



GR10, étape 2 : St Jean Pied de Port - Etsaut (RA22L)

Pyrénées - France

7 jours (dont 7 jours : Grande Randonnée)

Prix à partir de 825.00 EUR p.p.

Niveau 

Type Individuel

Age minimum 18 ans

Portage Affaires pour la journée

Hébergement Gîte

Groupe de 2 à 10 personnes

Repas Demi-pension

Encadrement En liberté



Les points forts de ce voyage

- La traversée de deux régions des Pyrénées : le Pays basque et le Béarn.
- Un tronçon chargé d'authenticité ponctué de très belles rencontres.
- L'accès aux bagages chaque soir.



TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

Votre voyage

Le GR10 de Saint-Jean-Pied-de-Port à Etsaut fait partie de la grande traversée des Pyrénées et présente la particularité d'offrir au randonneur la découverte de deux régions spécifiques : le Pays basque et le Béarn.

En point d'orgue de ce circuit, la dernière étape vous conduira jusqu'au village d'Etsaut, en vallée d'Aspe, porte du célèbre parc national des Pyrénées.

J 1/ De Saint-Jean-Pied-de-Port à Phagalcette

Après avoir quitté la capitale du Pays basque, vous vous rapprochez, de collines en collines, des premiers petits sommets des Pyrénées-Atlantiques, en direction de l'est. L'itinéraire franchit tout d'abord le village de Caro, puis le col d'Handiague, et ses 587 mètres, d'où vous pouvez admirer la haute vallée de la Nive, avant d'amorcer une descente en lacets vers Estérençuby.

5 h 15 de marche. 16 km. M : 890 m. D : 410 m.

J 2/ De Phagalcette à Iraty

L'étape du jour revêt un caractère sportif du fait de sa distance, associée à la topographie tourmentée de la randonnée. En effet, le GR 10 franchit plusieurs cols, autorisant une diversité de paysages enchanteurs. Après la découverte des Cromlechs d'Occabé, véritable temple du soleil avec vue sur 360°, l'arrivée en forêt d'Iraty, connue pour ses 2 500 hectares de futaies majestueuses est un grand moment de dépaysement.

6 h 45 de marche. 22 km. M : 1 430 m. D : 730 m.

J 3/ D'Iraty à Logibar

Au départ des chalets d'Iraty, passage par le pic des Escaliers, culminant à 1 472 mètres, avant d'entamer la descente par la crête d'Ugatzé, puis de rejoindre Logibar. L'itinéraire, par les franchissements de crêtes et de cols, offre de remarquables points de vue sur les paysages basques et la forêt d'Iraty. En cas de mauvais temps, variante possible, par le village de Larrau.

Itinéraire normal : 5h45 de marche. 17 km. M : 360 m. D : 1300 m.

Variante par Larrau : 3 h de marche. 10 km. M : 160 m. D : 1100 m.

J 4/ De Logibar à Senta

Depuis Logibar, le GR 10 franchit le canyon d'Holzarté et sa fameuse passerelle. Il rejoint ensuite le cayolar de Saratzé. Les cayolars sont des cabanes de bergers qui constituaient jadis un lieu d'hospitalité et d'accueil ouvert au randonneur. Après avoir atteint le hameau de Senta, vous quittez le Pays basque pour le Béarn et pénétrez dans la vallée de Barétous.

7 h 15 de marche. 25 km. M : 1500 m. D : 1380 m.

J 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 gîte (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)

J 6/ De Lescun à Etsaut

Vous quittez le cirque dolomitique de Lescun, puis traversez une succession de villages de piémont, au milieu d'espaces de pastoralisme aux traditions ancestrales. Après le plateau de Lhers, et le col de Barrancq,

TREK AVENTURE



Agence trekking (Licence 191913)

25, Bohey - L-9647 DONCOLS

Tél. : (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

l'itinéraire rejoint le village d'Etsaut, porte du parc national des Pyrénées, en bordure du gave d'Aspe. Nuit en gîte .
5 h 45 de marche. 17 km. M : 850 m. D : 1150 m.

J7 / Fin du séjour après le petit déjeuner.

NB : les temps de marche sont donnés à titre indicatif.
M : dénivellation ascendante. D : dénivellation descendante.

Départ le dimanche

Départ possible tous les jours de la semaine.

Les déplacements

La plupart des déplacements se font à pied.

Retour à Saint-Jean-Pied-de-Port depuis Etsaut :

- En bus et train :

• Bus d'Etsaut à Bedous (ligne 550 Bedous - Canfranc). Informations complémentaires ici.

• Train TER de Bedous à Pau puis trains TER de Pau à Bayonne et de Bayonne à Saint-Jean-Pied-de-Port.

Option disponible (avec un supplément) :

- Transfert de Etsaut à Saint-Jean-Pied-de-Port.

A réserver à l'inscription.

Supplément transfert jour 5 taxi de Senta à La Pierre, en option : + 70 € pour un groupe de 1 à 6 personnes

N.B.: Nous vous conseillons fortement à vous rendre en train sur votre lieu de séjour, car les trajets de retour pour récupérer votre véhicule peuvent s'avérer très longs et/ou onéreux. Si toutefois vous venez en voiture, nous vous invitons à laisser votre véhicule le premier jour au point d'arrivée avant de rejoindre votre lieu de départ du séjour, car vous aurez le temps de faire le trajet et ne serez pas fatigués par votre semaine de randonnée.

L'hébergement

Six nuits en gîte, en chambres partagées ou dortoirs.

NB : vous avez la possibilité de réserver un surclassement Confort pour dormir en chambre de deux lits sur cinq des six nuits du circuit.

Les repas

— Les petits déjeuners et les dîners, souvent à base de spécialités locales, sont pris à l'hébergement.

— Les déjeuners sont à votre charge. Sur demande la veille, vos hôtes pourront vous préparer un pique-nique (environ 10 €).

Le transport des bagages

Vous portez uniquement vos affaires de la journée, ainsi que votre pique-nique. Vos bagages sont acheminés par véhicule.

Si vous ne souhaitez pas bénéficier du transfert des bagages, merci de nous consulter.

Balisage et sentiers

Reconnu au préalable par nos guides, l'itinéraire est bien balisé. Indications précises dans le roadbook qui vous sera remis avant le départ.

Dates et prix

 Promotion  Départs complet  Départ assuré

Destination	Thème	Départ	Retour	Durée	Tarif
-------------	-------	--------	--------	-------	-------

Pyrénées GR10, étape 2 : St Jean Pied de Port - Etsaut 01/06/2026 24/09/2026 7 jours 825.00 EUR



TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

Info pays



Pyrénées

La montagne pyrénéenne est généreuse, une multitude de sentiers et de lacs vous attendent pour une pratique estivale de la randonnée, prétexte à de nombreuses rencontres : des paysages superbes, une flore riche et variée, une faune abondante, "l'homo pirenaïcus" à l'accent chantant... Des hauts plateaux enneigés on aperçoit la mer...

Formalités administratives

France

La France étant membre de l'Union Européenne, il suffit d'une carte nationale d'identité ou d'un passeport en cours de validité pour les ressortissants d'un pays de UEM.

Conseil(s) santé

France

Les conditions sanitaires sont équivalentes à celles de l' Europe et ne présentent aucun danger particulier.

Nous vous conseillons d'être à jour des vaccinations classiques : diphtérie, tétanos, RRO, hépatite B, poliomyélite, fièvre typhoïde.

Infos pratiques

Votre budget

NOTE IMPORTANTE : Dans la rubrique 'Le Prix Comprend', le prix du vol (si applicable) est en général basé sur un départ de Paris. Un départ d'un autre aéroport (Bruxelles, Luxembourg, Genève, ...) peut être demandé mais est susceptible d'un éventuel supplément de prix. Lors de la réservation, ce supplément vous est communiqué.

Par ailleurs, les prix indiqués sur cette fiche technique sont donnés à titre indicatif. Des modifications peuvent intervenir (les augmentations des taxes aériennes, les surcharges carburant, l'évolution du coût des prestations terrestres, etc. peuvent être répercutées sur le prix du forfait).

De même, des suppléments liés aux variations des prix des billets d'avion et aux disponibilités dans la classe tarifaire prévue pour le voyage peuvent s'appliquer en fonction de la date d'inscription.

Dans tous les cas, vous en serez informé au plus tard lors de votre inscription. Après votre inscription, seules les modifications prévues par l'article R211-8 du code du tourisme peuvent s'appliquer.

Le prix comprend

- L'hébergement tel que décrit.
- Les dîners du J 1 au J 6
- Les petits déjeuners du J 2 au J 7.
- Le transfert des bagages.
- Le roadbook (ainsi qu'une carte et les bons de réservation pour un groupe de deux à quatre personnes).

Le prix ne comprend pas

- L'acheminement jusqu'au lieu de rendez-vous et depuis le lieu de séparation.
- L'assurance annulation/interruption de séjour/perte de bagages et l'assistance.
- Tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique 'Le prix comprend'.

Autres dépenses sur place

- Les pique-niques du J 1 au J 7 (environ 10 eur par personne si vous les commandez dans les hébergements).
- Les visites et transferts non prévus au programme.
- Les boissons.
- Les pourboires.

Vous préparer à partir

Préparation physique

Pour profiter pleinement de votre voyage, n'oubliez pas d'entretenir votre forme au moins une fois par semaine en marchant (15 à 18 km) si possible sur un parcours avec dénivelée (350 m/h), ou en pratiquant une activité sportive développant l'endurance.

Votre pharmacie individuelle

Celle-ci sera validée avec un médecin en tenant compte du terrain d'aventure et de l'éloignement propres à ce voyage. Elle contiendra en principal :

- Un antalgique.
- Un anti-inflammatoire (comprimés et gel).
- Un antibiotique à large spectre.
- Un antispasmodique, un antidiarrhéique, un antiseptique intestinal, un antivomitif.
- Des pansements et double peau, des compresses, de la bande adhésive, du Steristrip, du tulle gras.
- Un antiseptique.
- De la crème solaire et de la Biafine.

TREK AVENTURE



Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

- Vos médicaments personnels.

- En complément : collyre, répulsif contre les moustiques, pince à épiler, somnifère léger et/ou boules Quies, vos médicaments personnels.

Equipement de base

L'ensemble de vos affaires est réparti entre deux sacs :

* un sac à dos porté pendant la marche d'environ 30-40 litres pour vos affaires de la journée (pull, t-shirt de rechange, gourde, lunettes, crème solaire, petit matériel, appareil photo...), qui sera aussi le sac que vous garderez avec vous dans l'avion

* un sac de voyage avec cadenas, souple et solide de 15 kg maximum, avec de préférence une fermeture éclaire latérale (accès plus facile qu'un sac marin). Pendant le voyage, il contiendra les affaires que vous n'utilisez pas dans la journée. Transporté à dos de mule ou de chameau ou sur le toit d'un 4x4, votre sac sera dans tous les cas sanglé, callé, soulevé et bâché un grand nombre de fois : évitez par conséquent les sacs rigides et les valises et préférez la solidité à l'esthétique.

> Vêtements de la tête aux pieds

- Une casquette, un chapeau, un bonnet ou un cheich (désert)
- Des lunettes de soleil (indice 3 minimum, 4 pour la haute montagne)
- Une cape de pluie (suivant la saison)
- Des sous-vêtements respirants (séchage rapide)
- Une veste imperméable et respirante type Goretex
- Des T-shirts
- Une paire de gants
- Des pantalons de trek détachables à mi-jambe
- Un collant thermique (suivant la saison)
- Un maillot de bain.
- Des vêtements de rechange.
- Des chaussettes de marche.
- Une paire de sandales.
- Une paire de chaussure (voir rubrique ci dessous)
- Une paire de lacets de rechange.

Nous vous recommandons la boutique Trek Aventure pour trouver le matériel idéal grâce à la marque MILO
www.trekaventure.com/trekking/page/le_catalogue_milo

> Matériel indispensable

- Une trousse de toilette et une serviette de bain.
- Une gourde (ou gourde poche à eau, pipette)
- Des serviettes humidifiées type lingettes.
- Du papier toilette.
- Un couteau de poche (en soute !).
- Quelques sachets plastiques pour protéger vos affaires.
- Une aiguille et du fil.
- des bâtons de marche.
- Couverture de survie (modèle renforcé).
- Briquet.
- Appareil photo.
- Livres de voyage.
- Lentilles jetables ou lunettes correctrices de secours.
- Une lampe frontale et ses piles.
- Un sac de linge sale pour séparer avec le linge propre.

> Pochette antivol et documents

- Passeport (ou carte d'identité).
- Visa selon le pays.
- Carnet de vaccinations et indications médicales.

TREK AVENTURE



Agence trekking (Licence 191913)

25, Bohey - L-9647 DONCOLS

Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

- Devises, carte de crédit.
- Contrat d'assistance et d'assurance
- Papiers personnels.

A ne pas oublier dans vos valises

- En complément : collyre, répulsif contre les moustiques, pince à épiler, somnifère léger et/ou boules Quies, vos médicaments personnels.

A ne pas oublier dans vos valises

- Spécial désert : un chargeur solaire de batterie, une deuxième gourde pour laisser le temps aux pastilles de purification de l'eau d'agir sans se priver de boire, une taie d'oreiller que l'on remplit avec sa veste polaire
- Des chaussures de randonnée imperméables à tige montante et semelle offrant une bonne adhérence, type Contagrip ou Vibram
- Une paire de chaussures de sport (type basket)
- Un drap-sac en coton ou en soie (les couvertures sont fournies par l'hébergeur)

Nos astuces

1. En raison des retards de certains bagages, nous vous conseillons fortement d'emporter votre sac de couchage avec vous et le nécessaire pour pouvoir voyager les premiers jours, en bagage accompagné dans l'avion.
2. Laissez tout objet coupant (couteau, ciseaux, coupe-ongles, etc..) et briquet dans votre bagage destiné à la soute de l'avion car les contrôles de sécurité les interdisent à bord de l'avion.
3. La réussite de tout voyage est un délicat mélange de bonne humeur, de sentiments d'entraide, de convivialité, d'esprit de découverte, de bonne volonté, d'une participation aux tâches communes ainsi que le respect des traditions locales. Et n'oubliez pas des imprévus sont toujours possibles, dans ces moments adoptez la zen attitude : patience et tolérance.
4. Prenez une photocopie de votre passeport, de votre contrat d'assurance assistance et de votre billet d'avion en cas de perte des originaux.