIGNEMENTS PRATIQUES

Les accès :

Les horaires des lignes de trains et de bus étant sujets à variations au cours de l'année et suivant le jour de la semaine, nous vous invitons à contacter directement les différents opérateurs de transport public pour préparer votre trajet jusqu'au point de rendez-vous et retour.

ALLER

Les accès à El Cebreiro, petit village de Galice, sont très limités. Nous vous donnons malgré tout quelques renseignements :

En train :

Hendaye / Irún jusqu'à Ponferrada. De là, nous vous proposons une option taxi pour vous emmener jusqu'à Cebreiro.

Sinon, bus Ponferrada-Piedrafita (à 6 km de El Cebreiro), compagnie Alsa ou Gonzales de la Riva.

Départ de la gare de bus avec la compagnie Gonzalez de la Riva (0034 987 450 403). Pas de liaison le dimanche (1 heure de trajet).

En avion :

L'aéroport de Santiago est situé à côté de Lavacolla soit à environ 12km de Santiago. Des bus réguliers existent avec la compagnie Freire (www.empresafreire.com)

Vous pouvez arriver à l'aéroport de Léon, mais c'est une solution compliquée car c'est toujours via Madrid (ou autres villes espagnoles). Dans ce cas, vous pouvez rejoindre Cebreiro en bus ou en train (voir ci-dessus)

Vous pouvez aussi prendre un vol pour Santiago (de Paris, Nice ou Lyon) et de là, rejoindre Piedrafita :

- En bus départ de Santiago
- En bus, départ de León

En voiture :

Soit en voiture jusqu'à Cebreiro. Vous pouvez laisser votre voiture pendant le séjour sur le parking derrière notre hôtel (le parking est privé et gratuit mais non surveillé).

Soit en voiture jusqu'à Ponferrada ; de là nous pouvons vous proposer une option de transfert en taxi jusqu'à Cebreiro.

RETOUR

En train : une liaison ferroviaire directe Santiago-Irún-Hendaye.

En bus : ligne régulière de bus Santiago-León (durée du trajet : environ 6H, & trajet journalier). Puis bus León-Irun.

En voiture : vous avez deux possibilités :

- si votre voiture est à Cebreiro : prendre le train jusqu'à Ponferrada ; de là, nous vous proposons une option taxi jusqu'à Cebreiro.

- si votre voiture est à Ponferrada : prendre le train jusqu'à Ponferrada.

En avion : aéroport de Santiago de Compostela, ligne régulière et directe vers Paris, Nice, Lyon.

QUELQUES RENSEIGNEMENTS PRATIQUES

Information sur les transports :

- SNCF Tel : 36 35
- RENFE (compagnie ferroviaire espagnole) Tel : 0034 902 24 02 02, ou plus pratique, leur site : <http://www.renfe.es> avec tous les horaires de train en Espagne.
- Bureau RENFE à Paris (renseignements et vente des billets)
- Tel : 01 40 82 63 60.
- Tél. ALSA : 902 42 22 42. Consulter pour les horaires et les destinations le site : <http://www.alsa.es>

Pour téléphoner:

Pour téléphoner en France depuis l'Espagne, composez l'indicatif international 00, puis l'indicatif de la France 33, puis votre numéro de téléphone en enlevant le premier 0.

La vie en Espagne :

Vous allez effectuer une randonnée en territoire espagnol. Il est conseillé de parler un peu espagnol pour mieux apprécier le séjour, sans toutefois devoir manier à la perfection la langue de Cervantès. Un petit dictionnaire français/espagnol ne sera pas superflu. La monnaie est l'Euro. Sachez que les habitudes culinaires espagnoles sont parfois assez différentes des françaises. Et que les repas sont retardés jusqu'à 2 heures sur l'horaire français (petit-déjeuner vers 8h30-9h et souper vers 21h).

Lexique de quelques mots usuels :

Souper = cena	Petit déjeuner = desayuno
Repas de midi = comida	Pic-nic = picnic ou bolsa de comida
Timbre = sello	Enveloppe = sobre
Carte postale = postal	Appel téléphonique = llamada telefonica
Droite = derecha	Médecin = médico Urgence = urgencia
Gauche = izquierda	Carrefour = cruce
Centre-ville=centro urbano	Carte = mapa
Chemin = sendero ou camino	Village = pueblo
Gare SNCF = estación RENFE	Gare routière = estación de autobuses

LES 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.

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
<http://www.tourisme-responsable.org/>



POUR PLUS D'INFORMATIONS

• **Bibliographie :**

- Le Chemin de Saint Jacques du Puy en Velay à Roncevaux par le GR65, de Louis Laborde-Balen et Tobert Day (Ed. Randonnées Pyrénéennes).
- « Guides de poche du randonneur et du pèlerin sur le Chemin de Saint Jacques de Compostelle. » F. Lepère. Ed. Lepère – février 2009.
- « Compostelle » Ch. Henneghien et B. Gauthier. Ed Edisud – 2008
- « Merveilles des Chemins de Compostelle » P. Huchet et Y Boelle. Ed Ouest France - 2003

• **Internet :**

- Le Chemin de St Jacques, Office de Tourisme de Galice : www.xacobeo.es
- Association des Amis du Chemin de St Jacques : www.aucoeurduchemin.org
- www.chemins-compostelle.com
- www.lacroiseedeschemins.com

• **Associations :**

- Association de Coopération Interrégionale « Les Chemins de Saint Jacques de Compostelle » (ACIR Compostelle). 4 rue Clémence Isaure
31000 TOULOUSE. Tél : 05 62 27 00 05
- Compostelle 2000 26, rue de Sévigné - 75004 Paris IV Métro Saint Paul
Tel 01 43 20 71 66 www.compostelle2000.com

Office de tourisme de Leon. Tel +34 987 23 70 82

Office de tourisme de St Jacques de Compostelle. Tel +34 981 58 40 81

Si nous n'avons pas répondu à toutes vos questions,

- appelez-nous au : 05 62 97 46 97

- envoyez-nous un fax au : 05 62 97 43 01

- un e-mail : liberte@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.**