



# Saint Jacques de Compostelle

## Camino Francés

### De Santiago à Finisterre

Randonnée – 5 jours / 4 nuits – en liberté

#### LES POINTS FORTS

- Etape mythique qui mène jusqu'à la fin des Terres.
- Paysages diversifiés, entre Galice verdoyante et côtes qui rappelleraient presque la Bretagne !

Ultime étape qui relie Santiago de Compostela à Finisterre, cet itinéraire vous donnera la satisfaction d'avoir parcouru le camino francés jusque-là où l'océan l'arrête. Après avoir quitté la ville de Santiago de Compostela, le chemin vous portera entre sentiers forestiers, *horreos* (greniers à grains typiques de Galice), forêts d'eucalyptus, sans oublier bien sûr, les divers hameaux où l'accueil convivial de la population locale saura vous faire oublier les kilomètres parcourus.

Il s'agit là d'une étape mythique qui, d'après plusieurs légendes, était déjà empruntée par les pèlerins au Moyen-âge. On dit d'ailleurs que c'est depuis Finisterre que ces derniers rapportaient les fameuses *conchas*, *vieiras* ou coquilles Saint-Jacques. Mais le cap Finisterre c'est aussi le lieu où serait arrivé par la mer le corps de l'apôtre Jacques, avant d'être enterré par quelques fidèles de Compostelle.

Au *Cabo Fisterra* (le Cap Finisterre) vous aurez peut-être l'occasion de conclure votre périple comme le veut la tradition, en y brulant vos vêtements salis et usés par la marche, avant de faire demi-tour.

### **JOUR 1 : Santiago de Compostela**

Arrivée à Santiago de Compostela et installation à l'hébergement.

Découverte de cette ville aux quarante-six églises, cent quatorze clochers, trente-six confréries, ... A ne pas manquer, la place de l'Obradoiro et la fameuse cathédrale de Compostelle, là où ont été déposées les reliques de l'apôtre Jacques.

### **JOUR 2 : De Santiago de Compostela à Negreira**

En sortant de Santiago de Compostela, vous pourrez profiter d'un superbe point de vue sur la ville et sa cathédrale. Mais c'est désormais droit devant qu'il vous faut regarder, et notamment vers le charmant village de Ponte Maceira qui borde les rives du Río Tambre. Avec son pont médiéval, son moulin, ses bâtis en pierre de granit, son calvaire, sa chapelle San Brais, ... ce charmant village marquera indéniablement cette première journée de marche vers Negreira.

21 km - 5 h de marche environ

### **JOUR 3 : De Negreira à Abeleiroas**

Après vous avoir fait progresser à travers bois, cet ancien chemin royal comblera votre appétit en matière de richesses patrimoniales (et ce bien que vous rencontrerez peu de villages mais surtout des hameaux et fermes éparpillées). Vous découvrirez ainsi l'église San Xián, le calvaire ancien de Zas, mais aussi quelques vestiges mégalithiques et *pazos* (maisons seigneuriales typiques du XVII<sup>ème</sup> siècle en Galice) à Pena et Vilaserio. Aussi, vous croiserez les *horreos* en granit (greniers à grains typiques de Galice) çà et là le long de ce chemin. Rendez-vous à Abeleiroas pour un transfert en taxi jusqu'à Mazaricos où vous passerez la nuit.

27 km - 7 h de marche environ

### **JOUR 4 : D'Abeleiroas à Cée**

Transfert de Mazaricos jusqu'à Abeleiroas, où vous reprendrez le chemin. C'est bien l'air marin que l'on commence à ressentir au fur et à mesure de l'avancée sur cette étape ! Vous quitterez ainsi les petits coins de campagne où se succèdent calvaires et *ermitas* (petites chapelles) pour découvrir progressivement de nouveaux paysages où les arbres sont de plus en plus clairsemés. Arrivés à la petite ville portuaire de Cée, vous pourrez profiter du littoral au bord de la Ria de Corcubiòn, ou choisir l'option culturelle avec, par exemple, la visite du sanctuaire de la ville de style gothique.

23 km - 6 h de marche environ

## JOUR 5 : De Cée à Finisterre

Cette étape de Cée à Finisterre pourra rappeler à certains des paysages connus ... ceux de la Bretagne ! Les décors sont effectivement similaires : landes et bruyères, murets en pierres granitiques et moussues, sans oublier la proximité de la mer qui deviendra votre compagnon de marche au cours de cette étape. Vous longerez en fin de parcours de belles plages de sable blanc, telles qu'Estorde, Sardineiro ou encore Langosteira, jusqu'à votre arrivée à Finisterre. Pour atteindre le *Cabo Fisterra* (le Cap Finisterre), il vous faudra encore traverser la ville et continuer sur quelques kilomètres pour finalement retrouver la statue de Saint-Jacques, qui marquera votre arrivée à la « fin du monde ».

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

16 km - 4 h de marche environ

### ▫ LES INFOS PRATIQUES

#### ▪ **Les points-clés :**

**Le rendez-vous :** Dans l'après-midi à votre hébergement à Santiago de Compostela.

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

**Le niveau :** De 4 à 7 h de marche par jour sur terrain vallonné. Faibles dénivelés.

**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. 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 19h/19h30 ; 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.**

**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.

**Pour arriver au point de rendez-vous :**

**En train:** Se rendre jusqu'à Irún ou Hendaye (trains directs depuis Paris, se renseigner pour autre lieu de départ : <http://www.voyages-sncf.com/>). Ensuite, liaison ferroviaire directe d'Irún ou Hendaye à Santiago.

**En voiture :** Toutes les informations pour préparer votre itinéraire sur le site Internet [www.viamichelin.fr](http://www.viamichelin.fr).

Soucieux de faciliter vos déplacements mais aussi de nous inscrire dans une démarche responsable et respectueuse de l'environnement, nous vous invitons, conducteur ou passager, à consulter le site suivant qui organise le covoiturage : [www.blablacar.fr](http://www.blablacar.fr).

**En avion :** La compagnie Vueling propose des vols réguliers et directs vers Paris : <http://www.vueling.com/fr>.

Une fois à l'aéroport de Santiago de Compostela (aeropuerto de Labacolla) il y a des navettes proposées par la compagnie FREIRE pour se rendre dans la ville de Santiago de Compostela).

**En fin de circuit :**

Finisterre/Santiago de Compostela : Retour à Santiago de Compostela en car ou taxi à vos frais et à réserver sur place. La compagnie de bus MONBUS se charge de la liaison Finisterre - Santiago : <http://www.monbus.es/es>

**Informations sur les transports :**

- La poste espagnole propose plusieurs services dédiés aux pèlerins : expédition de colis, transport de vélos, service de consignes à Santiago, ... Réservation à faire auprès de la poste espagnole directement, toutes les informations sur leur site internet : <http://www.elcaminoconcorreos.com/>
- SNCF Tél : 36 35 ou sur le site : [www.voyages-sncf.com](http://www.voyages-sncf.com)
- RENFE (compagnie ferroviaire espagnole) Tél : 0034 902 320 320 ou sur le site : [www.renfe.com](http://www.renfe.com)  
Bureau RENFE à Paris (renseignements et vente) Tél : 01 40 82 63 60
- Compagnie MONBUS : [www.monbus.es](http://www.monbus.es)
- Gare routière de Santiago Tél : 0034 981 54 24 16
- Aéroport de Santiago de Compostela : Tél 0034 902 40 47 04 ou sur le site internet : <http://www.aena-aeropuertos.es/csee/Satellite/Aeropuerto-Santiago/en/>

- **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
- Transfert de Mazaricos jusqu'à Abeleiroas
- 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
- Le transport des bagages pour le retour entre Finisterre et Santiago

▪ **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
- 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<sup>ème</sup> siècle à sa renaissance au XX<sup>ème</sup> 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

Tél : 01 45 03 82 50

Office de tourisme de Santiago de Compostela

Tél : 0034 981 55 51 29

Office de tourisme de Finistère

Tél : 0034 981 74 07 81

#### **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 de 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