

Chemin de Compostelle : Sarria – Santiago

Compostelle - Europe du Sud

Les 100 derniers kilomètres à pied jusqu'à Saint Jacques



VOTRE SÉJOUR EN BREF

Itinéraire culturel le plus connu d'Europe, le Chemin de Saint-Jacques de Compostelle ne laisse personne indifférent. Avec cette randonnée itinérante de 5 jours, vous marchez sur les 100 derniers kilomètres de ce parcours mythique jusqu'à Santiago !

À travers les paysages verdoyants de Galice, au Nord de l'Espagne, venez mettre vos pas dans ceux des pèlerins du monde entier ! Avec en prime les connaissances culturelles et historiques de notre accompagnateur spécialiste. Marcher sur le Chemin de Compostelle, c'est aussi redonner du sens à son quotidien, au rythme de la marche et de l'effort. Chaque soir à l'étape, vous profitez de l'ambiance espagnole, et cheminez avec des marcheurs venus de tous pays, dans une ambiance cosmopolite et chaleureuse. Émotion garantie à votre arrivée à Santiago !

Départ garanti à partir de 5 participants.

LES + DU SÉJOUR

- ♦ L'ambiance du Chemin de St Jacques et les rencontres
- ♦ Les collines verdoyantes et forêts de la Galice
- ♦ L'architecture monumentale de St-Jacques
- ♦ L'hébergement en auberges de pèlerins

VOTRE CONTACT

LES FORMALITÉS

ADMINISTRATIVES

N'oubliez pas dans ton sac ta carte d'identité ou passeport en cours de validité, ton contrat d'assistance-rapatriement, et ta carte vitale. Données à titre indicatif pour les ressortissants français : carte nationale d'identité ou passeport en cours de validité obligatoire. Pour les autres nationalités, se renseigner auprès du consulat ou de l'ambassade.

APIS

DE SANTÉ

Merci de nous prévenir suffisamment à l'avance en cas d'allergies ou autres précisions de santé spécifiques, ou simplement pour un régime alimentaire particulier.

,Vaccinations : Aucune vaccination n'est obligatoire. Néanmoins, comme pour tous les sports de plein air, la vaccination antitétanique est fortement conseillée.

Carte Européenne d'Assurance Maladie : Avant votre départ, pensez à vous procurer la carte européenne d'assurance maladie, elle vous permettra de bénéficier de la prise en charge des soins médicaux. Cette carte est individuelle et nominative ; elle est gratuite et valable un an. Pour l'obtenir, adressez-vous à votre caisse d'Assurance Maladie.

Pharmacie personnelle
Vos médicaments courants
Médicament contre la douleur (type paracétamol)
Antispasmodique (type Spasfon)
Antiseptique (type Bétadine)
Anti-inflammatoire
Arnica en gélules ou en stick
Bandes, sparadraps et Elastoplaste
Pastilles purifiant l'eau (type micropur) selon votre destination
Collyre antiseptique
Anti-diarrhéique
Tire tique
Compresse stériles
Pince à épiler, paire de ciseaux, épingles à nourrice

Il n'y a pas d'antibiotique courant dans la pharmacie UCPA, chaque participant devant apporter, s'il le souhaite, son propre traitement en fonction de sa tolérance.

Assurance : Aucune assurance voyage complémentaire n'est incluse dans votre inscription.

IMPORTANT : Nous vous rappelons qu'il est indispensable que vous ayez au minimum une garantie "soins médicaux à l'étranger" et une garantie "rapatriement" incluant les "frais de recherches et de secours".

Nous vous conseillons de consulter les pages "Conditions Générales d'Assurance" sur notre site Internet :

<https://www.ucpa.com/assurances>

Quelle que soit votre assurance, n'oubliez pas de prendre avec vous pendant votre voyage à l'étranger les informations nécessaires : nom et coordonnées (téléphone, courriel) de votre compagnie d'assistance et numéro du contrat souscrit.

Ces informations vous seront demandées à votre arrivée par notre correspondant local.

VOTRE SÉJOUR

DESCRIPTIF

Itinéraire culturel le plus connu d'Europe, le Chemin de Saint-Jacques de Compostelle ne laisse personne indifférent. Avec cette randonnée itinérante de 5 jours, vous marchez sur les 100 derniers kilomètres de ce parcours mythique jusqu'à Santiago !

VOTRE ARRIVÉE

Jour 1 : Arrivée Santiago de Compostela – Sarria

Rendez-vous à 18h30 à l'aéroport de Santiago de Compostela et transfert en taxi ou minibus privé jusqu'à Sarria. Découverte de cette petite ville sympathique et installation dans une auberge de pèlerins.

AU JOUR LE JOUR

Jour 2 : Sarria – Portomarin

Cheminement bucolique à travers les forêts galiciennes sur des sentiers bordés de murets. Traversée des premiers hameaux avec leurs maisons aux murs de granit et les « horreos », greniers typiques de Galice. Vous faites étape à Portomarin, petite ville à l'histoire insolite : partiellement engloutie par la construction d'un barrage, ses monuments anciens ont été déplacés et reconstruits pierre à pierre, notamment l'église San Nicolas. Nuit dans une pension conviviale.

Temps de marche : 6h. Distance : 23km.

Jour 3 : Portomarin – Palas de Rei

Continuation à travers la paisible campagne galicienne. Arrivée à Palas de Rei, important carrefour des chemins. Vous retrouvez ici en effet le « Camino Primitivo » qui relie directement la côte du Nord des Asturies à St Jacques. Nuit en hôtel ou pension.

Temps de marche : 6h30. Distance : 25km.

Jour 4 : Palas de Rei – Arzua

Vous êtes maintenant échauffés et prêts pour affronter cette longue étape ! Pas de difficulté technique, et le chemin sera jalonné de petits villages typiques, bornes jacquaires et ponts médiévaux qui agrémenteront la marche. A l'ombre des forêts de chênes et d'eucalyptus, vous gagnez finalement Arzua. Nuit en auberge de pèlerins.

Temps de marche : 7h30. Distance : 29km.

Jour 5 : Arzua – Lavacolla

Vous passez par le modeste sommet de l'Alto de Santa Irene et sa chapelle, qui «culminent» à 400 m d'altitude. Arrivée à Lavacolla, une étape traditionnelle où les pèlerins se lavaient pour se purifier avant l'arrivée à Saint Jacques, ce qui a donné son nom à la ville ! Nuit dans une pension.

Temps de marche : 7h30. Distance : 30km.

Jour 6 : Lavacolla – Santiago de Compostela

Cette courte étape marque l'arrivée à Saint Jacques, enfin le couronnement de votre semaine de randonnée ! Vous visitez sa cathédrale, chef d'œuvre de l'architecture espagnole, la " Plaza del Obradoiro ", et les anciens quartiers de la ville. Flânez dans les rues pour profiter pleinement de l'ambiance unique de cette ville où se rejoignent les marcheurs du monde entier. Nuit dans une auberge de pèlerins, pour une soirée festive qui marquera la fin de cette aventure.

Temps de marche : 2h30. Distance : 10km.

VOTRE DÉPART

Jour 7 : Santiago de Compostela

Fin du séjour après le petit déjeuner à Santiago de Compostela, navette possible pour l'aéroport.

À PROPOS DU SÉJOUR

LE NIVEAU

Trek-Randonnée pedestre

Sportif régulier

Vous pratiquez une activité sportive régulière tout au long de l'année, avec 1 ou 2 séances par semaine. Vous êtes capable d'enchaîner plusieurs séances à intensité modérée lors de votre semaine de vacances.

Randonnée - Niveau 2

Pour les personnes ayant déjà effectué un séjour de randonnée et/ou pratiquant une activité physique d'endurance régulièrement.

Début des randonnées avec du dénivelé (400 à 800 mètres quotidien).

Temps de marche à la demi journée ou en "petite" journée (3 à 6h00). Rythme cool.

C'est le début de la découverte des chemins montagneux.

Niveau de portage 1

Portage des affaires personnelles et du pique-nique pour 1 ou 2 jours.

3 à 7 kg.

À PROPOS DU SÉJOUR

L'ÉQUIPEMENT PERSONNEL

Vêtements et équipement personnel à amener

Une paire de chaussures de randonnée.

Une paire de sandales pour le soir dans les hébergements.

Des vêtements adaptés à la randonnée, une cape de pluie.

Un sac de voyage par personne (ou valise à roulette). Le poids de votre bagage ne doit pas dépasser 13 kgs, il sera acheminé chaque jour par un transporteur à l'étape suivante.

Un sac à dos de 35-40 litres environ pour transporter l'eau, le pique-nique, les vêtements de la journée.

N'oubliez pas : une lampe de poche ou frontale, boules Quiès, une pharmacie personnelle et une serviette de toilette.

Pour le pique-nique : gourde, couverts et 1 boîte plastique de 0,5 litre minimum type Tupperware.

Pour les nuits : un sac à viande (drap de duvet) ou sac de couchage.

Hébergement

Nombreuses sont les raisons qui poussent à partir en randonnée sur le chemin de Saint-Jacques de Compostelle, classé au patrimoine de l'UNESCO. Poussé par la foi, la passion de l'histoire, de l'architecture, ou plus souvent par un besoin de se retrouver soi-même, quel marcheur un jour n'a pas rêvé de s'accorder cette liberté, de participer à cette grande aventure humaine déjà vieille de plus de 1000 ans ? Le chemin de Saint-Jacques de Compostelle vous entraînera à la découverte de riches régions de la France à l'Espagne avec nos randonnées organisées depuis l'Auvergne jusqu'en Galice à Santiago de Compostela, étape ultime ou un peu plus loin jusqu'au Cap Finistère.

Météo

À PROPOS DU SÉJOUR

L'ÉQUIPEMENT FOURNI PAR L'UCPA

Aucun équipement ne vous est fourni.

L'ENCADREMENT

Par un accompagnateur spécialiste du Chemin de Compostelle et de son histoire.

L'HÉBERGEMENT

3 nuits en auberges de pèlerins en dortoirs de 15 places environ (lits superposés), avec sanitaires communs
3 nuits en hôtels ou pensions, en chambre de 2 ou 3, avec sanitaires privatifs ou à partager

LA RESTAURATION

Les dîners sont pris dans les hébergements ou dans des restaurants à proximité. Les menus sont simples et adaptés aux marcheurs.

Nous pique-niquons le midi.

Merci de prévenir à l'avance si vous avez des intolérances alimentaires ou des régimes spécifiques (végétarien, végan).

CONDITIONS DE STAGE

✓ Inclus

- ◆ 6 nuits en demi pension (du dîner du jour 1 au petit déjeuner du jour 7) en auberges de pèlerins, pensions et hôtels (dortoirs ou chambres),
- ◆ les pique-niques le midi pendant les 5 jours de randonnée,
- ◆ l'encadrement par un accompagnateur spécialiste de la thématique,
- ◆ le transport des bagages d'une étape à l'autre,
- ◆ le transport en minibus privé de l'aéroport de Santiago à Sarria le premier jour.

✗ Non inclus

- ◆ Les vols France - Santiago,
- ◆ la navette vers l'aéroport de Santiago le dernier jour,
- ◆ les boissons et dépenses personnelles,
- ◆ les frais d'inscriptions et assurances optionnelles.

À PROPOS DU SÉJOUR

L'ACCÈS AU SITE

Rendez-vous à 18h30 à l'aéroport de Santiago de Compostela.
Récupération possible à la gare routière ou gare RENFE (train).

Vous venez en train : liaison ferroviaire directe Hendaye - Irún - Santiago (RENFE)

Vous venez en bus : départs de Paris et autres villes en bus de nuit pour Santiago avec la compagnie Flixbus :

<https://www.flixbus.fr>

Vous venez en avion : aéroport de Santiago de Compostela, ligne régulière et directe vers Paris, Nice, Lyon. Possibilité de réserver les vols avec l'UCPA.

LES INFOS PRATIQUES

Le déroulement de ce programme est donné à titre indicatif. Il peut subir des modifications ou des aménagements, en fonction des critères techniques, des impératifs de sécurité ou des conditions climatiques du moment. Dans ce cas, seuls les responsables de l'encadrement UCPA sont habilités à prendre la ou les décisions nécessaires.