



Saint Jacques de Compostelle

Camino Francés

De Puente la Reina à Logroño
Randonnée – 4 jours / 3 nuits – en liberté

LES POINTS FORTS

- Point de rencontre du camino Francés et du camino Aragonés
- Richesse et variété des paysages
- Passage par Irache et sa fameuse fontaine à vin

« *Y desde aquí, todos los caminos a Santiago se hacen uno solo* » Comme l'annonce cette inscription visible sur une statue de pèlerin érigée à l'entrée de Puente la Reina, vous rejoindrez sur ce tronçon les pèlerins venant des Camino Francés et Aragonés.

Ce court tronçon vous permettra d'inscrire vos pas dans ceux de milliers de pèlerins. Vous traverserez les régions de la Navarre et de la Rioja. Au-delà des décors verdoyants et des paysages variés qu'offre cet itinéraire, ce sont aussi les villes et villages au fort intérêt culturel que vous traverserez qui feront votre bonheur : Puente la Reina, Estella, Los Arcos, jusqu'à Logroño, ville capitale de la Rioja.

JOUR 1 : Puente la Reina

Arrivée à Puente la Reina et installation à l'hébergement.

Découverte de la ville, point de rencontre entre le Camino Aragonés et le Camino Francés.

JOUR 2 : De Puente la Reina à Estella

On quitte Puente la Reina en franchissant le Río Arga par le pont romain (le pont de la reine), puis le parcours suit à bonne distance la N 11. Au menu du jour, de nombreux édifices intéressants : églises baroque de Mañeru et romane à Villatuerta, portail Mozarabe à Cirauqui et ponts romains sur toute l'étape. Le paysage change, on longe les premiers champs d'oliviers, au printemps les fleurs de colza et les coquelicots encadrent le chemin. Arrivée à Estella (la ville de l'étoile), et visite de son bourg avec ses anciennes maisons, palais et églises qui témoignent de son importance tout au long de l'histoire.

23 km – 5 h 45 de marche environ - montée et descente faibles

JOUR 3 : D'Estella à Los Arcos

C'est dans le village d'Irrache que les bodegas (caves) ont mis à la disposition des pèlerins une fontaine à vin. Cependant, il est conseillé de garder de la lucidité pour la visite du monastère du village, un des premiers à accueillir les pèlerins. Passé le village de Villamayor de Monjardin et sa colline, c'est l'immensité des champs qui s'ouvre aux randonneurs pèlerins loin des villages, des routes et des arbres. Arrivés à Los Arcos, ne manquez pas de passer sous la porte du XVII e siècle qui s'ouvre sur une jolie place à arcades avec son église d'origine romane.

21 km – 5 à 6 h de marche - montée et descente faibles

JOUR 4 : De Los Arcos à Logroño

Longue étape de transition entre la Navarre et la Rioja renommée pour ses vins. La présence de la vigne et des champs d'oliviers se fait plus forte. En chemin, découvrez la chapelle octogonale de Torres del Rio et le village de Viana, bâti sur le même plan que celui d'une bastide française. Ses ruelles étroites qui gardent une atmosphère médiévale réservent aux randonneurs une ombre fraîche aux heures les plus chaudes de la journée. Enfin, on aborde les rives de l'Elbro et la ville de Logroño après la traversée d'une grande plaine peu arborée.

Fin du programme et des prestations à Logroño en fin d'après-midi.

29 km – 7 h 30 de marche environ - montée et descente faibles

▪ **Les points clés :**

Le rendez-vous : Dans l'après-midi à votre hébergement à Puente la Reina.

La fin du séjour : Dans l'après-midi à Logroño.

Le niveau : De 5 à 7 h 30 de marche par jour, sans difficultés.

La documentation fournie : Nous vous enverrons un carnet de route comprenant tous les documents nécessaires à la réalisation de votre randonnée : topo-guide et cartes, étiquettes pour vos bagages, feuille de route comprenant les coordonnées des hébergements. Vous y trouverez la description des chemins (tout le parcours est balisé) et des commentaires sur les villages, les monuments...

Les hébergements : Accueil en demi-pension (sauf à Pamplona nuit et petit-déjeuner). Le plus souvent en hôtel ou hostel de différentes catégories, parfois en casa rural (chambres d'hôtes) ou en pensión (auberge familiale). Douche ou bain et WC dans la chambre le plus souvent.

Les repas :

- Dîners : servis à partir de 19 h / 19 h 30 ; la plupart du temps, ils correspondent au menu pèlerin du jour (entrée, plat et dessert). Au cours de votre randonnée, vous pourrez découvrir les spécialités du pays.
- Petits-déjeuners : en Espagne, le petit-déjeuner est très léger et, comme le déjeuner est généralement pris vers les 3 h de l'après-midi, les espagnols prennent un en-cas consistant vers le milieu de matinée pour éviter le coup de barre. Sur le plan hôtelier, en dehors des grandes chaînes traditionnelles ou des hôtels de catégorie *** et supérieure, il est malheureusement fréquent de se faire servir un petit-déjeuner léger et mal adapté aux randonneurs. Nos efforts répétés chaque année auprès des hôteliers commencent à porter leurs fruits très progressivement, mais il y a encore beaucoup de progrès à faire. Il en va de même pour les horaires et les petits-déjeuners ne vous seront jamais proposés avant 8 h, voire 8 h 30. Essayez toutefois de négocier l'horaire avec votre hôte la veille du départ. Pensez à en tenir compte pour votre journée et prévoyez quelques en-cas pour la route.
- Pique-niques : certains hébergements proposent des paniers pique-niques (non compris, à payer sur place), le topo-guide fourni dans votre carnet de route vous renseigne sur les possibilités de ravitaillement dans les commerces, à l'étape et/ou sur le chemin.

Précaution/hygiène :

Tous nos hébergements ont été sélectionnés pour leurs qualités d'accueil, de confort et de propreté. Malgré cela, certains d'entre eux nous ont signalé le retour des **punaises de lit** qui sont le plus souvent véhiculées par des randonneurs. Pour aider les hébergeurs à éradiquer ce fléau mais aussi pour limiter les risques de piqûres, il convient de pulvériser l'intérieur et l'extérieur de vos bagages (sac à dos de la journée et bagage suiveur), ainsi que tous vos vêtements et vos chaussures. Des sprays sont en vente dans les pharmacies et dans certains hébergements ; quelques produits sont 100 % naturels et labellisés ECOCERT. **Afin de limiter les risques de propagation, nous vous demandons de suivre scrupuleusement les consignes mises en place par les hébergeurs sans les prendre comme des brimades (par exemple l'interdiction d'emporter vos bagages et sacs à dos dans les chambres ou dortoirs).** De retour à la maison, en cas de doute, nous vous conseillons de laver l'ensemble de vos affaires à 65°C ou sinon, de mettre vos affaires pendant 2 jours dans un congélateur (la punaise ne survit pas aux températures inférieures à 0°C).

L'organisation : Lorsqu'il n'y a pas de disponibilité à une étape du programme décrit ci-dessus, nous vous proposons deux nuits consécutives à l'étape précédente ou à l'étape suivante et nous organisons les transferts correspondants (supplément possible). Votre itinéraire à pied n'est pas modifié.

Pour pouvoir réaliser les étapes du programme, nous vous conseillons de réserver le plus tôt possible.

Transport des bagages : Vos bagages sont transportés par nos soins sauf si vous choisissez la formule sac au dos.

Le balisage : Tout le sentier est balisé : flèches jaunes et/ou coquille.

▪ **Les accès :**

Nos séjours ont été spécialement conçus de gare à gare ; une incitation à utiliser le moyen de transport le moins polluant.

En fin de circuit :

En train: Il y a plusieurs possibilités de rejoindre Paris en train depuis Logroño (RENFE et SNCF) avec plusieurs changements (à Madrid, Barcelone ou Saragosse).

En bus : La compagnie La ESTELLESA assure le trajet Logroño vers Irún, Hendaye ou Donastia/San Sebastian: www.laestellesa.com. Les compagnies ALSA (<http://www.alsa.es/>) et EUROLINES (<http://www.eurolines.fr>) assurent de nombreuses destinations vers la France depuis Pamplona (Paris, Bordeaux,...).

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.

Informations sur les transports :

- Information très complète sur les transports à Logroño sur le site : <http://www.lariojaturismo.com>
- SNCF Tel : 36 35 ou <http://www.voyages-sncf.com>
- RENFE (compagnie ferroviaire espagnole)
Tel : 0034 902 320 320 ou plus pratique site internet : <http://www.renfe.com>
Bureau RENFE à Paris (renseignements et vente) : 01 40 82 63 60.
- Compagnie de bus La BURUNDESA: 0034 948 30 35 05
(<http://www.laburundesasa.com> ou www.autobuseslaunion.com)
- Compagnie de bus La ESTELLESA : 0034 948 326 509 ou
<http://www.laestellesa.com>
- Compagnie de bus EUROLINES : 0 892 89 90 91 ou
<http://www.eurolines.fr/fr/>
- Compagnie de bus EDSA : 0034 948 13 19 33 ou
<http://www.tellevodeexcursion.com/index.php>
- Gare routière à Logroño : Av. Pio XII / C. Belchite. Tel. 0034 941 23 59 83.

▪ **La santé :**

Frais médicaux

Avant de partir, tenez compte de la possibilité de prise en charge des frais médicaux à l'étranger. Par exemple, si vous vivez en France, vous pouvez demander à la sécurité sociale une carte européenne ; cela vous évitera de faire l'avance d'éventuels frais médicaux à l'étranger qui restent, quoi qu'il arrive, à votre charge. Pensez à apporter votre pièce d'identité ou votre passeport.

▪ **Les détails pratiques :**

Pour téléphoner en France

Pour téléphoner à l'étranger, composez l'indicatif international 00, puis l'indicatif du pays souhaité suivi de votre numéro de téléphone en enlevant le premier 0. Par exemple, pour appeler Via-Compostela depuis l'étranger composez le 00 33 4 66 69 05 19 et depuis la France le 04 66 69 05 19. Pour appeler en Espagne, composez le 0034 avant le numéro de téléphone.

▪ **Le prix comprend :**

- La demi-pension
- Le transport des bagages entre les hébergements selon la formule choisie
- Les taxes de séjour
- Le Carnet de Route (documentation pour la réalisation de la randonnée). Un Carnet de Route est fourni par dossier d'inscription

▪ **Le prix ne comprend pas :**

- Les repas de midi
- Les boissons
- Les visites
- Les frais d'inscription
- L'assurance

▪ **L'équipement de base :**

Les bagages :

- 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 L minimum pour les affaires de la journée

Les vêtements :

- 1 veste imperméable et respirante (type gore-tex)
- 1 fourrure polaire ou 1 pull
- 1 cape de pluie (poncho)
- 1 pantalon de marche
- 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

Le matériel :

- 1 paire de chaussures de marche ayant déjà servi
- 1 paire de lunettes de soleil, crème solaire et protection des lèvres
- 1 chapeau
- 1 gourde (prévoir 2 à 3 L par personne et par jour en été)
- 1 bol plastique type Tupperware pour le pique-nique + couverts
- 1 serviette de toilette

La pharmacie :

- 1 petite pharmacie personnelle (gaze, élastoplaste, antalgique, double peau pour les ampoules, boules Quies...)

Divers

- Vos papiers d'identité
- Votre carte européenne d'assurance maladie (délivrée par votre antenne de Sécurité Sociale)

N'oubliez pas votre bonne humeur, ni votre curiosité !

La vie en Espagne :

Bienvenido en España !

Laissez-vous charmer par ce pays à l'ambiance festive. Ne soyez pas surpris par le rythme de vie assez différent du nôtre. En Espagne tout est décalé : on mange tard, se couche tard, et par conséquent se lève plutôt tard. Y séjourner permet de découvrir et déguster les tapas et autres spécialités culinaires espagnoles. Si vous ne maniez que peu la langue de Cervantès, n'oubliez pas d'emporter avec vous un petit dictionnaire français/espagnol. Il pourra s'avérer fort utile, et vous permettra d'apprécier au mieux votre séjour.

Lexique de quelques mots usuels en espagnol :

Oui = si

Non = no

Le dîner = la cena

Le petit déjeuner = el desayuno

Le repas de midi = la comida

Le pique-nique = el picnic

Un timbre = un sello

Une carte postale = una postal

Une carte = un mapa

La droite = la derecha

La gauche = la izquierda

Un carrefour = un cruce

Le centre-ville = el centro urbano

Un appel téléphonique = una llamada telefonica

Un chemin = un camino

Un village = un pueblo

Un médecin = un médico

Une urgence = una urgencia

Un taxi = un taxi

Le gare SNCF = la estación RENFE

La gare routière = la estación de autobuses

Bibliographie :

Des livres de photographies aux essais historiques en passant par les récits et les romans, le chemin a inspiré de nombreux auteurs. Voici notre sélection (non exhaustive), qui vous permettra d'aborder le pèlerinage en randonneur averti.

Ouvrages généraux :

- *Les Chemins de Saint-Jacques de Compostelle* – Bernard BRIAIS, Editions de Borée (octobre 2013), 240 pages.
Au travers de photographies, ce beau livre nous fait découvrir ou redécouvrir les beaux sites, les monuments historiques et les sites naturels qui jalonnent les quatre routes historiques du chemin de Saint-Jacques.
- *Mille ans vers Compostelle : l'aventure des pèlerins sur les chemins de Saint-Jacques* – Patrick HUCHET, Editions Ouest France - Collection Album (octobre 2012), 204 pages.
Cet ouvrage retrace toute l'histoire du pèlerinage de Compostelle, de sa fondation au IX^{ème} siècle à sa renaissance au XX^{ème} siècle.
- *Compostelle 813-2013, 1200 ans de pèlerinages* – Denise PERICARD-MEA et Louis MOLLARET, Editions Sutton - Collection Evocations (mai 2013), 160 pages.
Cet ouvrage présente des anecdotes et des témoignages vécus, démontrant l'influence des deux derniers siècles sur l'histoire de Compostelle. Il s'appuie sur une trentaine de récits de pèlerins, du premier connu aux années 1980.
- *Le pèlerin de Compostelle* – Paulo COELHO, Editions 84 - Collection J'ai Lu (avril 2009), 256 pages.
Dans ce roman, l'auteur, qui a lui-même entrepris le pèlerinage de Saint-Jacques de Compostelle, restitue dans un style simple et fluide son voyage initiatique comme une expérience universelle.
- *Harrap's Parler l'espagnol en voyage* – Collectif, Editions Larousse - Collection Parler en voyage (février 2014), 192 pages.

Ouvrages plus spécifiques au Camino Frances :

- *Chemins de Saint-Jacques de Compostelle* – Frantisek ZVARDON, Editions Signe - Collection EnVol (mars 2013), 432 pages.
Cet ouvrage contient de magnifiques photographies des voies au départ du Puy-en-Velay et de Vézelay, et ensuite, du Camino Frances. Sur plus de 5000 km, nous découvrons des paysages dont la beauté coupe le souffle, qui donneront l'envie d'y aller ou qui permettront de s'y replonger.

- *Le Camino Frances vers Saint-Jacques-de-Compostelle* - Anthony SEREX et Léonnard LEROUX, Editions Déclics – Collection Autour du Monde (février 2009), 110 pages.
Réalisé par des pèlerins, cet ouvrage nous fait partager la magie du Camino Frances.
- *Pèlerin express : Les chemins de Compostelle en courant : 1950 km en 40 jours, GR 65 et Camino Frances* - Sylvain BAZIN, Editions Outdoor (juillet 2013).
Ce récit de voyage raconte le parcours du journaliste Sylvain Bazin sur la Via Podiensis (la route du Puy) et le Camino Frances.
- *En avant, route !* – Alix de SAINT-ANDRE, Editions Folio (juin 2011), 352 pages.
L’auteur, une journaliste, nous fait ici le récit picaresque de ses trois équipées pédestres à Saint-Jacques de Compostelle.

Contacts utiles :

Office de tourisme de l’Espagne
Office du Tourisme de Logroño

Tél : 01 45 03 82 50
Tél : 00 34 941 29 12 60

Le carnet du pèlerin ou « credencial » ou « créanciale » et « La Compostela » :

« Le credencial » ou « la créanciale », bien connu des pèlerins, permet de garder une trace écrite de votre parcours. Ce passeport est un signe fort d’appartenance à la communauté des marcheurs du Saint-Jacques. Il est à tamponner à chaque étape dans les hébergements, dans certaines églises, offices de tourisme... et atteste de votre état de pèlerin. Il est délivré par votre association jacquaire locale ou en faisant appel au service pèlerinage de votre diocèse mais vous pouvez également vous le procurer dans les principales villes-étapes du chemin (informations dans les offices de tourisme). Ces tampons témoignant de votre itinéraire, vous permettront d’obtenir le diplôme du Pèlerin « La Compostela » à votre arrivée à St-Jacques.

AGIR POUR UN TOURISME RESPONSABLE

Via Compostela est labellisé Agir pour un Tourisme Responsable par Ecocert, une reconnaissance de notre engagement pour le respect de la planète et des hommes. La labellisation ATR repose sur les critères de transparence, de partenariat et de cohérence, elle nous permet d’améliorer sans cesse nos bonnes pratiques.

Plus d’informations concernant ATR sur : <http://www.tourisme-responsable.org>

Nous sommes également engagés dans le volet III de la Charte Européenne du Tourisme Durable dans les espaces protégés de la fédération EUROPARC.

En savoir plus : <http://www.europarc-fr.org/index.php/fr/>

Environnement :

Les randonnées se déroulent le plus souvent dans des espaces naturels sensibles et à ce titre toute activité se doit d'en respecter l'environnement : respect du patrimoine naturel, respect du patrimoine culturel et des habitants, respect des ressources naturelles (eau, sols, habitats, faune, flore, climat) et lutte contre les pollutions et tous les impacts sur l'environnement : on ne dérange pas les animaux qui sont chez eux et on n'arrache pas les fleurs car elles ne repoussent pas !

LES ASSURANCES

Le contrat d'assurance voyage que nous proposons est spécialement adapté à notre contrat de voyage défini par nos conditions particulières de vente.

Il comprend des garanties d'assistance que vous ne trouvez pas dans les autres contrats :

Garanties spécifiques d'assistance – rapatriement :

- remboursement des frais médicaux jusqu'à 200 000 €
- vos bagages sont assurés pour un transport public et privé (location de voiture, transport par un prestataire)

Garanties spécifiques d'annulation :

- annulation « tout sauf » : si un évènement aléatoire, indépendant de votre volonté et justifiable, vous empêche de partir, vous êtes couvert
- remboursement des frais d'annulation jusqu'à 25 000 € / pers
- voyage de compensation en cas de rapatriement
- garantie départ et retour impossible en cas de conditions climatiques hors norme (tempête de neige, éruption volcanique, cyclone etc.)

Attention : pour toute prise en charge d'assistance, un appel préalable à l'assureur est nécessaire, sous peine de ne pas bénéficier de vos garanties..

Via-Compostela.com est une marque déposée par Chamina Voyages pour vous faire vivre une expérience unique sur les chemins historiques