



Comité de Coordination des Retraités
CAMIF – MAAF – MACIF – MAIF – SMACL

**SEJOUR DE RANDONNÉES PÉDESTRES A SARE
(PYRENEES ATLANTIQUES)
Du lundi 26 mai au dimanche 1 juin 2025**

Départ de Niort le lundi 26 mai 2025 à 10 H - déjeuner en route pour arriver en fin d'après-midi au Village de Vacances de Sare - Pays Basque.

Retour le dimanche 1 juin 2025, après le déjeuner pour arriver dans l'après-midi à NIORT.

PRIX DU SEJOUR 780€ par personne sur la base de 56 personnes

Ce tarif comprend :

- le transport A/R en car à partir de Niort et les déplacements sur place avec Absie Voyages,
- l'hébergement en chambre double avec WC, douche et lavabo,
un kit composé d'une éponge, produit vaisselle et torchon sera mis à disposition dans vos logements.
- Le linge de toilette fourni changé en milieu de semaine,
- La pension complète : restauration (vin compris aux repas et café au déjeuner),
- 2 pique-niques sont prévus les mardi et jeudi. Tous les autres repas sont prévus au VVF.
- **Prévoir un sac à dos, une gourde, deux boites hermétiques et des couverts. Des serviettes en papier seront fournies par le village.**
- la mise à disposition de 4 guides pour les randonnées prévues au programme.
- la mise à disposition d'un animateur pour les soirées et visites prévues au programme,
- l'assurance annulation
- les pourboires
- l'apéritif de bienvenue
- l'apéritif *en fin de séjour le samedi soir*
- les taxes de séjour

Ce tarif ne comprend pas :

- Le déjeuner du 26 mai (la pause déjeuner se fera sur l'aire de l'Estalot à l'entrée de Bordeaux).
- Le supplément pour chambre individuelle est de 120 € par personne soit 120 € pour 6 nuits.
Cette somme sera à verser avec le solde.

Date limite d'inscription le 31 octobre 2024

Nombre de places : 56 maximum.

Règlement en 4 fois par chèque à l'ordre du Comité des retraités Macif (voir détail sur bulletin d'inscription)

Le montant exact du dernier versement pourra être modifié (+/- 10 % maximum) pour tenir compte de toute évolution imprévue, ainsi que du nombre exact de participants.

NB : Pour les personnes en chambre individuelle, le supplément de 120 € devra être ajouté au versement du 15 avril 2025.

Inscriptions et chèques à l'ordre du Comité des retraités Macif à envoyer à :

Serge MIHALA

12 rue Gérard de Nerval

79000 NIORT

(Tel. 06 86 08 70 89) - serge.mihala@laposte.net

PROGRAMME DE LA SEMAINE

Lundi 26 mai

Départ de Niort le matin (RDV à 10 h) et déjeuner en route sur l'aire de l'Estalot (à la charge des participants).

Dîner au VVF.

Mardi 27 mai

Matin : Le train de La Rhune 7 km A/R - Embarquement pour une balade en petit train touristique à crémaillère, jusqu'au point culminant de la région à 905 mètres d'altitude. Pendant le trajet, vous pourrez apprécier de superbes paysages et observer les pottoks, chevaux sauvages en liberté. Du sommet, on contemple le plus beau panorama du Pays basque Français et Espagnol, classé *** au guide vert Michelin. Vous pourrez également réaliser quelques achats dans les ventas.

Pique-nique à la Rhune

Après-midi : Saiberi / Lorettoa - boucle - 15 km A/R d'approche en car – Niveau Grands pas - Durée 2h - 4 km de distance - 150 m de dénivelée - Randonnée pédestre à la découverte du circuit « Saiberi / Lorettoa » au départ des grottes de Sare. Parcours serpentant au milieu des fougères et qui permet d'atteindre ce petit vallon protégé. Du ruisseau d'Urio aux énormes hêtres du ravin de Berroeta sous l'œil intrigué des vautours perchés dans les falaises ou planant nonchalamment.

Niveau Petits pas : déterminé par les guides sur place.

Dîner et soirée au VVF.

Mercredi 28 mai

Matin : Erebi - Version 1 - boucle - 25 km A/R d'approche en car – Niveau Grands pas - Durée 3h - 6 km de distance - 350 m de dénivelée - Randonnée pédestre à la découverte du circuit « Erebi » au départ du Col de la Pinodieta à Ainhoa. Ce sommet vient fermer le bassin de Sare à l'Est et offre un dégagement saisissant sur les villages d'Ainhoa et d'Espelette de la Chapelle de l'aubépine. Le pastoralisme y est encore bien présent et il n'est pas rare d'y croiser, au détour des bordes, les troupeaux de brebis et pottoks qui égayent la fougeraie.

Niveau Petits pas : déterminé par les guides sur place.

Déjeuner au VVF.

Après-midi – Visite de la vallée de Xareta : Urdax, Zugarramurdi, Ainhoa 30 km A/R - Route pour le village d'Urdax, village au caractère médiéval et aux demeures seigneuriales, protégées par le Monastère de San Salvador, les visiteurs se sentent immédiatement transportés dans le temps, plongeant tour à tour dans la préhistoire, le moyen âge et le Pays basque contemporain, mais toujours encadré de montagne, de rivières et d'un environnement naturel. Grâce au magnifique moulin qui fonctionne encore on pourra mieux comprendre la façon de vivre de nos ancêtres, ici règne tranquillité et loisirs, hospitalité des habitants, tant appréciée des rois de Navarre. Poursuite par Zugarramurdi, village navarrais, ses premiers habitants travaillaient les terres des moines du monastère d'Urdax, par la suite c'est dans la contrebande qu'ils se sont illustrés et de nos jours, l'élevage, l'artisanat et les services sont les principales activités économiques et sociales de cette commune. Ce qui fait la célébrité de ce village c'est avant tout « les histoires de sorcellerie ». Enfin, retour par Ainhoa, village bastide, classé parmi les Plus Beaux Villages de France, ses maisons à colombages du 17ème forment la rue principale, sa vieille église du 13ème avec son retable doré, ses galeries, les stèles discoïdales et tabulaires très anciennes qui entourent le cimetière, symbole de l'art funéraire basque.

Dîner et soirée au VVF.

Jeudi 29 mai

Journée repos chauffeur

Matin : Autour de Sare - au départ du VVF - boucle - Niveau Petits pas - Durée 2h30 - 4 km de distance - 50 m de dénivelée - Balade pédestre à la découverte des environs proches du bourg de Sare suivie d'une visite commentée sur l'histoire du bourg. + Niveau Grands pas : circuit de 6 km

Pique-nique

Après-midi : 1 circuit pour les Petits pas et un autre pour les Grands pas.

Dîner et soirée au VVF.

Vendredi 30 mai

Matin : Penas de Itsusi - boucle - 60 km A/R d'approche en car - Niveau grands pas - Durée 2h30 - 5 km de distance - 180 m de dénivelé - Randonnée pédestre à la découverte du circuit « Penas de Itsusi » au départ du Col d'Otxondo. Niché dans la réserve naturelle d'Itsusi, ce site est devenu un lieu de refuge des plus fortes colonies de vautours fauves des Pyrénées. Des cercles de pierre levés sont les traces d'une présence humaine vieille de quelques millénaires.

Niveau Petits pas : déterminé par les guides sur place.

Déjeuner au VVF.

Après-midi : Visite des Grottes de Sare 14 km A/R - Sur un parcours sécurisé de plus de 900 mètres, spectacle son et lumière dans les grottes préhistoriques de Sare. Retraçant 45 000 ans de préhistoire et 2 000 ans d'histoire du peuple basque il propose une nouvelle approche de la préhistoire, de l'histoire et de la mythologie basque. Après le spectacle, visite guidée du Musée Ethnographique où vous pourrez notamment assister aux différents diaporamas.

Dîner et soirée au VVF.

Samedi 31 mai

Matin : Lac d'Ibardin - boucle - 35 km A/R d'approche en car - Niveau Grands pas - Durée 2h30 - 6 km de distance - 300 m de dénivelé - Randonnée pédestre à la découverte du circuit « Lac d'Ibardin » au départ du Col d'Ibardin. Du sommet de Xoldoka Gaina, plongez vers le lac d'Ibardin enchâssé dans son écrin de verdure. Ce massif est parcouru dès la protohistoire par les pasteurs et leurs troupeaux.

Des « bordes » (abris pour les bêtes) se cachent dans les fougères et les chênes ancestraux.

Niveau Petits pas : déterminé par les guides sur place.

Déjeuner au VVF.

Après-midi : Larressore / Piment d'Espelette 50 km A/R - Départ pour Larressore, visite guidée d'une fabrique de makhila. Fabriqué en bois de néflier et orné de signes gravés, le makhila, bâton traditionnel basque, symbolise toute une façon de vivre, de penser, d'honorer. Élégant, pratique, redoutable, objet de décoration comme de défense, signe distinctif ou compagnon de marche, c'est un élément essentiel de la sensibilité basque. Enfin, rencontre avec un producteur de piments à Espelette, capitale du Piment.

Apéritif (pot de fin de séjour) puis dîner et soirée au VVF.

Dimanche 1er juin

Matin : Balade pédestre à la découverte du bourg de Sare avec visite commentée sur l'histoire du bourg.

Déjeuner au VVF - retour sur Niort.