LA VELODYSSEE

D'Arcachon à Hendaye,

Cap vers le Pays Basque…

Du haut de la dune du Pyla, droit vers le sud, les plages landaises filent à l'infini, entre océan et forêts de pins. Un itinéraire où la tranquillité est omniprésente, à peine perturbée par le ronronnement des vagues toutes proches et le bruit du vent dans les aiguilles de pins. Pour décrocher du rythme du quotidien, il n'y a pas mieux. Au gré des envies, les pauses se multiplient sur les plages désertes ou au bord des lacs de Biscarrosse ou de Léon. La station animée de Vieux Boucau Port d'Albret, s'articulant autour de la lagune, précède l'arrivée au très agréable lac d'Hossegor et ses villas cossues cachées dans les pins. Une fois franchi l'Adour, le paysage change radicalement ; l'urbanisation de la côte basque rompt cette quiétude, tout en révélant un charme indéniable et varié : les vieux quartiers de Bayonne, Biarritz la luxueuse, le rouge et le blanc de Bidart, la baie de Saint-Jean-de-Luz avec son adorable petit port, et enfin en balcon au-dessus des falaises, l'arrivée à Hendaye là où les Pyrénées surgissent de l'océan.

LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied
32 Place Limozin 43170 SAUGUES
Tél : +33 (0)4 71 74 47 40 | contact@lapelerine.com | www.lapelerine.com

8 jours - 7 nuits - 6 jours de vélo.

JOUR 1 - ARCACHON

Installation dans l'après-midi à votre hôtel où vous récupérez votre documentation de voyage et votre GPS. Profitez de la fin de journée pour vous balader à Arcachon. Accueil personnalisé au téléphone d'une heure entre 16h et 19h du lundi au dimanche.

JOUR 2 - D'ARCACHON à BISCARROSSE-PLAGE 34km

D+195m

Depuis Arcachon, vous rejoignez l'Océan. Après quelques kilomètres, une escapade sur le sommet de la **Dune du Pilat** s'impose ! Un site unique, d'une grande féerie, qui offre un beau panorama. Vous repartez à vélo pour entamer la belle et grande traversée de la forêt landaise. Une trouée dans la forêt vous annonce l'arrivée à Biscarrosse-Plage.

JOUR 3 - De BISCARROSSE-PLAGE à MIMIZAN 51km

D+224m

Après une pause rafraîchissante au petit port Le Piaou de Parentis-en-Born, votre itinéraire continue à travers la forêt domaniale de Sainte-Eulalie avant d'embrasser à nouveau l'océan. Ce dernier vous dévoilera son plus beau visage dès votre arrivée sur la station familiale de Mimizan-Plage, aussi appelée la Perle de la Côte d'Argent.

JOUR 4 - De MIMIZAN-PLAGE à LINXE 47km

D+177m

Après l'ambiance chaleureuse de Mimizan-Plage, retrouvez le calme de la forêt, ses silences et ses odeurs. Vous serez alors conquis par la sensation d'être le maître de ces grands espaces sereins. Dès votre arrivée à Contis, l'unique phare des landes se présente à vous, zébré de noir et de blanc. Après quelques kilomètres, un arrêt à la plage du Cap de l'Homy s'impose, pour bénéficier d'une vue imprenable sur l'océan mais aussi apprécier la beauté sauvage de la côte landaise.

JOUR 5 - De LINXE à HOSSEGOR 40km

D+123m

La Vélodyssée surfe à présent sur les emblématiques stations balnéaires de la piste littorale. Distinguez ainsi : Seignosse la sauvage, Hossegor la bourgeoise ou encore Capbreton (avec quelques kilomètres en plus), la cité familiale et vivante où vous aurez également l'occasion de découvrir l'unique port de pêche des Landes.

JOUR 6 - De HOSSEGOR à BIARRITZ 40km

D+97m

Vous entrez progressivement dans le Pays Basque et découvrez Bayonne, ville d'Art et d'Histoire, qui vous invite à découvrir un patrimoine unique. Vous longez ensuite le fleuve Adour, les montagnes basques en toile de fond, pour rejoindre à travers la forêt de Chiberta les plages d'Anglet. Votre arrivée à Biarritz vous ouvre l'horizon sur le golf de Cantabrie et signe la fin de votre séjour.

JOUR 7 - De BIARRITZ à HENDAYE 30km

D+270m

A partir de Biarritz, vous longez quelques-unes des plus belles plages de la côte Atlantique et traversez des villages basques blottis autour de leur fronton de pelote.
Une somptueuse fin de parcours vous attend sur la corniche basque, avec le fort de Socoa, les falaises et le château d'Abbadia !

Jour 8 - HENDAYE

Fin de votre séjour après votre petit déjeuner.

- Les plages désertes
- La quiétude des lieux
- Les nombreux lacs alentours
- Le courant d'Huchet (fleuve côtier)
- Bayonne, Biarritz, St Jean de Luz

>DATES

Du 1er Mai au 30 Septembre, aux dates de votre convenance et suivant la disponibilité des hébergements.

Merci d'indiquer sur le bulletin de réservation les autres dates qui vous conviendraient également (ex : possibilité de décaler la randonnée de un ou de jours avant ou après…) ; ceci au cas où un ou plusieurs hébergements ne seraient pas disponibles aux dates choisies.
Nous vous demandons également de **réserver le plus tôt possible**. Nous n'avons pas de places réservées dans les hébergements et certains d'entre eux sont complets parfois plusieurs mois à l'avance.

>LE PRIX COMPREND

- L'hébergement en hôtels 2*, 3*: 7 nuits
- 7 petits déjeuners
- Le Carnet de Route (documentation pour la réalisation de la randonnée)
- Le transport des bagages entre les hébergements
- Les taxes de séjour
- Le prêt d'un GPS de randonnée et la carte des itinéraires
- L'accès à une application de voyage exclusive pour suivre votre parcours
- Un accueil personnalisé, réalisé par notre guide au téléphone

>LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les repas de midi
- Les dîners du soir
- La location de vélo (voir option)
- Les dépannages, pièces et indemnités kilométriques correspondantes
- Les boissons
- Les visites
- Les assurances
- Les frais d'envoi à l'étranger (+15€/dossier),
- Les frais d'inscription (+15€/personne),
- Les frais de traitement prioritaire pour toute inscription à J-15 (+35 € / dossier).

>ACCUEIL / DISPERSION

Accueil personnalisé au téléphone d'une heure entre 16h et 19h du lundi au dimanche lors de votre arrivée à votre hébergement d'Arcachon.

Votre séjour se termine après le petit-déjeuner le jour 7 à Hendaye.

>NIVEAU

Étapes de 35 à 60 kms. La moyenne des étapes est de 42 kms par jour, sans difficulté particulière car très peu de dénivelé.

Nature du terrain : vous roulez principalement sur de petites routes départementales, et sur des aménagements cyclables propres goudronnées ou stabilisées.

>HEBERGEMENTS

Petits hôtels familiaux, ou chambres d'hôtes confortables où règne une atmosphère conviviale et chaleureuse.

ATTENTION : Lorsque 2 hébergements sont complets, nous sommes contraints de vous faire passer 2 nuits au même hébergement et d'organiser un transfert (ce qui ne change en rien le contenu de votre randonnée) ; ces précisions vous seront indiquées sur votre confirmation d'inscription si le cas se produit. **Un supplément peut vous être demandé**.
Certains hébergements ne disposent pas d'une grande capacité d'accueil donc pour les éventuels groupes il est souhaitable de nous contacter avant votre inscription.

Information :
Disparues depuis bien longtemps, des petites bêtes (6 mm) appelées « punaises de lit », ont refait leur apparition dans de nombreuses régions de France, à la campagne comme en ville ou dans les capitales européennes. Certains hébergements situés sur des itinéraires de randonnées, en montagne comme en bord de mer en font les frais. Elles sont apportées par les voyageurs qui les véhiculent à leur insu dans leurs sacs à dos, leur valise ou sur leurs vêtements… Cela n'a rien à voir avec l'hygiène. Certains hébergements en ville hors chemins de randonnées subissent ce phénomène. Ces punaises piquent comme des puces ou des moustiques, pendant le sommeil et dans certains cas peuvent provoquer des allergies. En prévention de ces piqûres, une association a choisi un insecticide respectueux de l'environnement et de la santé avec une formule à base de pyrèthre naturel et d'huiles aromatiques, 100% naturel et labélisé Eco-Cert. Nous vous conseillons donc de protéger votre bagage et vos vêtements dès le début du voyage avec un spray. Ce petit contenant pas trop lourd (120 ml) est mis en vente sur certains chemins chez certains hébergeurs ou dans des pharmacies. Ce spray est à pulvériser essentiellement sur l'intérieur et l'extérieur de l'ensemble du bagage et sur le contenu. Vous pouvez également demander conseil auprès de votre pharmacien qui pourra vous proposer d'autres produits alternatifs.

>REPAS DE MIDI

Les pique-nique ne sont pas fournis. En option, nous pouvons réserver certains déjeuners dans des restaurants situés sur le parcours.
Dans votre carnet de route, vous trouverez les différents points de ravitaillement.
Autre possibilité : certains hébergements peuvent vous confectionner des paniers repas. Pour cela, les prévenir à votre arrivée à l'étape. Compter entre 7 et 15 € le pique-nique (à régler directement à l'hébergeur).

>TRANSPORT DES BAGAGES

Rien à porter, excepté vos affaires de la journée.
Vous retrouvez vos bagages tous les soirs à l'étape.
Attention : certains changements d'hébergements peuvent induire une modification importante du coût de transport des bagages.
Durant votre circuit, nous vous demandons d'avoir **un bagage par personne** pas trop volumineux (60 cm maximum), dont le **poids ne dépasse pas 10 kg** + 1 caisse de matériel pour le groupe.
Nous nous déchargeons de toute responsabilité en cas de détérioration de tout objet fragile (ordinateur portable, par exemple).

>ACCES

EN TRAIN

Une liaison TGV avec la gare SNCF de Paris Montparnasse dessert tous les jours le Bassin d'Arcachon (Gares de Facture - Biganos et d'Arcachon). http://www.ter.sncf.com/aquitaine/
Gare de Bordeaux St-Jean. http://www.gares-en-mouvement.com/fr/frboj/accueil/
Tél SNCF : 36 35. http://www.voyages-sncf.com/

EN AVION

Aéroport International de Bordeaux-Mérignac. 45 minutes du Bassin en taxi ou en bus. http://www.bordeaux.aeroport.fr/

EN VOITURE

Depuis Paris, autoroute A10 Paris / Bordeaux. Depuis Toulouse, autoroute A62 jusqu'à Bordeaux puis A660 direction Arcachon (section sans péages). Depuis Lyon, autoroute A89 jusqu'à Bordeaux puis A660 direction Arcachon. Depuis

Biarritz, autoroute A63 direction Bordeaux puis A660 direction Arcachon. Accès également possible par routes nationales, depuis Bordeaux, Arcachon est à moins d'une heure par la voie directe N250.

Nos séjours sont spécialement conçus de gare à gare ; une incitation à utiliser le moyen de transport le moins polluant.
Les horaires des lignes de train et de bus étant sujets à variation au cours de l'année et suivant les jours de la semaine, nous vous invitons à contacter les différents opérateurs de transports publics pour préparer votre trajet jusqu'au point de rendez-vous et retour. Pour limiter vos frais de déplacement et d'émission de carbone, pensez au covoiturage en tant que chauffeur ou passager : http://www.covoiturage.fr/

PARKING

Nombreux parkings gratuits sur Arcachon. Parking payant de 237 places à la gare SNCF, Boulevard du Général Leclerc, 33120 Arcachon.

COMMENT REPARTIR

En train à partir de la Gare SNCF d'Hendaye, Boulevard Général de Gaulle, 64700 Hendaye.
http://www.gares-en-mouvement.com/fr/fraef/votre-gare/
Possibilité d'embarquer les vélos.
Dans les TER, votre vélo voyage gratuitement, suspendu ou placé dans un endroit prévu à cet effet. Il n'est pas possible de réserver, ces emplacements sont libres, dans la limite des places disponibles. Il est conseillé d'arriver environ 20 minutes avant le départ pour vous préparer à charger votre vélo et pour éviter les horaires d'affluence. Renseignez-vous à l'avance si vous voyagez en groupe.
- Vous êtes responsables de votre vélo (transport, maniement, surveillance) tout au long du trajet.
- Dans la gare, sur les quais et dans le train, votre vélo doit être tenu à la main.
- Vous ne pouvez pas emprunter les escaliers mécaniques avec votre vélo.
- Pensez à préparer votre descente du train pour faciliter celle des autres passagers.

SI VOUS DESIREZ ARRIVER LA VEILLE OU RESTER APRES LE SEJOUR : Possibilité de réserver une nuit supplémentaire à Arcachon et / ou Hendaye (nous consulter).

>DOSSIER DE VOYAGE

Dans le mois précédant votre départ et après réception du solde, nous vous adressons votre carnet de route par voie numérique (1 pour 5 personnes). Le topoguide (road book), la fiche pratique et la carte tracée sera remise au 1er hébergement à Arcachon.

>LISTE DES AFFAIRES À EMPORTER

Pour vos **bagages transportés**, choisissez un sac souple (sac à dos ou sac de voyage en bon état). UN SEUL SAC PAR PERSONNE + 1 caisse de matériel pour le groupe.

- 1 petit sac à dos pour la journée ou camel-back suffisamment grand.
- éventuellement un sur-sac (pour le protéger de la pluie) + 1 sac plastique solide (permettant de protéger l'intérieur).
- des vêtements de rechange pour le soir.
- 1 vêtement CHAUD pour le soir (type veste polaire...).
- 1 paire de chaussures de détente légères pour le soir.
- 1 maillot de bain.
- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité avec protections latérales.
- 1 couteau de poche, une cuillère et une boîte plastique alimentaire (si vous choisissez de commander les pique-niques aux hébergements),
- des vivres de courses (barres de céréales, fruits secs…).
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre votre argent, carte d'identité, carte vitale et contrat d'assistance reçu lors de votre inscription si vous avez souscrit cette assurance ou celui de votre assurance personnelle.
- nécessaire de toilette (privilégiez l'indispensable, les petites contenances, les échantillons et les kits de voyages).
- 1 serviette de toilette qui sèche rapidement et de petite dimension.
- boules Quiès ou tampon Ear (facultatif).
- papier toilette + 1 briquet.
- crème solaire + écran labial.
- 1 frontale ou lampe de poche.
- 1 couverture de survie.
- Appareil - photo, jumelles (facultatif).
- si vous portez des lunettes de vue, pensez à prendre une paire de rechange.

Pharmacie personnelle

- vos médicaments habituels.
- médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence.
- pastilles contre le mal de gorge.
- bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8 cm de large.
- jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes.
- double peau (type Compeed ou SOS ampoules).
- vitamine C.
- 1 pince à épiler.
- Stérilium gel (utile pour se laver/désinfecter les mains).

SPÉCIFIQUE VÉLO

- 1 tenue de vélo adaptée : cuissard, tee-shirts respirant (manches longues, manches courtes suivant la saison),
- 1 pantalon confortable pour le vélo,
- des chaussures adaptées pour le vélo,
- 1 coupe-vent ou gore tex,
- des gants de vélo, voire gants longs suivant la saison,
- 1 casque vélo (obligatoire),
- 1 bidon ou 2, le mieux étant les poches d'eau dorsales (type Camel Back),
- des garde-boue peuvent être utiles.
- 2 chambres à air, rayons de rechange…
- une patte de dérailleur dite « patte fusible ».
- 1 jeu de patins / plaquettes de frein
- nécessaire de réparation (petit matériel) que vous prendrez soin de mettre dans une caisse à part (1 caisse de réparation pour l'ensemble du groupe). Néanmoins, les hébergements choisis disposent généralement de matériel.

Attention : il convient d'être autonome pour toutes les petites casses classiques occasionnées lors d'un raid comme celui-ci (crevaisons, réparation...) Si vous avez des freins à disque ou un vélo sophistiqué, prévoyez bien le matériel de réparation adéquat.

Une liste de mécaniciens de vélo vous sera donnée à votre départ. Ces informations sont remises à jour régulièrement. En aucun cas, nous ne sommes responsables de leurs prestations ou des modifications de leurs jours d'ouverture et en particulier les jours fériés.

Vous aimeriez aussi...

- Le Canal du Midi à Vélo
- Le Canal de Garonne à Vélo
- Le Canal des 2 Mers

Si nous n'avons pas répondu à toutes vos questions,
- appelez-nous au +33 (0)4 71 74 47 40 -

FICHE TECHNIQUE PLUS DETAILLEE AU MOMENT DE VOTRE INSCRIPTION