

## De Rome à Compostelle et viceversa Le chemin italien

**INTRODUCTION** La présence bimillénaire d'un tracé routier romain, comme la Via Aurélia et Aurélia Scauri sur la côte ligure, et la volonté de différentes associations de relier Rome et Compostelle, en passant par la Provence vers Arles sur le chemin des romieux, sont à la base de ce travail et des recherches accomplies sur le terrain et sur différentes publications éditées. **La voie de la côte ligure** (chemin italien à Compostelle et Via Romea ou chemin des romieux pour Rome) rejoint **la via Francigena** à Sarzana ([www.itineraria.eu](http://www.itineraria.eu) pour les cartes en pdf gratuites) et se relie en France au GR653A pas encore ratifié qui va à Arles en passant par la région provençale. De là, on peut suivre aussi bien la voie d'Arles (GR653) que la voie du Piémont pyrénéen (GR78). Ce parcours est considéré comme étant le plus direct vers Rome ou Compostelle, mais, encore aujourd'hui, ce n'est pas un chemin facile, il est peu balisé, avec beaucoup de goudron et peu de refuges. Il faut remercier les Amis de st Jacques de l'association PACA-Corse ([www.compostelle-paca-corse.info](http://www.compostelle-paca-corse.info)) Christian Fabre: [cj.fabre@wanadoo.fr](mailto:cj.fabre@wanadoo.fr) et Alain Le Stir: [aalestir@orange.fr](mailto:aalestir@orange.fr) pour le repérage, le balisage et la divulgation des liaisons (GR653A et D) entre la France et l'Italie. Cette partie se développe le long de la mer et des Riviera (jusqu'à Gênes, celle de Ponente, dei Fiori (des fleurs), plus facile à parcourir /de Gênes à Lerici, celle de Levante, plus montagneuse avec des dures montées et descentes). Le climat est méditerranéen et ceci facilite la marche en toute saison, tout comme la série ininterrompue de villages et villes qui favorise la recherche de logement et de victuailles. On a choisi cette voie et non la Gran Via des Monti Liguri, sentier de GR très en hauteur et éloigné de toute civilisation, parce que les pèlerins et les cheminants au long cours ont des priorités différentes de celles des randonneurs en montagne. Certes, il y a beaucoup de goudron et de routes car, comme partout, les anciennes voies romaines sont devenues les routes actuelles, mais aussi la volonté de construire une voie verte sur l'ancienne voie ferrée dans la Riviera de Ponente ([www.provincia.imperia.it/turismo/escursioni](http://www.provincia.imperia.it/turismo/escursioni) e [www.provincia.savona.it/attivita/sentieri](http://www.provincia.savona.it/attivita/sentieri)) et d'améliorer le sentier du CAI verdeazzurro (vert azur) VA n°1 sur la Riviera de Levante de Gênes vers les Cinqueterre. En tous cas, les Offices de tourisme ont une abondante documentation des Comprensori y compris les **cartes des sentiers**. Attention! Il faut appeler à l'avance (zone touristique très fréquentée en toute saison), mais aussi pour s'assurer que les accueils soient ouverts. NDR: sachez qu'à Rome il est possible d'obtenir la « Romea », sorte de Compostela romaine, Testimonium de votre chemin (200km à vélo et 100km à pied) dans les bureaux de l'Opera Romana Pellegrinaggi – place st Pierre après les colonnes a G. Dans son livre d'or on recense les pèlerins arrivés au bout (JM La Plane en mai 2004 nous dit 122 et environ 300 à la fin 2006 pour ma part). Toute suggestion et correction est bien acceptée et sert à améliorer notre travail collectif, merci. Bon chemin! Flavio Vandoni ([flaovandong@yahoo.fr](mailto:flaovandong@yahoo.fr)).

**NOTES et SIGNES : D ou dx= droite ; G ou sx= gauche; N ou RN ou SS = Route Nationale (strada statale); SP = Route Départementale (strada provinciale); BR bar restaurant; AC accueil avec donation; GEC gîte communal; GEP gîte privé ; AJ auberge de jeunesse, ostello della gioventù (nécessaire la carte d'adhérent, 16€ pour les plus de 25 ans); OT office du tourisme (ufficio del turismo, proloco, APT) ; DP demi pension ; périodes d'ouverture: TA toute l'année; PT de Pâques à la Toussaint; estival : ouvert en été ; no cuc : pas de cuisine.**

### De VINTIMILLE à SARZANA- la voie de la côte ligure-

Vintimille – Sanremo 18km

Bordighera: AC Seminario Vescovile (séminaire de l'évêché); GE Istituto suore villa loreto, via G.Cesare 37, 0184294332/ **Sanremo: AC collegio missionnaire franciscain, via val di ponte 35**; AC villa del sole, via val d'olivi 1, tél 0184508987; GE villa sta Clotilde, corso cavallotti 52, 01845481; AC possible Monastère Carmélites, via semeria 19; hotel matuzia, via matteotti 121, 0184577070 (25€)// Suivre le bord de mer, passer le fleuve Nervia vers Vallecrosia (3km), Bordighera (2km), Capo S. Ampelio, Ospedaletti (8km), capo Nero, Sanremo (5km)

Sanremo - Imperia 26km

Imperia: pensione San Giuseppe, piazza marello 2 - tél 018361547 (20/25€)/ Porto Maurizio: 2 campings en via d'Annunzio// Toujours le bord de mer, corso degli inglesi, vers capo Verde, Bussana (6km), Arma di Taggia (2km), on suit l'ancienne voie ferrée, Riva ligure, Santo Stefano, Piani, San Lorenzo (10km), Porto Maurizio (6km- on suit la route nommée l'incompiuta = l'inaccomplie jusqu'à Diano), après la rivière Impero on est à Imperia Oneglia (2km).

Imperia – Alassio 22km

Diano Marina: GE don Orione, via divina provvidenza 1, tél 0183498108/ Alassio: GE villa San Giuseppe, via Costa lupara, tél 0182643900// En passant par capo Berta, on arrive à Diano Marina (6km), San Bartolomeo, capo Cervo, Marina d'Andora (8km- pont romain à 10 arcades), on emprunte l'antique voie romaine Aurelia en montée de Colla Micheri jusqu'à Laigueglia (5km), Alassio (3km- il muretto (le muret), il budello (le boyau), via XX settembre, l'église de Sta Croce XI-XII siècle)

Alassio – Finale 26km

Albenga: GE Casa vacanze buon pastore- Seminario, via Galileo 36, 018250443/ Loano: AC possible padri Agostiniani/ **Finale ligure: hôtel resto NINO, via concezione 51, sur le bord de mer, accueillants, 20€ [info@hotelnino.it](mailto:info@hotelnino.it) TA/AJ Castello Vuillermin, via general Caviglia 46, 019690515 estival, [castellofinaleligure@tiscali.it](mailto:castellofinaleligure@tiscali.it) ; GE monastère dominicain santa rosa, via brunenghi 170, tél 019690588 casa per ferie, estival/ Finale Pia: AC abbaye sta Maria, bénédictins, tél 019601700// On marche le long de la plage vers cap Sta Croce et Albenga (7km- l'ancien Castrum romain, le baptistère du V siècle, les tours), suivre cette plaine et la voie ferrée vers Ceriale (6km) et Borghetto Santo Spirito (1km), Loano (2km- les grottes de Toirano**

et le musée préhistorique), Pietra ligure (4km), Borgio, capo di Caprazoppa, via Piaggio, le pont et à dx le bord de mer, l'hôtel Nino et l'OT de Finalmarina (Finale Ligure 6km).

Finale – Savona 26km

**Savona: AJ villa de franceschini, via alla strà 29, à 3km du port et de la gare, tél 019263222 TA; hotel savona, pza del popolo 53, 019821820 (33€)//** Repartir vers Finalpia en passant le pont sur le torrent Sciuso par le bord de mer qui devient la via Aurelia, suivre vers le cap san Donato, le port, Varigotti (5km), Malpasso, cap de Noli, Noli (5km- 2 pensions à 20-25€ demander à l'OT en corso italia 8), Spotorno (3km- OT place Matteotti 6), Torre a mare, Bergeggi, cap de Vado, Vado ligure (7km), Zinola, la zone urbaine de Savona (6km).

Savona – Arenzano 22km

**Albisola: AC sanctuaire madonna della pace, là haut, pères Dehoniani, tél avant 019489902 TA/ Varazze: AJ casa Henry Dunant, via genova 36, tél avant 019930877, estival/** AC possible maison salésienne tél 01997505/ Arenzano: GE villa sacro cuore, via battisti 8, tel 0109127341; camping Caravanpark à Vesima // suivre vers Albisola marina (5km), Celle ligure (3km), Varazze (4km), l'ancienne voie ferrée et ce littoral jusqu'à Cogoleto (8km) et Arenzano (4km- Arenzano pineta- sur la mer à 2km, le cap San Martino). NDR: de Varazze à Genova Voltri il y a une voie cyclable de 24 km parallèle à la Via Aurelia/ on peut éviter de se taper toute la zone industrielle de Gênes en prenant le train à Arenzano jusqu'au centre de Gênes en économisant un jour...

Arenzano – Genova centre km 22

**Genova: AJ, via costanzi 120n, 0102422457, TA;** hotel rinascente (près de la gare principe) via pré 59 010261113 (20€); AC possible Madonna del monte, franciscains, tél 010504206// on poursuit dans la longue banlieue de Gênes vers Voltri et son port (7km), Prà (4km), Pegli (1km), toute la zone industrielle Multedo, Sestri Ponente, Cornigliano, Sampierdarena (6km), Genova Centro (5km)

Genova – Camogli 26km

**Camogli: AC monastère soeurs franciscaines, tél 0185770177, là haut, TA//** NDR : à Gênes commence un sentier du Club alpin italien (CAI), le VA verde-azzurro (vert azur) qui va jusqu'à Portovenere. Parfois on peut le suivre, parfois on préfère le bord de mer et la Via Aurelia// donc continuer en centre-ville pour Genova Sturla (7km), en passant par place Caricamento, San Lorenzo, p. Soprana, Carignano, corso Italia, Boccadasse, Vernazzola. On arrive à Quarto dei mille (1km), Quinto al mare et Nervi (5km). Du port de Nervi on continue le long de la côte vers Bogliasco, Pieve, Sori, Polanesi, Recco (11km), Camogli (2km, château Dragone du XII siècle et très joli bourg)

Camogli – Rapallo 10km (19km avec le tour du promontoire de Portofino) ou Chiavari 21km

**Rapallo: GE Casa del pellegrino di Montallegro, via del santuario 15, tél avant 0185239003 (30€) là haut par la funiculaire// Chiavari: AJ au camping Al Mare, via preli 30, Felice Saraceno 0185304633, tente ou bungalow, au début de la ville, PT;** GE casa Rosmini, piazza torriglia 1, 0185309944; AC possible casa Betania, demander à l'OT en face de la gare à dx/ Zoagli: AC paroisse st Ambrogio, don Luigi 018551612/ AC paroisse S Pietro Rovereto// On peut faire le très panoramique tour du promontoire de Portofino (16km), sinon on va par les monts vers St Lorenzo (7km) la RN qui monte et passe le Capo Pagana, San Michele di Pagana, la RN227, Rapallo (3km - son port, la rivière Boate et son ancien pont d'Hannibal, sa passerelle, le lungomare (promenade), l'ancien châtelet, la villa Tigullio, le château des rêves, la via Aurélie, le sanctuaire de Montallegro en funiculaire. Le sentier VA du CAI monte vers Sant'Ambrogio et San Pantaleo et descend après à Zoagli (4km), vous pouvez aussi passer sous la voie ferrée par via Garibaldi vers le château de Sem Benelli et continuer sur la RN avec ses trottoirs étroits, sinon suivre le sentier VA pour San Pietro, St Andrea di Rovereto, et retrouver à Liggia la via Aurélie, soit suivre tout de suite la RN pour arriver au sanctuaire de Madonna delle Grazie, Madonna dell'olivo et de là descendre sur la promenade corso Buenos aires, où l'on tourne à dx et on va à l'AJ, sinon à sx vers le centre de Chiavari (7km) et le pont sur l'Entella.

Rapallo – Sestri Levante 21km ou Chiavari- Moneglia 26km

Lavagna: camping panorama/ **Sestri levante: AC possible centro madonnina del grappa (fondation privée pour retraites spirituelles), piazza mauri 1, tél avant 0185457131 TA, très gentils et efficients, à sx du bord de mer en arrivant, suivre panneau hôpital/** Moneglia: campings à la Secca et Preata/ Riva: des campings// Apres le pont, la ville devient Lavagna (2km- basilique des Fieschi là haut avec son AC possible), on ne suit pas le sentier VA du CAI qui monte vers San Benedetto et Santa Giulia, mais le bord de mer et la voie ferrée jusqu'à Cavi et sa plage (5km- ici on retrouve le sentier CAI) et on va vers Sestri Levante (4km) toujours sur la mer (quelques problèmes dans le tunnel à cause du trottoir exigü). On entre à Sestri par via Mazzini et on dévie à sx sur via romana occidentale, au-delà de la voie ferrée, si l'on veut aller au centro Mauri. Sinon tout droit vers le centre historique et l'OT et ensuite le bourg ancien pour une visite (la tour de la bibliothèque est curieuse). On peut faire le tour du promontoire de Punta di Sestri et Torre Marconi, ou bien s'arrêter un moment à la Baie du silence ! Vous pouvez prendre depuis place de la république la via Fascie, dévier à dx par via Vattuone, l'église S.Bartolomeo, et descendre à Riva, aller à sx, passer le torrent Petronio, sur la place l'OT, et suivre la promenade Kennedy. Ou bien depuis le centre de Sestri un panneau en bois vous envoie par le VA vers Mandrella, ici abandonner le VA et aller vers case Ginestra, la descente à le Rocche et à Riva ponente (5km- Riva Trigoso). Le sentier CAI vous mène vers Riva levante, après on monte en hauteur vers Torre di punta Baffe, le versant de mont Moneglia (à la bifurcation prendre à D et ne pas monter en haut), le Vallone grande, le versant du mont Comunaglia, la descente à Moneglia et sa promenade Dante (10km). [On peut suivre aussi l'ancien tracé de la voie ferrée avec ses tunnels, mais plus court et plat, qui longe la cote jusqu'à Moneglia et Levanto (strada delle gallerie, à certains endroits coupée et inondée)].

Sestri Levante – Framura Setta 25km ou Moneglia – Levanto 19km

**Levanto: AJ Hospitalia del mare, via san nicolo' 1, tel 0187802562, à la fin du village dans l'ex couvent, excellent accueil, [ospitalia@libero.it](mailto:ospitalia@libero.it), TA;** AC couvent santa Annunziata, franciscains, tél avant 0187808179 près de la gare, là haut, TA / **Framura- Setta: AJ antico hospitale, 0187823044 PT/** Bonassola: AJ le scuole, en haut à Montaretto, via del campo 14, tél 0187814414- 3336950547 [iaiafro@libero.it](mailto:iaiafro@libero.it) / Deiva: campings à Gea et Arenella// On passe le fleuve Bisagno et on monte vers Lemoglio, quota 318, la descente de Castagnola, l'église de Deiva, Deiva Marina (5km), le pont, la montée au Pian di Serro-casa serra, le chemin VA n°1 vers Foce del prato et case Serra, ensuite le n°2 CAI vers C. Puntaschi, casa la Ressa, la descente à Setta et Framura (5km). Suivre pour Anzo (3km), la gare de Framura, le port, le village résidentiel, Salice (en haut Montaretto et son AJ), Foce Carpeneggio vers Bonassola (3km). Après, il vaut mieux suivre le sentier CAI pour Scernio, le mont della Guardia, la descente à Levanto, son église et sa longue plage (3km- ici dans le bourg ancien siège la confrérie de st Jacques depuis 1409 dans l'oratoire, toujours fermé). [Vous pouvez aussi suivre la strada delle gallerie, mais actuellement ce n'est pas facile à cause des travaux avant Levanto]

Framura Setta - Manarola 27km ou Levanto - Biassa 24km **LE CINQUETERRE (2 étapes possibles)**

**Manarola: AJ 5 terre, 0187920215, via riccobaldi 21, montée à coté de l'église (ils ouvraient le jour suivant et ils m'ont laissé dehors sous l'orage) [ostello@cdh.it](mailto:ostello@cdh.it) PT/ Biassa: AJ tramonti 0187758507, via filzi 110, là haut [ostellotramonti@libero.it](mailto:ostellotramonti@libero.it) PT/** Corniglia: camping et GE// A Levanto commence le Parco delle Cinqueterre (5 terres) et ses sentiers balisés (payants parfois...), comme la via azzurra, avec ses hauts et ses bas, le long des criques et des petites plages, avec ses villages très touristiques reliés entre eux par le chemin de fer et les bateaux. On peut s'arrêter un peu à reposer... Les plus costauds peuvent suivre la via rossa alta (haute), celle des chapelles et des sanctuaires. Sinon, de Levanto suivre le sentier n°1 et après le n°10 vers Monterosso (8km) en montant au château de Sant'Andrea de Levanto, case Faraggiana, C. Spianata, C. San Carlo, la source, fosso Lovara, sella Torrino et Sant'Antonio, à sx sur le sentier n°10 vers case Bellavista et la descente à Fegina et Monterosso (AC possible centre Semeria, via semeria 36, 0187817514). D'ici on poursuit par le sentier n°2 azur qui mène à case Belfiore, Vernazza (4km), Prevo, l'église de Corniglia (3km), sa longue plage, Manarola (3km), la romantique Via dell'Amore, la gare ferroviaire (douches et WC), Riomaggiore (2km- GE Mammarsosa de Ricci Silvio, via signorini 673, 0187760567), le tout suspendu entre ciel et mer. A Riomaggiore on prend le sentier n°3 en montée vers l'abbaye de Montenero, Lemmen et poste télégraphe 516, le sentier descend dans le bois de châtaigniers à Biassa (4km - terminus bus).

Biassa - Sarzana 15km ou Manarola-Sarzana 21km

**Sarzana: AC sommaire paroisse S. Francesco, via paci 2, don Renzo 0187620356/ AC possible institut la missionne, via Carducci, tél avant 0187620240, après l'église de st François, très gentils/** AC paroisse san Venanzio, via crociata 33, 0187621036// On continue sur le sentier 4 jusqu'à Pegazzallo, où l'on descend sur route à La Spezia (8km -AC possible chez les Salésiens de S.Paolo, via roma 138, tél 0187777840). On monte vers Termo, Baccano, on descend vers Arcola et Sarzana (15km- OT place de la gare-jolie ville murée), où l'on retrouve la partie finale de la **Via Francigena**.

## **Les derniers 420 km (environ) de la VIA FRANCIGENA : Sarzana-Rome**

NDR : le parcours est balisé par différentes associations et particuliers avec le logo VF, des panneaux en bois de l'Alleanza assicurazioni ou du CAI ou d'autres entités locales (sentieri di escursione), des flèches blanches ou rouges ou noires, des figures jaunes, des adhésifs rouges avec deux feuilles de lauriers « francigena 2006 » du Jubilé des 500 ans des gardes suisses, des traits de peinture rouge-blanche-rouge ou seulement blanche vers Rome et jaune vers Compostelle ou blanche et rouge ou rouge VF, des plaques du Lyons club, des adhésifs d'associations et groupes, du scotch blanc reisen sur les poteaux, des panneaux signalétiques de l'an 2000 via francigena, des plaques souvenir et autre encore... Comme souvent, beaucoup d'indications où il y en a le moins besoin et rien à l'entrée et dans les villes! Mais, c'est mieux que rien...quoique cela empêche de marcher le cœur léger et l'âme en paix.

SARZANA - MASSA 19km

**Marina di Massa: AJ viale Partaccia 237, réserver avant 0585774266, à dx au début du long village, sur la mer, ressemble à un bunker, [ostelloapuano@hotmail.com](mailto:ostelloapuano@hotmail.com) /AJ Turimar, via Bondano a mare (angle viale Partaccia), plus avant, avec chambres 15-20€ ou en face les bungalows du camping Italia, tél 0585243282 M.Schiaffino, TA [info@ostelloturimar.com](mailto:info@ostelloturimar.com) /** vous pouvez suivre la via Aurelia et après la gare de Luni, tourner à dx pour aller visiter les fouilles archéologiques ou bien suivre la SP21 avec sa piste cyclable et son sentier à coté vers Marinella di Sarzana (en tournant ensuite à sx pour la visite à Luni) et emprunter le bord de mer de Marinella et de Marina di Carrara, bien commode, si vous allez à Partaccia aux AJ. Sinon suivez la voie ferrée en alternant via Aurelia et routes parallèles jusqu'à la gare de Massa zone industrielle et de là, à G, traverser la via Aurelia et monter à Massa.

MASSA - PIETRASANTA 15 km

**Pietrasanta: GE (à coté du Dôme) soeurs casa la Rocca, sur la petite montée de via rocca au numéro 10; 10€, no cuc, dépendance ou chambres, tél suor Maria Teresa (parle français) 0584793093 TA//** On sort par la N2 Aurelia vers Turano et on peut continuer jusqu'à Pietrasanta. Ceux qui ont dormi à l'AJ peuvent continuer sur le bord de mer par Cinquale, Forte dei Marmi jusqu'à Fiumetto (9km) et ensuite prendre à G la route qui de Marina di Pietrasanta va sur 4km au centre de Pietrasanta.

PIETRASANTA - VALPROMARO 16 km

**Valpromaro: AC bon à la paroisse don Mario tél 0584956028, internet et 3 gros chats !//** A la sortie de Pietrasanta prendre, après le cimetière et le torrent Baccatoio, la route de Cannoreto et passer ensuite le ru du vieux moulin à D, le village et descendre vers l'institut Cavanis (Capezzano Pianore) qu'on contourne par la D

en longeant le parc de la Villa Borbone. Tout droit et au carrefour on commence la montée à G, on arrive à la route (prendre à G), on passe le fleuve et on suit la berge à G vers Camaiore. On sort de là par via Roma sur la SP1 qui va à Lucca en montant par des lacets à Montemagno et Valpromaro (4km de Camaiore). NDR : on peut aussi faire une seule étape de Pietrasanta à Lucca en prenant la N439 depuis le centre de Pietrasanta vers Capezzano, Pianore, Mommio, Massarosa, Quiesa, Maggiano, Ponte san Pietro, Nave et Lucca.

VALPROMARO - LUCCA 15 km

**Lucca: AJ San Frediano, via cavallerizza 12, [info@ostellolucca.it](mailto:info@ostellolucca.it) (resto interne), tout près de la Porta Santa Maria, Renato Stasi 0583469957 TA//** Ici suivre la piste qui longe la route jusqu'au terrain de foot et ensuite celle qui à D monte au Passo delle Gavine. Descendre et tourner à G vers la chapelle de S. Michele Arcangelo, en longeant le torrent Contesora, aller à Fornaci, S. Macario in piano et Ponte S. Pietro. D'ici passer le torrent Serchio et Nave et suivre la piste cyclable pour Lucca, entrer dans la ville fortifiée en marchant sur les murailles à sx vers l'AJ et ensuite en vadrouille à l'intérieur d'une ville qui en vaut la peine, bien que chère et très touristique.

LUCCA - ALTOPASCIO 17km

**Altopascio: AC cordial, chambre au 1er étage, Magione des Cavalieri di San Jacopo del Tau - Licinia Scardigli et Luigi Del Tredici pour les clés et le tampon à la Bibliothèque 0583216280- 2places sur fauteuils pliants, no cuc, TA [biblioteca@comune.altopascio.lu.it](mailto:biblioteca@comune.altopascio.lu.it) et GEC 11pl OT 0583216525-** ou le gymnase pour les groupes; albergo da paola, via francesca romea 16, 0583276453 (25€)// Sortir de Lucca par la porte san Gervasio et porte Elisa sur viale Cadorna, à sx (gare au balisage) par via del tiglio, ensuite à dx via romana, route départementale en direction Antraccoli, Capannori, Porcari (10km). Après on prend via Roma et on suit via provinciale romana sur 6km en passant par Fabbri. Après la gare et l'autoroute on arrive à Altopascio (hôpital de st Jacques de 1191), ville nichée sur une butte autour de sa « sirga peregrinal », voie des pèlerins.

ALTOPASCIO - SAN MINIATO BASSO 24km

Ponte a Cappiano: AJ communal Ponte de' Medici, viale Colombo 237, tél avant 0571297831, cuisine, TA [pontemedici@ponteverde.it](mailto:pontemedici@ponteverde.it) / **San Miniato Basso: AC excellent, TA, chambre 3 lits, no cuc, à la Misericordia (Protection Civile) piazza V. Cuoco 9, (aux feux à sx, ensuite après l'église à dx vers Protezione Civile) tél 0571418444 ou le passionné Giugni Mario 3398723682-0571419160 qui vous donne une attestation de passage et maintes renseignements/** San Miniato Alto: GE couvent San Francesco, tél avant 057143051 (25€ dp)// du centre de Altopascio, prendre la SP direction Fucecchio (il y a quelques figurines peintes) vers Chimenti. **Ceux à vélo** poursuivent sur la SP15 vers Le Vedute et Ponte a Cappiano (6km) et Fucecchio (4km). De là, sans monter dans la vieille ville en haut, sur 5km de route on arrive à S.Miniato Basso, en passant le fleuve Arno, la voie ferrée et l'autoroute. **Ceux à pied** suivent la VF (flèche blanche sur le mur) après Chimenti qui vous mène à D sur un morceau de l'ancienne via Cassia, très beau, et on arrive à Galleno. On passe le village et à DX on trouve un sentier qui se termine dans le lit d'un ruisseau (un chien vous barre la route, si son maître n'intervient pas) vers la ferme hippique, le Cerbaie, des parties boueuses et des belles montées et descentes, la strada vicinale. On arrive à la route et on va à D sur via Poggio Adorno-Staffoli (fermée pour travaux), quelques virages étroits et on doit prendre à G le sentier en descente dans le bois et sur la route (belle descente !). Poursuivre tout droit au croisement vers Ponte a Cappiano en longeant ensuite le canal à G vers le Pont Mediceo (des Médicis) et son aire de repos (eau). Passer le pont et tout droit dans la zone industrielle pour Fucecchio, contourner la ville basse par la D sur via Buozzi, prendre la route de San Miniato, traverser le fleuve Arno sur le pont San Pierino, on perd le balisage, monter à G sur le chemin de la berge du fleuve, la route en contrebas est étroite et dangereuse, entrer en S. Miniato Basso direction le centre, passer le pont ferroviaire, la voie rapide, jusqu'à la place avec les feux et là prendre à G vers l'église, après le bar à D sur 50m : la Protection civile (la Misericordia).  
NDR: Après les termes piscines de San Miniato le chemin n'est pas trop bien balisé et beaucoup de cheminants m'écrivent qu'ils se sont perdus, surtout par mauvais temps, et alors je vous mets l'itinéraire par Castelfiorentino, Certaldo et San Gimignano par la route, vu qu'il n'y a pas d'accueil à Gambassi.

SAN MINIATO BASSO - CASTELFIORENTINO km 15 ou GAMBASSI 24km

**Castelfiorentino: AJ viale Roosevelt 26, resto à coté, Giancarlo Ferroni tél 3358184970-057164002 [hotelcast@interfree.it](mailto:hotelcast@interfree.it) à l'entrée de la ville à coté du stade, très disponibles, TA//** De la Misericordia un petit pont et une rude montée vers San Miniato Alto sur 2km. Traverser le bourg ancien et en via Calenzano une flèche jaune vous dévie à D en vicolo Borghizzi sur un escalier en descente; montées et descentes sur route, passer les Cappuccini et Calenzano, les piscines de S. Miniato. Toujours sur route continuer, mais il faudra tourner à dx après des maisons en ruine, en abandonnant la route, mais on ne voit pas de flèche ni d'autre signal...sauf l'adhésif des gardes suisses et tout le monde continue et descend vite après le virage sur la route. Et quand on est en bas, qui voudrais retourner en haut? Et alors, on continue à D vers Castelfiorentino, sans passer le pont. On trouvera une église en restructuration, Madonna della tosse et un hameau, Dogana (BR NS), ensuite l'entrée tout droit en ville et à dx l'AJ à coté du stade. Le sentier VF, au virage mal balisé précité, va à dx et monte vers Campriano, puis à D vers la Pieve de Coiano. D'ici pour Castelfiorentino on suit la via Coianese vers Castelnuovo, mais après la Pieve on tourne à D vers Dogana et encore à D vers la ville, en retrouvant la variante.

CASTELFIORENTINO - SAN GIMIGNANO 23km

**San Gimignano: AC excellent dans la communauté du Couvent Sant'Agostino, padre Bryan ou padre Ian 0577907012/0577940383 , max 2-3 personnes, TA, près de la Porte d'entrée dans le bourg fortifié, place st Agostino, NO groupes!-** GE Monastère San Girolamo, soeurs bénédictines, via Folgore 26; 0577940573 TA [vallombrosane@virgilio.it](mailto:vallombrosane@virgilio.it) TA 25€/ Pancole: AC possible au sanctuaire marial chez padre Luciano tél 05779550083/ à Gambassi hotel acquolina (ex torri) 40€ 0571638188 (repas pas bon et cher)// De

Castelfiorentino on peut poursuivre sur route vers Gambassi, en passant par I Profeti, Pillo, la Pieve de Sta Maria a Chianni (9km), ou vers Certaldo le long du fleuve Elsa, la route et la voie ferrée (9km). Ensuite on monte en 14km à San Gimignano, en passant par Sasso, Villa del monte, la Piazzetta, où l'on retrouve les flèches de la VF (cartes fournies par Mario Giugni). Ceux qui sont allés à Gambassi doivent tourner à G par via Franchi vers Certaldo, puis à D en suivant l'indication Luiano du sentier n°15. Avec un parcours rectiligne descendre, en passant par Casanuova, dans la vallée du torrent Casciani, casa La Torre, le pont, la ferme Luiano di Sotto, tout droit en descente, traverser le pont. Puis monter vers Spinai et Montecarulli, on arrive à l'église de S. Pietro, la Piazzetta (aire de repos au bar coop) on prend la route à D pour Pancole, son sanctuaire, et on continue sur route jusqu'à la SP où l'on tourne à G, la rotonde et San Gimignano; on monte au vieux bourg fortifié, on entre par la Porte ancienne. Sinon, on suit les indications VF vers Collemucciolli pour visiter la Pieve di Cellole.

SAN GIMIGNANO – Monteriggioni 25km

**ABBADIA a Isola: nouveau refuge centre d'accueil en 2008 ou bien très bon accueil AC sur variante à la paroisse de Castellina Scalo pour 2-4 personnes ou encore GE pour groupes à Rencine à 900m (casa per ferie), 34 places- 10€, et AC paroisse assunta, pza roma 23 (15€), le tout géré par don Doriano, très disponible bien que très occupé, tél 0577304214 ou 3356651581, TA**

**dondoriano@interfree.it / Monteriggioni: AJ Casa Famiglia, podere il santo, à 600m du village, 9+9 places, 0577304469, TA, clés OT à coté/ Colle Val d'Elsa: AC possible chez les Salésiens, piazza Sant'Agostino, 0577920195 / Le Grazie: AC possible paroisse santa Maria, don Stefano 0577959068// Sortir par la SP1 vers Poggibonsi, route large jusqu'en bas au carrefour avec la SP36 de Colle val d'Elsa; après le bar aller à dx et ensuite au pont à sx prendre le sentier dans le bois en montée et la piste boueuse dans le vignoble qui monte aux maisons de Bibbiano (6km). NDR: après la boue de la vigne (les cyclistes ne passent pas) à la première maison la jolie Ulla vous attend, une chienne très poilue et très agressive ...et il n'y a rien pour vous défendre, si son maître n'est pas là ! Après les quatre maisons de Bibbiano on tourne à sx sur route et chemins sous le Podere Borboni, la descente raide et glissante vers la provinciale N68, à dx en 3km on arrive à Colle Val d'Elsa. Au rond point prendre la SP5, traverser le pont sur le fleuve, monter vers les Cappuccini sur route. Ceux qui vont à Castellina Scalo passent ensuite à sx le pont de l'autoroute vers Staggia, là ils prennent à dx la via Cassia très trafiquée vers Castellina Scalo où il y a l'AC place de l'église à dx. (Rencine se trouve à 1km hors du village à sx par un petit pont et montée à la casa vacanze, ensuite le lendemain un sentier mène à Monteriggioni). Les autres suivent la VF au carrefour en bas de la descente de Colle val d'Elsa, en avant pour Abbadia a Isola (BR et AC paroisse, 100m à dx du croisement avec route) et, s'ils veulent, ils peuvent monter à Monteriggioni à sx après le chemin champêtre à la limite des bois; ils déboucheront au bar dell'orso (où arrivent ceux qui viennent de Castellina scalo par la Cassia) et suivront la Cassia à dx et le sentier à sx qui monte à la Rocca. Ceux qui, au contraire, en venant d'Abbadia, ne veulent pas monter à la Rocca, suivent les signaux dans le bois et montent raide, comme souvent dans cette étape, parmi les sangliers vers Mandorlo.**

Monteriggioni – SIENA 14km

**Siena: AJ guidoriccio, via fiorentina 89, cassia nord, tel 057752212, 2km avant Porta Camollia, près du McDonald, TA, [siena@ostellionline.org](mailto:siena@ostellionline.org) / AC très bien, pension complète et internet ! chez les soeurs de la charité de san Vincenzo, via san Girolamo (de piazza del Campo: 2ème rue à sx de la Torre del Mangia et tout droit) suor Ginetta ou suor Teresita, tél 057721271, TA// Sortir de Monteriggioni par la Porta sud (romana), qui est à 600m de l'AJ; à la via Cassia près des écoles, prendre strada del gallinaio vers Mandorlo, montée dure au ponte rosso, la ferme hippique, dévier à dx et monter vers la ferme abandonnée le Cerbaie. A sx, une piste dans les bois ravagés par les sangliers vers le château de la chiocciola et d'autres fermes. Peu de balisage ici, on descend tout droit sur le sentier, on tourne à sx et on continue à dx dans le champ jusqu'au pont troué, suivez tout droit dans le champ, ensuite à sx vers cabine électrique, on retrouve signal VF et on va à dx vers le centre hippique au fond. Là on peut aller à sx sur la via Cassia et la suivre pour Siena, ou bien la VF en montée raide à dx sur route de Pian del lago, qui ensuite débouche sur la Cassia. Là on bâtit des logements de la Cité Universitaire et un poteau balise VF vous indique à nouveau d'aller à dx par une route pour vous perdre dans la banlieue avec des montées et descentes très très raides, sans balisage...! Continuez tout droit sur les trottoirs de la Cassia vers Porta Camollia!!!**

SIENA – PONTE D'ARBIA 23km

**Ponte d'Arbia: AC bien, 2 places et cuisine, clés sous le paillason, Centro Cresti à la fin du village, après le pont à G, tél avant à famille Lotti; Patrizia 3286171840-0577370096, ou Massimo 0577370152 -3486021256 qui vivent au début du village, près de l'église au 61 de via borgo di ponte d'arbia, TA // Sortir de Siena par la Porta Romana sur la via Cassia, très étroite et trafiquée, traverser la Cerchiaia, Colle Malamerenda et Isola d'Arbia et là vous pouvez continuer vers Ponte Tressa, Monteroni, Lucignano, Curiano et Ponte d'Arbia. Sinon opter pour les détours de la VF par le chemin à D après le bar restaurant " Il Pino ", passer la voie ferrée, monter par le chemin n°2 du C.A.I., descendre à Ponte Tressa et prendre vers Grancia di Cuna. Sortir par la porte sud et suivre les indications de la Province et du C.A.I. (blanc et rouge) et le pèlerin stylisé (chemin 500) vers Quinciano et Ponte d'Arbia (l'AC est sur la Cassia, à G, passé le pont ; au centre du petit village il y un petit supermarché).**

PONTE D'ARBIA – SAN QUIRICO D'ORCIA 21km o SANT'ANTIMO km 28

**San Quirico: GE 10€ et AC pour pèlerins isolés à la foresterie de la Collégiale, à sx dans le jardin de l'église près de l'OT, cuc, 35pl, tél 0577897236 don Gianni, homme pratique et efficient, TA/ Buonconvento: AC sommaire paroisse SS Pietro et Paolo, tél 0577806089/ Torrenieri: GE paroisse Maria Maddalena 0577834138 // On reprend la VF sentier 500D avant le pont par champs et chemins le long de l'Arbia et du Sorra, on tourne à sx suivant la voie ferrée vers la ferme de Piana, à sx longue ligne droite vers Buonconvento, le pont à sx sur l'Ombro, la Coop, le centre-ville. Suivent 7km de via Cassia vers Torrenieri**

(GE paroisse sta maria maddalena, don Sergio 0577834138). Passer sous le croisement de la N2 et suivre ensuite l'ancienne via Cassia (SP137) qui passe par Bellaria, Podere San Giuseppe et arrive à San Quirico en montant au centre après avoir passé la Via Cassia. NDR: on peut aussi après Buonconvento, au croisement (à sx fattoria Resta, tout droit la Cassia, à dx sta Cristina) prendre à dx la route pour Valdicava vers Montalcino. Une variante que je vous conseille pour sa beauté (quoique la montée à la Rocca par le canaliccio et église des anges est rude, comme vous confirmeront les Lotti de Ponte d'arbia) vers **Montalcino**, la capitale du vin et des oliviers, cité fortifiée sur l'éperon rocheux un peu trop ventillée..., sic! (14km) et **l'abbaye de Sant'Antimo** du VIIIème (10km sur route de campagne sans trafic de Montalcino vers Castelnuovo dell'Abate- **AC très bien, pour groupes aussi, cuisine et provisions, chez les Prémontrés (chanoines réguliers agustiniens, comme à Conques sur la voie du Puy en France, ils parlent français,) frère Pierino, tél 0577835659 [abbazia@antimo.it](mailto:abbazia@antimo.it) ou [foresterie@antimo.it](mailto:foresterie@antimo.it) TA**). Ensuite, de l'abbaye (demander renseignements à frère Stefano) on retourne sur route au centre de Castelnuovo et on monte à sx la rue (sentier n°6 balisé) vers podere Loreto et la descente à Casalta, passer le talus de la voie ferrée, descendre de l'autre coté, une dure montée dans les bois, la première entre autres, sur la piste à Caggiolo; dévier ensuite à sx pour Tigliolo, Capannacce, route vers Cerretello, après le virage un sentier à sx vers Celle, on monte par les bandite vers podere larosa, podere sarna, podere Savino. Sinon, si vous ne voulez pas vous perdre (comme moi...), de Caggiolo continuez tout droit vers Scarabotti, podere san pietro, route à sx qui vient de Ripa d'Orcia, podere casino, podere sant'anna, à sx vers poderuccio, podere savino, podere poggio grande et de là en avant vers San Quirico et la via Cassia.

**SAN QUIRICO - RADICOFANI 29 km**

**Radicofani: AC à la paroisse, don Elia 057855614, 4pl, (pour les groupes, places à la mairie) TA, [doneliasantoro@libero.it](mailto:doneliasantoro@libero.it) ou GE confrérie de perouse 8pl PT en via magi 057855912// de la Porte Romana (qui n'existe plus: l'armée allemande l'a dynamitée, comme tant d'autres choses dans la dernière période de la 2ème guerre) du vieux bourg de S.Quirico (gare à ne pas continuer la descente sur l'élan!!! Comme moi...) prendre à dx via Matteotti, ensuite via Garibaldi, suivre la route blanche vers Vignoni et Ripa d'Orcia, en montée. Après 2 km prendre à sx vers Vignoni (1km), descendre ensuite par le sentier au cimetière et continuer à sx par la route en descente vers Bagno Vignoni (visite et pause). Ensuite à dx vers la Cassia (pont et vu du pont tombé, route étroite), on suit à sx pour La Scala et Gallina (bon bar avec panini et EAU). De Gallina, 1km après, qui veut peut suivre à dx, au km172, avant le pont du torrent Vellora, le sentier VF, on passe un petit (!?) gué, on monte en restant à dx, à la bifurcation prendre à sx et on arrive à Le Briccole. Poursuivre tout droit, traverser la route et ensuite trois ruisseaux (gué) et rejoindre l'ancienne via Cassia, casa Anas km 169,938. Continuer vers la maison consorziale et Ricorsi et parvenir à nouveau à la via Cassia qu'on suit. Sinon, de Gallina, c'est plus simple, surtout pour les cyclistes, continuer sur la Cassia large et plate jusqu'au croisement de Bisarca (pompe à essence et ancien bar), où l'on prend à sx la SS478 et on monte vers Radicofani en faisant le tour autour de la Rocca qui nous nargue de là haut (10km de montée sans eau, une lente agonie...).**

**RADICOFANI - ACQUAPENDENTE 24 km**

Ponte a Rigo: AC paroisse don Piero 3398999610-057853628 ou directement au Consorzio Agrario- Leonello 0578/50066- 50016, à dx après le bar quand on arrive à la Cassia, dans un container de chantier/

**Acquapendente: AC très bon, TA, casa del pellegrino san Rocco, 14pl, cuisine, Amalia Mencuccini de la Coldiretti, 3471662919, [amalia.mencuccini@virgilio.it](mailto:amalia.mencuccini@virgilio.it) à coté de l'église de sant'Agostino (don Luigi 0763734200); AC casa di Iazzaro 0763730177// de Radicofani on descend en bas jusqu'à la porte romana par viale Matteotti et au carrefour prendre SP24 et 100m après la piste blanche en descente (panneau agritourisme il Pantano), quelques montées faciles, deux cols et des descentes raides vers Poggio Leano, La Novella et Ponte a Rigo (9km). Poursuivre sur la via Cassia à sx (à D un bar resto) vers Torricella, Centeno, la zone industrielle et le Ponte Gregoriano (beaucoup de trafic) et quelques détours de la VF). Après l'avoir traversé (fontaine d'eau et vente sauvage de fruits et légumes) prendre la ruelle à dx (ne pas suivre panneaux et flèches VF) en montée raide qui parvient là haut au centre d'Acquapendente à la place-carrefour, tourner à sx sur via Battisti et via Roma dans le centre historique; au fond, il y a l'église de S.Agostino et le refuge et, 10m avant à dx, dans rue 15 maggio, la Coldiretti pour la clé au 1er étage.**

**ACQUAPENDENTE - BOLSENA 20 km**

**Bolsena: GE foresterie ex couvent Sta Maria del Giglio, via Madonna del giglio 49 (à 1km de place sta Cristina) 0761799066- 18€// GE très bon des trois soeurs très gentilles du Santissimo Sacramento, Place Sta Cristina 14, 0761799058 (5pl toujours disponibles à 8€/plus des chambres à 25€) TA// Du gîte continuez tout droit en légère montée vers la Porta Romana (à coté de l'église en restructuration du S. Sepolcro) et suivez les vieux panneaux 2000 et les nouvelles figurines jaunes VF. Vous pouvez suivre la Cassia jusqu'à San Lorenzo Nuovo ou bien les détours de la VF qui vous font aller et venir sur la Cassia. De la grande place centrale vers le jardin fleuri en balcon avec vue sur le lac, continuer en descente sur la Cassia un peu étroite dans ses virages jusqu'au km122 VII. Là, prendre à sx le sentier VF jusqu'à Bolsena, si vous êtes capables de ne pas perdre patience en suivant les détours imposés par les propriétés et les agritourisme et les dénivelés! Sinon descendez au lac et suivez cette route belle plate et large jusqu'à la porte fiorentina de Bolsena centre historique que vous traversez tout droit vers la piazza sta Cristina et l'AC.**

**BOLSENA - MONTEFIASCONE 14 km**

**Montefiascone: GE 25pl pour groupes et AC pour pèlerins isolés au Monastero S. Pietro, largo san pietro 31, soeurs bénédictines, suor Clara 0761826088/ 0761826066, TA, en plein centre historique (à la Porte fiorentina entrer et suivre la 1ère à sx et 200m à dx) / AC possible paroisse corpus domini, via Cassia 10, 0761826567, à l'entrée de la ville/ GE Raggio di sole, via San Francesco 3, 0761826098 // Par via 4 novembre de l'AC de Bolsena descendre à la Cassia, pause aux Pietre Lanciate, et après Canuleio au km108 dévier à sx vers Fosso d'Arlena (mal signalé et avec un gué difficile), ensuite par le Bosco (bois) della**

Turona et la piste de basalte romaine (ancienne Cassia Consolare) jusqu'à la route de Montefiascone, blanche et goudronnée ensuite, qui monte vers l'église de san Flaviano. Ou bien continuer sur la Cassia et ses pistes du côté G, avec pause et eau au cimetière anglais de la 2eme guerre mondiale et à la zone des fouilles. On arrive ensuite dans la banlieue et on monte sur route jusqu'à la porte de la cité emmurillée (dans une place carrefour très trafiqué) où l'on rentre vers le GE.

MONTEFIASCONE - VITERBO 17 km

**Viterbo: téléphoner à l'OT IAT à la gentille Angela pour un logement à bon prix, 0761325992 comme albergo roma, via della cava 26, 0761227274 (30€) devant musée etrusque/ GE Centro Madonna della Quercia, via Fiume 112, dans la banlieue à 3 km, 30€ : 0761321322/** AC paroisse santa Barbara, piazza dei Buccheri, 0761250524, avant le centre ville, du côté opposé du cimetière/ AC possible ? Clarisse de sta Rosa 0761342887, quand elles veulent, sinon ils vous envoient au Centro di ospitalità SDF, via della bontà, 5 0761333055 (refuge de Caritas) ouvre à 20h// en tournant le dos à la Porte de la vieille ville de Montefiascone (attention au panneau via francigena qui veut vous envoyer en haut à la Rocca de' Papes !!) prendre à D via Contadini en descente vers le terrain de foot et la gare, très bien balisé par les Lyons club. Après quelques centaines de mètres, tourner à D sur la rue du lotissement au fond ancien de pierres basaltiques. Des parties de la voie ancienne, un chien agité, un peu de tranquillité. A la bifurcation de l'autel de la Vierge monter à G l'antique Cassia, passer sous le chemin de fer à G et de nouveau à D, piste blanche. Continuer dans la poussière des rares voitures vers le côté droit du Monte Iugo, une fontaine à G jusqu'à traverser la SP Martana. Poursuivre tout droit sur le chemin, autre fontaine au trivium, tout droit et 300m après, à G prendre le chemin qui continue sur 1,5km. Tourner à D au carrefour et pause à la source thermale du Bagnaccio. Continuer sur la route blanche pour 1,5km et à G strada San Lazzaro. Après 3km on arrive au cimetière de Viterbo (eau et toilettes à l'intérieur), de l'autre côté de la route très trafiquée il y a possibilité de logement à la Quercia ou à sta Barbara, sinon suivre à D sur la via Cassia et monter en centre ville jusqu'à Porta Fiorentina. On entre dans la ville murée, à D on parcourt Piazza della Rocca et via san Faustino, à la place on prend à G en via Cairoli jusqu'à piazza Caduti et on monte à l'OT en via Ascenzi 4 à dx.

NDR: Viterbo et les étapes suivantes sont les moins belles pour le trafic, le manque de logements, l'inhospitalité et la sensation d'être considérés comme de vagabonds...ou, peut-être on paye l'ancienne rivalité entre Viterbo et Rome, deux villes papales?!

VITERBO - CAPRANICA 25km Variante Lac de Vico (par Querce d'Orlando)

**Capranica: AC sommaire, un matelas dans la salle de catéchisme à la paroisse, no cuc, à l'abandon, tél avant à don Antonio 0761669053, après la Porte Tour de l'horloge à sx, juste avant l'église en restructuration/** Vetralla: monastère regina pacis, via del giardino 4, 0761481519 (30€ très froid); AC possible paroisse san francesco, don luigi, 0761477105/ pas d'autres accueils jusqu'à Sutri/// Sortir par Porta Romana et prendre à D, après une partie de strada provinciale Cimina, la strada Sammartinese vers l'hôpital Belcolle et San Martino al Cimino, où l'on monte au vieux bourg jusqu'à l'ancienne abbaye (après la porte, une fontaine, un bar et une épicerie). Ensuite on continue à monter sur route vers le carrefour de la Madonna. Là on peut suivre le fléchage VF en montée et ensuite le sentier route vers Casaletto. Ou bien descendre sur route large vers le lac, le parc, ses aires de repos. On trouvera une route qui monte à D avec le panneau Via Cassia, on passe deux lacets au dessus du camp militaire, on arrive à un croisement avec des flèches VF qui vont à G. Ne pas les suivre !! Continuer tout droit vers Quercie d'Orlando, en rejoignant la Cassia (au km60). La traverser et suivre la route blanche Doganale Oriolense à G qui mène à la voie ferrée. Juste avant le pont, on prend à G par le sentier dans le fruitier, le sentier disparaît, mais continuer en longeant la voie ferrée, on arrive à la route et ensuite à G sur strada Formelluzzo dans la banlieue de la ville jusqu'à la via Cassia, la petite montée avec le parc public à D et plus avant, l'entrée dans le centre historique par la Porte de l'Horloge de Capranica. NDR: malgré les problèmes de logement, ce vieux bourg de ruelles, escaliers et maisons hors du temps est vraiment suggestif.. et s'il vous arrive d'avoir un concert dans l'ex-église...

CAPRANICA - CAMPAGNANO DI ROMA 27 km

**Sutri: GEP carmelites, via garibaldi 1 (plein centre, porte d'entrée) 0761609028 RV à 15h15 (20€ une soeur parle français, derrière grille); Campagnano: AC derrière l'église San Giovanni Battista, descendre dans la ville antique au numéro 50 de vicolo duomo, au fond après la Porte medievale, chez don Renzo, téléphoner bien avant... 069041094; OT sur la place avant la Porta, un seul Hôtel Pizzeria Benigni à 50€/** Settevene: GE à L'Umiltà, casa Maria Immacolata, via cassia km37, tél 0761527016// de Capranica on peut suivre la Cassia un peu étroite vers Sutri ou, avant la chapelle de san Rocco, monter à D strada Pogliere pour atteindre strada Capranichese. On arrivera dans les deux cas à Sutri où, si l'on veut monter, on traverse la Cassia, sinon on continue sur celle-ci en longeant Madonna del Parto (pause pour visite et eau), la nécropole et le cimetière. On abandonnera la N2 à D par la route du lac de Bracciano et Trevignano (à ne pas confondre avec celle de Bassano 10m avant). Plus loin, entre fermes et villas, on trouvera à G la route blanche localité Vallicella qu'on suivra jusqu'à la fontaine San Martino et le Golf club; on monte à D en le longeant, ensuite on monte à G et on descend. Ce chemin devient via Sutrina vecchia et arrive à Monterosi. D'ici la Via Cassia est très trafiquée et on devra la suivre côté G jusqu'à Settevene (horrible partie !), pour arriver au carrefour del Pavone où l'on tourne à G sur la SP10a qui monte à Campagnano en 4km. NE PAS dévier de la route provinciale en suivant les flèches blanches de la VF qui vous font faire encore d'autres détours entre villas et fermes, en montant et descendant, pour aboutir de l'autre côté de Campagnano, sans balisage, perdus dans une ville qui est très longue et divisée en trois parties, et vous devez vous rendre dans la dernière, la plus ancienne !!!

CAMPAGNANO - LA STORTA 24 km

**La Storta: GE Centre Spiritualità sacro cuore, via Cassia 1826 km18,1 tél 0630890863-90267; GEP suore poverelle, via baccarica 5, 0630890495 15€/** Isola Farnese: AC sommaire paroisse San Pancrazio

tél 0630890508// On suit via San Sebastiano sur la SP10a direction Formello. Au km12,6 (autel de la Madonna del sorbo) on tournera à D sur strada di Macchiano, qui se termine devant une villa. On prend à D, on descend vers les ruisseaux et on monte vers Madonna del Sorbo. On descend ensuite vers Formello, le Parc de Vejo, on suit vers Isola Farnese, Madonna di Bracciano et la Storta.

LA STORTA - SAN PIETRO (ROMA) 14km

**Roma: AJ du foro italico, viale olimpiadi 61, tél 063236267/ AJ hostel Ottaviano, via Ottaviano 6, tél 0639738138-0639737253, réserver : [www.pensioneottaviano.com](http://www.pensioneottaviano.com) dortoir 14-16€, sur piazza del Risorgimento, à coté de st Pierre et des murailles vaticanes, très gentils Felix e Sabrina (parlent toutes les langues); AC de la confrérie de Pérouse, couvent st Benoit Labre au Testaccio ; AC madonna del cenacolo, via ambrosi 9 0635401142/ beaucoup d'autres petits hôtels en plein centre à 12€ le lit ou 25€ la chambre// autre jour de trafic et de danger : sur la Via Cassia pour 3,5km, à la Giustiniana on dévie à D sur via Trionfale, qu'on essaye de suivre malgré son manque de trottoirs, en restant à G parce que la route se divise en deux souvent. Arrivé à la place Medaglie d'Oro, entrer dans le parc de Monte Mario seulement à la fin de Viale Parco Mellini. Ici on trouve le balcon avec le panorama de Rome. On redescend sur via Trionfale par les tournants jusqu'à Largo Trionfale et on prend via Leone IV. Aux murailles vaticanes, poursuivre à G par place Risorgimento, via Porta Angelica et enfin les colonnes de Bernini. Ici se termine notre chemin ! Les croyants iront voir Don Vercesi (s'il est là, car maintenant il y a les employés qui, comme à Santiago, très vite accomplissent votre pratique) pour obtenir la « Romea », le « Testimonium » du pèlerinage accompli, les autres en visite de la Città Eterna !! Flavio Vandoni avec la collaboration et le soutien de Luciano Callegari, Luciano Greppellino, Jean Marie Laplane, Jean Claude Lordier, Jean Claude Albertini, Marcel Girault, Isabelle Duchene et les notes de voyage d'autres cheminants, cyclistes et pèlerins.**

## **LE CHEMIN DES ALPES AUX PYRENEES - le sud de la France**

### **De Vintimille aux Pyrénées par la voie provençale, la voie du piémont pyrénéen jusqu'à st Jean pied de port ou la variante de Lourdes par le Somport à Puente la Reina (chemin aragonais).**

La présence bimillénaire d'un tracé routier romain et la volonté de différentes associations de relier Rome à Compostelle, en passant par la Provence vers Arles sur le chemin des romieux, sont à la base de ce travail et des recherches accomplies sur le terrain et sur différentes publications éditées. En juin 2009 sortira enfin un guide des Editions Anaya – Touring club espagnol du chemin entre Rome et Compostelle de notre ami Anton Pombo. Mais, encore aujourd'hui, ceci n'est pas un chemin facile, il est peu balisé, avec beaucoup de goudron et peu de refuges. Peu de fréquentation et presque tous les jours le problème se pose de téléphoner pour trouver un endroit pour se laver et se reposer, si l'on ne dispose pas d'une « grosse » carte de crédit !

**ITINERAIRE:** La voie de la côte ligure (ancienne Via Aurélia et Aurélia Scauri, chemin italien à Compostelle et Via Romea ou chemin des romieux pour Rome) se relie en France au nouveau GR653A qui va à Arles en passant par la région provençale. De là, on peut suivre aussi bien la voie d'Arles (GR653) que la voie du Piémont pyrénéen (GR78) ou bien suivre la variante par st Palais qui vous mène au Chemin du Nord. Toute suggestion et correction est bien acceptée et sert à améliorer notre travail, merci. Ce descriptif est toujours mis à jour avec la contribution des cheminants et donc écrivez-moi si vous voulez la dernière édition. Bon chemin! Flavio Vandoni (flaovandong@yahoo.fr).

### **De VENTIMILLE à ARLES**

L'association des amis du chemin de PACA ([www.compostelle-paca-corse.info](http://www.compostelle-paca-corse.info) pour info, cartes et AC) a mis en place deux variantes du GR653 : la A qui démarre de la Mortola superiore à Vintimille et la D qui part du Col du Montgenèvre. Le point d'arrivée est Arles, où le GR653 devient la Voie d'Arles ou via Tolosana, une des voies historiques décrites par Aymeric Picaud (voir les sites de pierre-louis <http://vppyr.free.fr> <http://viatolosana.free.fr> ) pour les cartes et d'autres renseignements. Avant il n'y avait rien et chacun suivait soit le tracé historique des voies romaines Domitia et Aurélia ou bien le trajet idéal par rapport à son but. Tous les pèlerins et cheminants que j'ai rencontré ou dont j'ai lu les récits, ont suivi cette logique. Pour ma part, j'ai préféré suivre la cote jusqu'à Fréjus (plus facile trouver où dormir, manger etc.) et pas le GR653A qui vadrouille en montagne et qui est plus adapté aux randonneurs du weekend. A partir de Fréjus, suivre la côte devient trop long en kms (même s'ils sont en train de faire une voie cyclo-piétonne jusqu'à Toulon), et donc il faut suivre soit le tortueux tracé du GR653A, avec ses limitations estivales d'interdiction de passage pour les incendies, soit les routes longeant l'axe de la RN7 vers AIX en Provence et ARLES. Pour les cyclistes la N7 est la voie plus simple à suivre. Vous pouvez aussi demander aux paroisses ou presbytères pour avoir un accueil (AC) et tamponner votre credencial. Presque toutes les plages disposent de douches et on trouve des zones aménagées pour le piquenique, et alors on peut dormir à la belle étoile, si l'on est équipé. Il m'est arrivé de dormir dans les cimetières (il y a de l'eau) ou sous les portiques d'églises et de chapelles, à l'abri de la pluie et de la rosée! **Abréviations: H hôtel, C camping; NS commerce, superette; BR bar restaurant; OT office du tourisme; ctra route, carretera ; N7 route nationale; D98 route départementale; cuc cuisine disponible ; D ou dx = droite; G ou sx = gauche ; AC accueil avec donation; GE gîte communal ou privé; AJ auberge de jeunesse ; DP demi pension; périodes d'ouverture: TA toute l'année; PT de Pâques à la Toussaint; estival : en été ; no cuc : pas de cuisine.**

Ventimiglia Vintimille	0	H	De la gare descendre à la mer en passant à dx le pont du Roja, suivre le bord de mer, ensuite monter l'escalier à dx du musée et prendre à sx la route SP1 et les ruelles à coté de la voie ferrée vers la Mortola inferiore, Grimaldi et la descente sur le sentier aux Balzi rossi (grottes) et le confin. NB : les cyclistes suivront la route provinciale au 2 <sup>ème</sup> pont avec la montée au vieux Vintimille à sx vers l'église, le musée et le tunnel
Garavan	8	H	Suivre la route D6098 c'est la façon plus facile pour arriver à Fréjus en suivant la côte, sinon les promenades, rues et ruelles et plages sur le bord de mer, comme ici dans la longue baie de Garavan à Cap Martin en passant par le port, le musée Cocteau, les jardins
Menton	3	AJ- plateau st Michel (15min du centre) dans le parc; bus 6 arret camping st michel à 600m; 80p, cuc, tél 0493359314 <a href="mailto:menton@fuaj.org">menton@fuaj.org</a> //AC Monastère Annonciade, 2135 corniche Tardieu, 0493357692// GEC villa jasmin, 8 prom du val de menton, 0493357716, 42p// GEC maison des loisirs, prom de la mer, 0493357705, 40pl	Après le bord de mer de Carnolès, à l'arc de triomphe ancien, à sx prendre le sentier des douaniers qui vous mène en 2H à Monaco NB : pas pour cyclistes qui suivent la route à dx
Cap martin	1	OT/H	Larvotto (plage en bas)
Beausoleil	8	OT/H	On descend au Montecarlo beach, on suit à dx la trace verte, en descendant vers le port
Monaco	1	A Cap d'ail : AJ centre méditerranéen, chemin des oliviers, 0493782159, 300pl// AJ thalassa, av gramaglia, 0493781858, 100pl// à Eze : AJ de l'europe, bord de mer, 0493015716, 43pl	Musée, Aquarium, Jardin botanique exotique, casino', le Rocher des Grimaldi/ du port monter vers la Basse corniche pour Fontvieille et descendre au stade pour suivre le sentier du littoral, dur, qui se termine à la plage de la Mala de Cap d'Ail, montée très dure, ensuite à sx vers Eze et Beaulieu sur route NB : les cyclistes suivront la route toute de suite
Beaulieu		OT/ H	Suivre à sx la route vers st Jean cap Ferrat sur le coté sx de la voie ferrée, enfin une petite montée vers le carrefour du pont. La descente toujours à sx vers l'escalier de la plage de Villefranche
Villefranche		AJ mont boron, là haut dans le parc, à 4km du centre de Nice, route forestière mont alban, 0493892364	Rade sablonneuse, promenade, à la forteresse on monte sur piste cyclable de la D6098 vers le promontoire du mont Boron et la rude descente à sx au Century21 vers le port de Nice et la prom
NICE	18	AJ les camélias, 3 rue spitaleri, derrière Nice étoile (le centre commercial sur av jean médecin), à 500m de la mer et de la gare sncf (OT) 135p, cuc/ 0493621554 <a href="mailto:nice-camelias@fuaj.org">nice-camelias@fuaj.org</a> // AJ clairvallon, 26 av scuderi, 0493812763	Poursuivre sur promenade des anglais jusqu'à l'aéroport et le pont sur le Var (7km) sur la piste cyclo-piétonne
St Laurent	8	H	Après le pont du Var, cap3000, piste cyclable
Cros de Cagnes	4	H	Des immeubles étranges, le port, le champ des courses hippiques, le bd de la plage
Villeneuve Loubet	4	GEP VTF marin'alpes, quai des maurettes, 0492130413, 136pl	Bord de mer
ANTIBES	10	AJ caravelle, 25 av de l'antiquité, 0493613440, 100pl/ GEP jardins de la mer, 1317 chemin de	Promenade au cap d'Antibes et Juan les pins... sinon tout droit : gare, bd du littoral et Golfe Juan, av de la liberté, av. maréchal Juin,

		vallauris, 0493613433, 120pl	
Cannes	11	AJ les iris, 77 bd carnot, 0493683020, 30pl	La croisette, le palais du festival, les jardins, les plages! Avant vers le vieux port et La Bocca, le long de la mer et D6098
La Napoule plage	8	H heures claires: 12/16€, un peu loin, demander OT 0493936465/64// à Mandelieu : Centre la pinède, 340 rue monnet, 0493936464, 49pl	Derrière la gare, le parc st Peyre sur le sommet d'un cône volcanique: vue et pause aux ruines/ D'ici commence la Corniche d'or et l'Esterel, avec ses roches rouges, les baies, une série des villages entre mer et montagnes, et ses montées
THEOULE	2	Villa Camille, 68 rue corniche d'or; 0492973636// AJ esterel st louis, 28 bd esterel, 0493754109	du centre ville on suit la promenade du Pradeyrol le long des plages jusqu'à la Pointe de l'aiguille et la grotte Gardanne, après D6098
Trayas		AJ 9 av de la Véronèse, a 2km, 100pl, cuc, camping (en travaux)	Route, Pic du cap roux, Anthéor
Agay	28	OT/H	Cap Dramont, Boulouris
St Raphael	9	GE les genévriers, 112 bd suveret, 0494836260	Ville touristique/ suivre les boulevards de Gaulle, V Hugo, de Provence
FREJUS	3	AC presbythere de la cathedrale, 67 rue montgolfer//AJ chemin du counillier, dans la pinède près de la N7, 106pl, cuc, 0494531875, bus 10 de la gare de st raphael// OT 325 av J. Jaurès	Les arènes, l'amphithéâtre, la cathédrale, le centre historique; d'ici la variante (A) qui suit la N7 pour les cyclistes ou le GR653A
Var A: Puget	4	OT à la Mairie: H/Campings AC paroisse 0494455075	<b>Variante routière</b> /village fortifié, église gothique de Santiago du XVIe/ suivre pour le Colombier
Le Muy	12	AC paroisse//GE paradou, 243 av tour (Casino) 0494451005	Campings/ Tour Charles V du XIe, suivre pour les Valises
Les Arcs	7	OT/AC paroisse 0494733013	village médiéval et ruines du château, la Cognasse
Vidauban	8	OT/H/ camping les ombrages	places et fontaines
Le Cannet des Maures	12	OT/H/campings	vieux bourg en haut, église du XIe, parc des cèdres en bas
Le Luc	2	OT/H/ camping bruyeres	bourg vieux, église de Nazareth du XIIe
Cabasse	11	OT mairie/camping municipal	petit bourg ancien/ abandonner N7 pour D79
Brignoles	14	OT/H/C mun/ AC paroisse et couvent st jean, 0494590805	chapelle XI/XIIe, palais des Comtes de Provence du XIe, musée, portes historiques
Tourves	12	OT/H/AC paroisse 0494787157	grotte du Caramy
St Maximin la Ste Baume	7	AC par. et couvent dominicain 0494780471/ Camping provençal	OT/ basilique et couvent
Pourcieux	5		village entre les montagnes de la Ste Baume et Ste Victoire/ on abandonne N7 et on prend route pour Pourrières (7km), village haut perché, église du XIe/ déviation au Trophée Marius, si l'on veut
Puylobier	6	Accueil à la Légion Etrangère, 0442663820/ GEP gorgeon, 5 imp du figuier 0442663505	prendre D17 pour le Tholonet (15km) et Aix en Provence
AIX	6	Voir note plus avant	
Var B: Puget	4	Voir précédent	<b>Variante champêtre GR653A</b>
Palaison			Détour tortueux, mieux N7
LE MUY	12	hotel des allées, 25 allée hugo, 0494450830	chemin et route
Ste Roseline			abbaye
Les Arcs	10	Voir précédent	

Taradeau	5	AC paroisse 0494731660// camping la vallée	église, sentiers vers la Vigne Aubière et Pont d'Argens
Abbaye du Thoronet	25	AC monastère Bethleem, tel 0494859205/08 Hostellerie de l'abbaye, en bas au village, 0494738881	abbaye du XIIe/ vous pouvez descendre au village du Thoronet sur le fleuve Argens (4km), au lac de Carcès à 6km, à la chapelle ND du Caramy et à Carcès ou bien suivre GR qui va dans la vallée du fleuve Argens et à Carcès et à sa chapelle
Carcès	9	GEH cabre d'or, 0494045014 GE Fina, ch de riaux 0494043432	Camping fouquieres// église, château, sentier
Vins Caramy		CH château de vins 0494725040	bourg typique
Le Val	16	AC paroisse/GE petit baou 0494864736/ GEC pl des remparts 0494370221	OT/ château XIe, église, sources et 13 fontaines, moulin et lavoir
Bras	11		grottes et rivières
St MAXIMIN	10	Voir précédent	
Pourcieux	8	voir précédent	
Pourrières		AC paroisse/ AC Mme couttier, tel 0494785313	Village haut-perché, église XIe
Puylobier	6	Voir précédent	<b>deux variantes:</b> courte sur D17, longue du GR derrière le massif Ste Victoire et Vauvenargues
AIX en Provence	21	AJ -3 av Pagnol, près de la fondation Vasarely, bus 4, 146pl, cuc, 0442201599	hotel paul, 10 av pasteur 0442232389 (40€)Ville universitaire ancienne romaine/ pause/ suivre D17// <b>réunion des deux variantes</b>
Eyguilles	10	AC paroisse st julien 0442926651	Père Denis, place payen (gare à la confirmation)
Pelissanne	18		village labyrinthe à se perdre!
SALON	5	AC centre st François, salésiennes, 0490563651/AC paroisse st Laurent 0490562615	château Emperi et musée, OT, maison musée de Nostradamus
Var courte: N113		Pour cyclistes	on sort de Salon, après la prison le carrefour avec N569, on poursuit sur route à gauche parallèle à A54 et N113
St Martin	24	H e C	poursuivre sur N453
ARLES	16	AJ 20 av Foch, derrière le stade municipal, 2km du centre, bus4 direction Fourchon-arret Fournier, 0490961825 <a href="mailto:arles@fuaj.org">arles@fuaj.org</a> 108pl//AC et tampon église st trophime (GEC à ouvrir...M. et Mme Debard)	Ancienne capitale romaine riche en histoire et monuments, très touristique, gare ferroviaire et cars pour un tour en Camargue et à Stes Maries de la mer
Var longue GR653A			suivre D17 et sentiers
Eyguières	7		D17 et GR6
Aureille	6	H	on reprend D17
dév Mouriès	7	GE par/mairie; tel le soir 0490476589/0490475291 GE mas meynaude, 0490476926	
Maussane	5	OT/H/C	Paradou, Château Montauban
Fontvieille	9	H/C	moulin Daudet, oratoire de st Victor, église Ste Croix, abbaye Montmayor,
ARLES	10	Voir plus haut	arènes, églises; capitale de la Camargue, delta du Rhône/ suivre GR653 à l'ouest vers st Gilles

**ARLES- LOURDES- LA CAMARGUE, LA COTE, LE CANAL DU MIDI, LA VOIE DU PIEMONT (GR78)**

km	localité	altit m	logements, téléphone, cuisine, prix (nuitée/demi-pension dp)	Notes variées
20	St GILLES	0	GEC 2 impasse du cloître, près de l'abbaye: 8pl/5€ OT 0610398707	Ancien port commercial et grand centre de pèlerinage désormais déchu
	Canal du Rhône au Canal du midi	0	Il va de Beaucaire jusqu'à Sète sur la côte méditerranéenne après Montpellier	de St Gilles vers le sud, on croise le canal et on le suit <b>coté dx</b> jusqu'à Franquevaux (8km), Gallicien (4km), droit sur la berge jusqu'à la bifurcation du canal et ensuite la D46 à sx.
30	Aigues Mortes	0	OT/ Campings et hôtels	Ville fortifiée, tour, murailles
10	La Grande Motte		OT/ 6 Campings	littoral touristique de masse
10	Carnon plage		OT/Camping	idem
5	PALAVAS	0	OT/Camping	Route et sable
4	Maguelone		Camping l'arnel	abbaye du XIIe, salines
	Etang de Vic			Sables et mer
0	Les Aresquiers			Mas les dunes
15	Frontignan plage		OT/Camping	Plages touristiques
8	SETE	0	AJ villa salis, rue du général revest, après rue de gaulle et jardins, sur les pentes du mont st clair, 96pl, 0467534668// OT	Ville de Brassens et port de mer de pêcheurs émigrés italiens; en été joutes entre costauds sur le canal du midi
14	Le Castella			Tour, route et chemin de fer
3	Marseillan plage	0	bungalows municipaux, 23 Campings	port et phare des Onglous, étang de Thau, canal du Midi (240km jusqu'à Toulouse et 135km à Carcassonne), on chemine à l'abri du vent et du soleil sous les platanes
5	Bagnas			Reserve naturelle, Prades
3	AGDE nord		OT/camping	écluse ronde, fleuve Hérault, muraille, cathédrale fortifiée, château, la D912 qui mène à Vias est plus courte!
7	Vias		GE et Camping	Pont Cassafières
7	PORTIRAGNES	30	base nautique/ camping	écluses, maisons en basalte, voie verte cyclo-piétonne jusqu'à Béziers
4	Villeneuve		Camping et GE / base nautique	
6	Béziers sud	63	OT	cathédrale st Nazaire en haut, pont canal sur l'Orb (1857), arènes I/II sec
2	Fonserannes		Aire de repos, bar, fontaine eau	Les écluses plus fameuses à 8 (7) sauts, longueur 312m, hauteur 22m
6	COLOMBIERS		OT/base nautique	abbatiale, aire repos
2	Malpas		maison du Malpas (centre de documentation)	Premier tunnel du Canal, long 173 mètres, construit en 6 jours!
dév	Ensérune	40	fouilles et site archéologiques	Oppidum romain
4	Poilhès			Petit village
7	CAPESTANG		OT/camping municipal, Base nautique,	Abbatiale/ le canal fait des longs détours, route pour Argeliers ?!
10	La Croisade			
4	ARGELIERS	32	On peut suivre la route jusqu'à Homps	Village historique qui n'est que effleuré par le canal qui tourne vers le sud

5	Pont de la Cesse		canal de la Robine (ne pas le suivre)	au sud Sallels (H et services), au nord Mirepeisset (camping)
2	Le SOMAIL	40	H / GEP	village d'artistes, pont neuf
6	Ventenac		base nautique	D124 près du canal jusqu'à Homps
4	Paraza	50		Château, pont canal
4	Roubia			
4	ARGENS	50	GEP / H	bourg ancien, le canal dévie au nord
6	Homps		hôtel	Château, église, port
6	La Redorte	100	H/GE/ tous les services	pont neuf à 11 arches, château, village effleuré par le canal, la D610 le côtoie jusqu'à Trèbes
4	PUICHERIC		H/Auberge de Jeunesse/GEP	Village XI sec, château, expo à l'écluse de l'aiguille à 2km
9	Marseillette Capendu		GE relais occitan, route de capendu, 1,5km après, Domaine de Beauvoir: Mme Canonica 0468791267/cuc/12-34dp	Anciens marais desséchés
10	TREBES	130	OT et camping micocouliers/ aire de repos au canal	Base nautique à trois écluses, voie verte jusqu'à Carcassonne (12km)
5	CARCASSONNE	127	AJ Auberge de jeunesse, rue trencavel, la Cité 0468252316, 120pl/cuc, 16€/ OT au centre /Camping au fleuve//GE ND de l'abbaye, 103 rue trivalle, en montée vers la cité, 20€ mme toyes 0468251665	Ville ancienne fortifiée/Chemin de St Dominique jusqu'à Fanjeaux depuis le Pont vieux, bastide st Louis, la cathédrale, la route de Limoux; la D119 plus courte jusqu'à Montréal, en passant par Aéroport Salvaza, ensuite près de Grezes, Pas de Corneille
	Maquens		direction sud ouest	
12	Arzens	200		croix de Saint Jacques
10	MONTREAL	200	GEP échappée belle, 4pl, 11€, mme touya 0468762961 0633299886, 28bis rue basse	collégiale/ on peut suivre D119 pour Rebenty, la Force, monastère de Prouille, ou chemin de st Jacques
17	N D de Prouille		AC au monastère 0468112266	Appeler la bonne soeur
2	FANJEUX	340	GEP HR Belvédère st Dominique, route de mirepoix 0468247236: 30€ dp mars-novembre// GEP couvent dominicaines, rue du four, 0468247016 : 28€ dp	D'ici passe le GR7 qu'on peut suivre (30km) option B, ou la voie directe (19km) option A, sur la D119 pour Mirepoix
A 5	Orsans		option courte (19km)	D119
A6	St Gauderic			
A3	Malegoude		GEP Balestie (voir après)	
A5	MIREPOIX		Voir après	idem
B 8	Hounoux	410	GEP/H	Sur le chemin des Cathares on monte au Pech de Mu 456m
B10	Malegoude	300		On descend, église, croix et chapelle, croisement avec D119; lac, ruisseau
	Balestie		GEP balestie, rte Carcassonne: 0561695864 : 10€-26mp	Belvédère, croix de Terride, descente, fleuve Hers, pont
B12	MIREPOIX	310	AC 5pl paroisse don Mario 13 cours Chabaud, 0561681125/ Camping Dynam'eau, route de Limoux, estival, 6€	Bastide, château ducal/ D'ici on suit le GR78, pont du Hers, ou bien la D119 jusqu'à Pamiers le long du fleuve (23km au lieu de 38), par Besset, Coutens, la Guinguette (hameau de Rieucros), la Tour de Crieu
	Senesse	451		montée, crête après l'église, descente

7	Manses	290	église	descente à Cazal, foret et montée
	Barthe maderne	436		descente
4	Teilhet			Église et lac, suivre D40
2	Vals	270		Église rupestre!
2	Bel Fort	390	camping	Collines, ferme au sommet, Tournet
8	St Amadou	270		Descente, ex-chemin de fer, croisement avec D119 vers Pamiers, ou le GR78
3	Ludiès	325	GE	aire repos, plaine
2	Le Carlaret/ Bordeneuve		AC 3pl, famille courbet, la lampisterie	croix/pont Crieu, Tour de Crieu, sous l'autoroute, descente au canal
10	PAMIERS	280	AC 5pl évêché, 8 place mercadal 0561609390 0561685802 OT avenue siret	On peut faire Pamiers-Pailhès sur route (22km) par st Victor Rouzaud, Montroux, Moulat, Montegut sur D431 ou bien le GR78 par le pont neuf
4	abbaye Cailloup	290		montée, prés, sentiers
3	château d'eau	481	Tour d'eau	montée, collines, descente dure après la ferme Caillau
4	S.Victor Rouzaud	328	GEP moulet st bazel 0561604005	Route et piste montante
1	col Moulat	530		descente et remontée
2	col du ch. vieux	500		descente au hameau du vieil Montegut
8	MONTEGUT – Plantaurel (Sabarthès)	300	vallée du Lèze; Camping et GE au château de la Hille, 2 caravans pour pèlerins, estival, sommaire et « cher »	le GR78 va vers Pailhès, par Baron, Lasserre, ruines château, fontanelles (24km au Mas d'Azil); <b>mieux emprunter D628 vers la Hille, déviant avant à sx sur D131 vers Baranè, D1 pour Gabre, fleuve Arize et la D119 pour Mas d'Azil</b>
8	PAILHES	300	Château//HR Pons : dortoir 16pl, 0561030136	passerelle fleuve Lèze, montées et descentes jusqu'à D31 et D1 (7km): à l'est, Baranè
	Lac Filheit	300		Se baigner, se reposer
5	Baranè	474	GEP pour groupes, wijnen tél 0561699817 « cher »	D'ici la descente
2	Gabre		Commanderie Ordre de malte	ici GR78 et D119 se retrouvent et jusqu'à Lescure continuent sur les bords du fleuve Arize (méandres)
9	MAS D'AZIL	350	OT 17 av de la gare// Hôtel gardel, mme auriebat, pl champs de mars, 0561699005 : 23/50€// camping castagnès à 2km estival	<b>Variante routière:</b> sur D119, 24km jusqu'à st Lizier, en longeant le fleuve Arize pour Maury, Rieubach, le Saret, on laisse le fleuve pour aller vers Clermont, la Grausse, Lescure
	Grottes			Fouilles, musée annexe, aire de repos
3	CAOUE' Coume	335	GEP vergers de sésame: 16/23€	Dortoir et camping, duran 0561699956
10	La Grausse	525		Montées et descentes
6	Tout blanc	508		Croix et ruines
4	Lescure		H	descente, château Belloc, petit lac
8	Montjoie	452	château, camping	Montée au Monte de gozo et descente
2	SAINT LIZIER	420	GEC place de l'église, 3pl, clé OT 0561967777, cuisine /15€, renseignements sur le GR78// Relais équestre la maison blanche, à Lorp sur la D117 (1,5km), 10€	Cathédrale/ pont fleuve Salat/ D618 évite les montées du GR78, le longe jusqu'à St Pé d'Ardet / <b>ou variante routière pour Salies de salat, st Gaudens (AJ venasque, 3 rue de la residence, 0561947273 <a href="mailto:residencevenasque@wanadoo.fr">residencevenasque@wanadoo.fr</a> 24pl,</b>

				<b>no cuc) Barbazan, st B. de Comminges</b>
5	Garraouè			vallée du fleuve Lez
	Aubert			Fleuve Lez: GR78 et D618 le suivent jusqu'à Buzan
2	Moulis		église	
2	Luzenac			Arguilla
2	Engomer		Aub pyrène, 0561047104, 10-25€dp	Montée dure
4	Arrout	656	GE maraude, 0561968208, 20€	fontaine, église, descente
2	AUDRESSEIN	509	GE 2 rivières à st martin, 15p 0561047632/18€ barbizan	Église, passer à l'OT// Descente
2 dév	Castillon		GEC jardin le baoulou, 3pl, clè OT av peyrevidal 0561967264, 10€// GE montagnard 0561967002, 11/26€	Église de st Pierre avec fresques
4	Argein		CH 37€dp 0561967011	42 route de luchon// D618
3	Aucazein	680		montée dure à Buzan, ou suivre pour Illartain et Orgibet par Augirein
2	Buzan	900	GE grange de ben à le Mandet 0561967624, 5pl, 15€/cuc	col, st Jean
8	AUGIREIN	630	GE vie en vert, 0561968266, 10-33€ dp estival	dénivelés, rive droite Bouigane
2	SAINT LARY	700	GEC le refuge 5pl, à l'église, 0562394681 mme mur// OT 0561968108	étape dure
3	Col la Hourque	910		montée
4	Portet d'aspet	860	GEP/H	montée au Col du Portet 1090/1160
10	RAZECUEILLE'		GEP peyrolise, 0561888955 - 0608604915 cuc/12€	Descente sur nationale et montée
3	Col Buret	600		montée
1	Juzet d'Izaut	582	GE/H vidal 0561888525	Pic du Cagire domine d'en haut
4	Cazaunous	549	GEP à Pomaredes, laporte 0561888205, 2km après, « cher »	Voie routière vers St Pé, D9, Lourde, Ore, D33, Galiè, pont sur Garonne, N125, Lourès, D122 et st Bertrand de Comminges/ ou bien le GR78 montée au col de Bech (715m) et Ste Anne (4km)
4	Col des Ares - Moncaup	800	GE sur la route du Col d'Ares (à 2km de Cazaunous) 0561888341/ 11-24€	montée
2	St Pè d'Ardet	600		descente,
3	Genos		GEP hallalou 0561884790, 8pl, 12€ cuc	lac, fontaine, montée, chapelle
8	Refuge St Martin		Montée à 1006m	Montée
4	Col paloumères	810		descente à Près du Gés (3km) et vallée de Luchon, pont sur la Garonne
	BARBAZAN		GEP castillon 0561950553 15€/2pl	A Labroquère
7	LOURES	500	GEP ferme de maribail au pont	Barousse
dév	Valcabrière		AC Espace Marcadiou, mairie ou Mme Fauvel: 0561949229,	Basilique de st Just et nécropole

3	SAN BERTRAND DE COMMINGES	470	OT les olivetains/ GEP camping les pibous, à 500m des fouilles en bas, bungalows à 10€, 0561949820/ AC Presbytère: chambre/cuisine ???	mythes et légendes, cathédrale XI sec Musée et vieille ville en haut/ asso amis de st jacques/ GEP uchan, le plan, 0561883182/ AC jean louis, pèlerin, route vers Loures, 0561896256 - 0670040492
A6	Tibiran - Jaunac	500	Grottes préhistoriques Gargas à 3km/ camping le rural	<b>Variante routière</b>
	Aventignan		GE Hourquet 0562397516, 10€,	Mme dulhom, avril-septembre
	Anères			suivre D938, Tuzaguet, Escala
A15	LA BARTHE		HR l'officier, 26 gd rue, mma dupuy, 0562982139 ; 30-40€	D938
A7	CAPVERN		camping route de Provence	Tentes et chalets// D938
	Mauvezin		Hôtel de l'arros	
A7	Escaladieu			abbaye
	Molère		GEP le Poiré, rte de capvern	Voir après
A8	Bourg de Bigorre			
	Castillon			descente vers D938
A8	BAGNERES DE BIGORRE		Voir plus bas	variante sur D935, Pouzac, Trebons, D937, Loucroup, Escoubès, Lourdes
B 6	Tibiran - Jaunac	500	De st Bertrand de comminges à Nestier 21km sur GR78	<b>Variante montagne avec GR78</b>
dév	Aventignan		GEC le hourquet	D26/ coume de mondeve, montée et dure descente, Generest
(6)	Lombres	510		Église et statue de st Jacques
	Montegut	560		montée, église, château
B6	Nestier	514	hôtel monastère mont ares 40€	Montées à Hautaget et aux cols Bacarous et Metous, ensuite descente
B6	Montserié	530	GEC Roge 0562989841 11€	Calvaire du mont Ares; montée à 640m
B7	Lortet	550	CH turner 0562981476- 21€	H mont d'aure 0562390243/ Chemin de fer, canal, montée à Lindou
B5	Labastide	542		Montée au col à 690m
B4	ESPARROS	690	GEP colomes 20pl/15€ 0562390596/ CH et camping randonneur 0562391934	descente
B4	Col de sires	550		Montées et descentes jusqu'à Espeche
B1	Cap des hours	663		Parcours en cote, cols (628 e 620m)
B4	Espeche	500		Descente, ruisseau
	Pont arros	378		Montée
B1	Batsère	430		le long du fleuve Arros, moulin tilhouse, route et pont
B4	SARLABOUS	348	GEP et camping moulin des Baronnie, 0562390514	Tout droit vers Bagnères??
dév	MOLERE		GEP poiré, route Capvern :	Mme andrieu 0562390565, 12/35€dp 13pl
dév	Haouet	538		Passer par le bois de molère ou cantère
B3	Escaladieu	310	Flèches jaunes à dx à la sortie	Abbaye et château de Mauvezin
dév	Bourg de Bigorre	300		denivelés
B7	Castillon	700		

B4	Uzer	800		montée au col ou bien vers D938
dév 5	Col palomières	810		Montée
dév 4	Gerde			Descente
B1	BAGNERES DE BIGORRE	540	GE notre Dame 24 rue Gambetta, mme cheminade 0562951827	<b>Point d'arrivée des deux variantes;</b> thermes, fleuve Adour; sur route 22km à Lourdes ou le GR78 de 29km
7	Labassère	785		A la montagne!
10	Germis		1110 m	3km de montée dure
3	Ourdis		GEP tarac 4pl, cuc 0562943881	Descente, église de st Jacques
4	Juncalas			Descente vers St Creac
	Jarret		GEPchem moulins 0562429636	
6	LOURDES	350	Voir plus bas	pour informations l'OT au centre

### De Lourdes à St. Palais et St Jean Pied de Port avec la variante vers Irun (camino norte)

Cette voie est balisée par l'association des Pyrénées atlantiques (AACSJ-PA) avec des fléchettes jaunes et bleues et par la Fédération française (FFRP) comme GR78 voie du piémont pyrénéen à certains endroits. D'Oloron à Navarrenx on passe sur des routes latérales; de Navarrenx à St Palais la voie est très fréquentée comme GR65 voie du Puy en Velay. Pour des renseignements, le site de Pierre Louis: [www.vppyr.free.fr](http://www.vppyr.free.fr) pour toute la voie du piémont pyrénéen et les variantes de passage des Pyrénées; ou bien m'écrire: [flaovandong@yahoo.fr](mailto:flaovandong@yahoo.fr).

km	Localité	Gîte, places (pl), prix, cuisine (cuc)	BR	NS	notes
0	LOURDES	AC Cité st. Pierre: 2 chambres pour pèlerins là-haut, 0562427111 av. mgr Rodhain  GEP ave maria, av. du paradis, derrière la basilique, 8€ + resto, dp, ouvert avril-octobre 0562427987	X	X	nouveau GEP doux, 21a route de pau, mars-octobre, 9pl don, 0562979821 - 0624990121//  premier tampon à l'accueil Forum information- Francis Diaz 1 av theas, 0562427878 ou à l'OT au centre, place peyamale
2	Foret de Lourdes	aires de repos, loin de la foule de Lourdes; ne pas monter aux grottes et au camp de tir à sx!			on sort de l'enceinte par le coté sx du gave; après la porte on va à sx sur la route vers les deux campings, ensuite à dx dans le bois de Subercarrere, après le 2ème camping, le long du gave de Pau
7	Rieulhes	fontaine	X		à sx vers le lavoir en bas et à dx monter par le sentier, ensuite route
5	St Pé de Bigorre	église avec statue de st jacques	X	X	lavoire et fontaine/ suivre à sx la route D152 et ensuite la D526
6	BETHARRAM	GE Abbatiale, on entre par la cour: 45/12€ ou donativo, possible pension complète, 0559719840	X	X	pont, abbaye (1335), fontaine particulière/ on monte par la via crucis, ensuite la D226 jusqu'à la chapelle en haut, ensuite petites routes jusqu'au sentier à dx sur le fleuve Ouzom qui rejoint la D35
6	Asson	GE à l'église, 2pl+2, 10€, cuc, tampon, au 3, rue des Pyrénées, à dx après la montée au centre-ville, Benoist 0559710837- mme Boyd 0559710941	X	X	la D35 et montée à sx au centre-ville; à sx le château du XIV// à la sortie du village prendre la route du milieu vers les fermes Lacoume et Arroudé; dénivelés, ensuite le ruisseau Landistou
5	Bruges	GE-C le landistou: fermé à cause de l'inondation de 2007	X	X	épicerie et église; suivre la D35
2	Mifaget	crypte du XI et ruines	X		la D35 permet de faire étape à Betharram le jour avant, parce que ce ne sont que 11km pour Louvie Juzon, sinon à dx suivre le Cami' dou Seignou vers ste

					Colome en haut (gué, montée raide et D232- pas de cyclistes)
9	Ste Colome	église et aire de repos			<b>Deux options</b> : en faisant attention au signal caché avant l'église, descendre à sx vers la D934 qui vous mène à Louvie Juzon à sx (4km) ou bien suivre le GR78
6	LOUVIE JUZON	AC Chambre au parking salle municipale (clé à la mairie ou chez Mme Robledo épicière/ camping le rey, route de lourdes, 0559057852	X	X	église avec histoire des loups XII, renseignements sur les chemins au Sivom de la vallée d'ossau, 12 place camps, 0559056677// passer le pont et suivre la D920 vers Izeste et <b>Arudy</b> (AC paroisse, 6pl, D, clé au couvent, Pierre Sallenave, 2 rue baulong, 0559056198) si vous allez à st jean pied de port
1	Izeste	Centre vacances vallée d'Ossau (service hôtelier)	X	X	Supermarket sur la D920, Arudy, Laborde, dolmen
5	Buzy	on peut suivre le GR78 avec ses détours, mais je préfère le plat et les petites routes	x		la D920, banlieue de Buziet et de Ogeu les bains, Courrèges, Herrere le bas, passer la dangereuse N134 et suivre vers Escou, continuer sur la D116 vers Escout, Precilhon, Oloron
17	OLORON ste Marie	Centre Le biale, 10 rue révol: 90/11-cuc; tél 0559391529/ GEP maison guerra laroque, 5pl, 13€, 18 rue revol 0559390415/ GEP pyrénées passion, 12pl/12-25€, imp st cricq 0607364734	X	X	A l'OT une employée reçoit les pèlerins/ églises et cathédrales à visiter
	<b>VARIANTE vers GR65 Voie du PUY</b>	non balisée jusqu'à Navarrenx			suivre D9 vers Estos, Ledeuix, Verdets, prendre D27 vers Saucède, Préchacq, Jasses, Navarrenx
22	Navarrenx	GEC Arsenal et foirail, 35pl, cuc, 10€, au dessus de l'OT, réserver au bar Dahu 23 rue st germain 0559660267	x	X	<b>GR65</b> : D'ici suivre D115; ne pas passer par les palombières parce qu'il y a toujours de la boue, continuer sur la D115 vers Lichos (4 gites CH), descente à la D11 qu'on suit à dx 1km
14	Aroue	GEC Mme camadro, 12pl/cuc petite épicerie interne, tél avant 0559659554			9km sur la D11 pour st Palais ou suivre le GR65 pour Olhaibi et, à la ferme Benta, ne pas descendre à sx, mais suivre les flèches de la variante pour st Palais (14km) qui arrive à Béhasque, la route, la rotonde, la clinique Sokorri, le pont, la place. A sx, la première rue après le pont vous mène à la maison franciscaine.
9 (14)	<b>St Palais - Donapaleu</b>	GEC maison franciscaine : 48 pl /cuc/7-11€ parking, internet, lave linge	x	x	0559659077 pour avertir de votre arrivée <a href="http://www.maisonfransicaine.over-blog.com">www.maisonfransicaine.over-blog.com</a>
12	Ostabat	GEP Hospitalia, 10pl, 10€ en bas, 0559378317// GEP Gaineko Etxea, Lucie, 50pl en haut, 14€, 0559378110	x	x	stèle de xibaltare, chapelle de soyarza (eau et panorama), chapelle st. Nicolas d'harambelz// hôtels et pharmacie à Larcevau
20	St Jean Pied de port	Accueil pèlerins rue de la citadelle	x	x	(credenciales, renseignements, internet)
	<b>VARIANTE GR78 de Oloron</b>	flèches jaunes AACSJ- PA			Du centre de Oloron monter à la ville haute (cathédrale de ste marie), prendre la route en direction de Barcus et traverser Pondeilh (1,5km), puis à 8km Moumour, à 3km Orin, st Goin et Geus d'oloron (7km)
18	Hôpital st Blaise	hôtel resto des touristes 28-34€	x		chapelle de Hoquy, descente, Cheraute,

		dp, 0559665304			la D918
16	Mauleon Licharre	AC maison aguerrria, 3 rue du frère alban, 0559284980, ferme en 2009	x	x	vendue en 2009, se renseigner à l'OT place centrale/ vers Garindein (2km)
5	Ordiarp	HR la chistera	x	x	camping landran à Larreguy
6	Garaibie	GEP 29pl, 13€, cuc, mme anso 0559060790			faire vos provisions à Mauleon/ col de Napale (3km)
13	St Just Ibarre	GEC école st Michel, 12pl, 11-18€dp, mme urrutiaga 0559378066 - 0559378836	x	x	aller vers Ibarolle (4km), monter au col d'askonzabal (4km), Bussunaritz (5km)
16	St Jean le vieux	GEP camp romain, 0686998203 Carole	x	x	aire de repos avec toilettes derrière la mairie
5	St Jean pp	accueil rue de la citadelle	x	x	

### **VARIANTE de St Palais vers Irun et le Camino del Norte ou de la Costa**

Saint Palais- Hélette 23km – de la Maison franciscaine, en passant à sx entre la Poste et l'église, prendre la D8 à sx jusqu'à Celhaya, ensuite la D245 pour Pichortenea, Harribeltzaguko, Armendaritz, Garreta, Hélette. AC à la Mairie, clés supérette Casino.

Hélette- Espelette 24km – prendre la D22 pour Menta, dévier à sx pour Uhaldeborda, Zahiola, Laplace, Heguia, Zuhaztia, vers la D918 qu'on suit vers Itxassou; nous sommes sur le GR8, direction Haranea et déviation pour Espelette. OT à la Mairie, GEP mme Madyrena, 20€ dp, 0559939724. La capitale du piment rouge basque doux.

Espelette – Sare 18km – on passe à coté de la D20, Col de Pinodieta, montées, Cibourou, Pont'Amotz: ici deux variantes A) prendre à sx sur D3 vers Cherchebruit et la D4 vers Ihalar et Sare

B) suivre GR8 et ses dénivelés vers Ihalar et Sare. OT/ GEC au Camping Petite Rhune à 1,5km à sud du village (très touristique avec ses grottes et le petit train de la Rhune).

Sare – St Jean de Luz 14km – suivre GR8 vers Helbarron, le Col de st Ignace; suivre la D4 à dx vers Ascain; de là le long du fleuve coté sx vers Dorrea, le golf de Nivelles, Ciboure et St Jean de Luz, séparées par la Nive. OT à Ascain; OT place maréchal Foch à st Jean de Luz; AC possible au Centro Leo Lagrange à Ciboure tél 0559470479.

St Jean de Luz – Irun – 16km – prendre la D912 qui longe l'océan depuis le pont sur la Nive vers le Fort de Socoa, le château de l'Abbadia, Hendaye, le pont sur la Bidassoa, Irun. AC au refuge municipal (de avril à fin septembre) dans calle Lucas de Berroa 18 à 100m de la gare Renfe et des bus, suivre les flèches jaunes avec A de albergue. Sinon AJ Martindozenea dans avda elizatzko 18 tél 943621042, centre ville, 200m de la place centrale, après le collège Lasalle, 60 pl à 16€ cuc, internet.

### **Chemin de Lourdes par le Somport à Puente la Reina**

#### **PARTIE DE LA VOIE DU PIEMONT PIRENEEN, PARTIE FINALE DE LA VOIE D'ARLES, LE CHEMIN ARAGONAIS ENTIER.**

J'espère que ce descriptif puisse servir à ceux qui décident d'emprunter cette voie historique en partant de Lourdes pour passer le Col du Somport et arriver à l'un des points de jonction des chemins, Puente la Reina. **De Lourdes on suit la voie du Piémont Pyrénéen (GR78) jusqu'à Louvie Juzon, ensuite la route jusqu'à Lurbe St Christau (ou la variante du Col Marie Blanque vers Escot ou encore le nouveau Cami' dou seignou dans la Vallée d'Ossau), où l'on retrouvera l'historique VIA TOLOSANA, la VOIE d'ARLES, balisée par des traits blancs et rouges et des panneaux du GR653, qui monte dans la Vallée d'Aspe vers le Col du Somport (1640m) dans le Parc National des Pyrénées sous le sommet du Pic du Midi d'Ossau (2884m). Ensuite, dans la descente vers Jaca, on sera sur le CAMINO ARAGONAIS et après on trouvera les deux variantes à Nord et à Sud de l'Embalse de Yesa et on poursuivra vers Eunate et Puente la Reina.** Des fléchettes jaunes et bleues de l'association des Pyrénées atlantiques (ACSJ-PA), les traits blancs-rouges du GR653, des flèches jaunes, des panneaux, des poteaux variés et des conchas: le balisage est abondant. En tout 270/280 km avec la déviation au Monastère de San Juan de la Peña. Avec beaucoup de choses à voir: paysages de montagne, forêts, fleuves, ruisseaux, lacs et le désert lunaire dans la plaine aragonaise; une faune très variée: des faucons, des aigles, des cigognes et des vautours en abondance, d'autres animaux sauvages et, si vous avez de la chance, le quebrantahuesos (casse-os), un oiseau carnassier de la famille des vautours en voie d'extinction (et l'on comprend pourquoi) qui, pour se nourrir, jette en vol des os sur les rochers pour les casser et en extraire la moelle! Beaucoup d'auberges et refuges (pas de problèmes pour les cyclistes), des villes historiques et des villages abandonnés à cause de

l'émigration, mais aussi par la montée des eaux du lac artificiel du barrage de Yesa (el mar del Pirineo). Pas très fréquenté, si ce n'est qu'en été, quand la chaleur est vraiment forte dans la partie espagnole. Mais il en vaut la peine, avant la jonction avec le Camino Francès. La seule aspérité notable, mais très douce et dans le sous-bois: l'ascension au Col du Somport (1640m). Quelques problèmes dans les parties sur route : faire attention aux camions, mais aussi dans les zones du GR inondées ou effondrées! Signalez-moi erreurs et oublis, merci: [flaovandong@yahoo.fr](mailto:flaovandong@yahoo.fr) . NDR : Si vous désirez les cartes, visitez le site de Pierrelouis <http://vppyr.free.fr> et déchargez la partie française; pour la partie espagnole, à l'OT de Canfranc estacio' et à l'auberge municipal de Jaca, vous en trouverez en abondance. NOTE: **BR bar resto; NS épicerie superette; GE gîte d'étape, albergue, refuge: ceux avec un astérisque \* sont à gestion libre, ouverts, on laisse l'argent dans la boîte postale ou quelqu'un vient le soir; AC accueil; H hôtel, hostel; CH chambre d'hôte, casa rural; C camping; AJ auberge de jeunesse (mieux avoir la carte d'adhérent, 16€ les plus de 26 ans); OT office du tourisme, oficina de turismo. Autres signes: mp demi pension, media pension; pdj petit déjeuner, desayuno; din diner, cena ; pl = places, G gauche, D droite, dév déviation, ctra route, carretera; don donativo, donation libre; cuc cuisine disponible; tampon = sello.**

Km	Altitude	Localité	Refuge, places, prix, autre	Notes variées
0	425	LOUVIE – JUZON	Voir plus haut	d'ici il y a 2 possibilités pour arriver au Somport: suivre la Vallée d'Ossau (var B - Cami' dou seignou), montagneuse et difficile à la fin, <b>ou bien celle conseillée : passer dans la vallée d'Aspe et suivre la voie d'Arles (var A ou option C) plus simple</b>
0	Var B	Louvie Juzon Izeste	Variante Vallée d'Ossau et option C par le Col Marie Blanche (1038m)	après le pont à G, on suit la voie ferrée le long du gave et la D934 vers Bielle (cami' dou seignou)
4	Var B 459	BIELLE	-GE les perchades, 39pl, à Arroust 0559826689 -Camping l'ayguelade, sur la D934, 0559826650	on peut dévier à D et aller sur la Voie d'Arles (opt C) en passant par le col de la marie blanche
2	Opt C	Bilheres		monter au Col Marie Blanche
16	Opt C	Escot	-GE et C (voir les notes plus bas)	On descend vers la Voie d'Arles dans la Vallée d'Aspe
3	Var B suite	Béon	C le toussan, chalet moulaprat, 0559826365	Suite de la variante B : de Bielle sur N240 pour Aste
6	Var B 440	Béost	-GE au château, association los auzelets	de Bielle on peut continuer pour Belestén, Gere (VVF groupes) et Laruns sur D934
1	Var B 521	LARUNS	OT maison de la vallée d'Ossau; 0559053141/ -GE l'embarde, 28pl 0559054188/- VVF pour groupes/-C des gaves, 101p, 0559053237/-C du valentin, 130p, 0559053933	soit la D934 plus facile, soit le nouveau sentier sur le versant: de la centrale électrique on monte sur le chemin d'Hourat, on arrive au pont Crabé, ne pas le passer, à D sentier balisé jaune-bleu, montée et descente à la passerelle sur le gave, D934, montée et descente, encore la D934, ensuite sentier sur le gave
	Var B 700	Eaux chaudes		monter à la D934, traverser le gave sur passerelle, pont d'Enfer : soit tout droit vers la centrale Miejebat (750m) soit le sentier en montée/ ensuite le long du gave, les Granges d'Hourcq (800m), le pont, la ctra ou le sentier
17	Var B 1050	GABAS	-GE club alpin français, 34p, 0559053314, sur un virage de la ctra vers Biou	étape de montagne, donc attention! On suit la D231 qui est aussi le GR10 (Pic de Midi d'Ossau là haut (2884m))
3	Var B 1300	Lac Biou Artigues	-C à Biou Oumettes - Refuge Ayous, 50p, 0562443660	suivre le lac et le gave (pont de biou), haut plateau, cabane cap de pont, cabane Hosse, sentier à D, montée au lac Casterau (1600m)
8	Var B 2169	Col des Moines		en haut le Pic des Moines (2349m), descente au lac Escalar, à G le sentier, rude montée, sur le coté G du rio
2	Var B 1900	Astun	station de ski	Du grand parking par la ctra on va au col du Somport
5	Var B	SOMPORT	Voir plus bas	<b>Fin variante B (vallée d'Ossau)</b>

2	<b>De Louvie Juzon Var A conseillée</b>	Izeste  <b>ARUDY</b>	-Centre de vacances vallée d'Ossau, 28-40€, structure pour groupes, après le pont à la sortie de Louvie Juzon, dp et pdj, 0559056106 AC paroisse, 6pl, D, Pierre Sallenave 2 rue baulong, 0559056198, clé au couvent	<b>À la sortie de Louvie Juzon</b> , passer le pont et prendre à D la D920 (remplir la gourde), on passe Arudy en cheminant sur la ctra et, après le supermarché Champion et la rotonde, on prend à G la D918 (ex D618) vers le Bois du Bager, sur goudron, des aires de repos, pas d'eau et au final un long morceau plat avec les vautours qui vous observent... ensuite la descente...
18	Var A	St Christau	2 HR au prix fort !	Les anciennes thermes à D/ ne pas prendre le GR653 à G après le resto « le bon coin », mais descendre sur ctra jusqu'au carrefour de l'Hôtel des vallées: à G il y a la fléchette jaune et bleue du chemin
2	Var A 362	Lurbe st Christau	-H des Vallées au carrefour -GE Lacoste après le village	On peut descendre, traverser le pont du Gave d'Aspe et arriver à Asasp ou bien suivre le balisage et D238 et voie ferrée sur ce coté du gave jusqu'à Escot
2	Option	ASASP	-Camping 4 saisons, sur N134 après village 0559344310	Si vous êtes ici, poursuivez sur ctra vers Escot où vous retrouvez le GR653
		Vallée d'Aspe	petits villages entre montagne, le gave, la route du Somport et l'ancienne voie ferrée	Enfin l'historique voie d'Arles et le GR653 avec ses traits blancs-rouges, ses détours, ses parties inondées ou impraticables et même dangereuses en montagne!
5	Var A 320	Escot	-GEP marie blanche: 16pl; 29€ mp à 2km, 0559344109// -C moulin barescous 50pl et bungalows à 6km sur route col MarieBlanche	GR653 traverse la N134, le gave et la voie ferrée et suit un sentier un peu difficile... vous pouvez aussi suivre la ctra qui est très large...
4	Var A 370	SARRANCE	-GE* Notre Dame, place centrale 7/15€, cuc, 0559345478	Cloître, monastère, fontaine/ traverser 2 fois ctra et gave, suivre sentier difficile et dangereux parfois, ou N134
8	Var A 410	BEDOUS (OT dans la place centrale)	-GE* le mandragot, place centrale 28p/10€/cuc 0559345433// -Camping Carole: 46p, 0559345919/ CH moulin d'orcun	A l'OT informations, tampon et internet/ aller tout droit pour Accous à partir de la place de la mairie; visite à chapelle d'Orcun et église romane de Jouers
4	Var A 470	ACCOUS (Aspa Luca)	-AC église st Norbert 10p/don 0559347117// -GE et C Despourens: 23p/13€ (30€dp) cuc 0559345350	GR souvent inondé vous mène sur la N134, donc il vaut mieux y aller tout de suite! Centrale EDF, dév à G à l'Estanguet, pont ferroviaire effondré, retour à la N134, la Goutte d'eau, le pont.
6	Var A 506	Cette Eygun (Cette en bas, Eygun en haut)	-GE la goutte d'eau, (ancienne gare, lieu de luttes contre le tunnel, ambiance altermondialiste)	jardin, fontaine, église romane/ suivre le sentier jusqu'au pont en bois, retour sur N134 jusqu'à dév à D pour monter à Borce ou à G pour Etsaut
4	Var A 600	Etsaut (OT en été)	-GE* la garbure, au dessous de la place, 53p, 11€+ 3,50 pdj (24€ dp) 0559348898 -GE* Maison de l'ours sur la place, même gestion et prix, 20p	bourg nouveau en bas, maison du Parc; un passage piéton unit les deux villages: belle montée! Gare à la N134: même s'ils vous disent de marcher à G, souvent pour la visibilité il vaut mieux rester à D, surtout dans les virages étroits
1	Var A 662	BORCE	-GEC*Eliane, bar-épicerie 0559348640- 0559348625, 20pl cuc, 10€/// -GE* st jacques: 6pl, cuc 10€; 0559348899	Bourg ancien en haut, église st Michel, chapelle de st Jacques avec musée; le clos aux ours à la gare/ ensuite descendre à la N134 et la suivre
4	Var A 750	Urdos	-C du gave, 80pl bungalows -2H avec 16-28ch à 28/38€ -GE ancienne gare;  -GE/H Peyranera, 90pl, 13€ +4 pdj (22 mp), tél avant 0559340105/ 0559360105 (3km avant le col du Somport, à D en bas sur ctra, après la dure montée sur le sentier).	on continue sur N134 pour 5km, large jusqu'au pont Naudin (2km), après étroite, et quand s'élargit, avant l'Auberge du Peilhou, on doit l'abandonner à G (colonne grise) et suivre le sentier (sous le pont ferroviaire et ensuite à D) en montée, longue et dure et souvent inondée le long des confins du Parc, jusqu'aux ruines de l'ancien hôpital de Peyranera à 1430m (5km); on croise la N134 et on descend 150m à D, on

				traverse et on suit le sentier à G, les petits ponts en bois et la montée dans le bois jusqu'à la ctra (2km), la station de ski (Nordique) et GE Somport
13	1640	COL du SOMPORT (ancienne douane) NB tampon à l'OT de Canfranc	-GE* du Somport, à D après la station Nordique, 500m avant le col, clés sous la pierre, cuc/10€/0559347903 -0559360021 // GE/H/BR/NS Aysa, 45pl/10-20€, 0034/974373023	Statue du pèlerin, chapelle et vue de la vallée/ arrêt des cars Sncf venant d'Oloron ici et à Canfranc estacio/ 7km de descente! Ctra N330 et Rio Aragon sont nos indicateurs; descente à G de la ctra sur les marches et sur le sentier jusqu'au pont de Candanchù
		Sta Cristina Summo Aspa	Il en reste peu de l'ancien hospital de peregrinos	On peut emprunter aussi la N330 très large et plus facile
1	1530	Candanchù	Station de ski moderne - des Hôtels touristiques, exemple : el aguila, 58p, 974373291 -Camping Canfranc à 5km à G en bas au fleuve	descendre au pont del Ruso, les bunkers, le sentier dur pour les jambes le long du rio Aragon jusqu'à la piste goudronnée du camping, là haut la forteresse coll de ladrones, la passerelle, croiser le rio et suivre N330
6	1200	Canfranc estaciò (OT: double tampon)	-AJ plaza del pilar 2: 60pl, cuc/- GE pepito grillo, 58/10€ et bungalows, clés au bar 974373123	Grande station ferroviaire/ suivre la ctra dans le village et passer à G des tunnels, on descend à G du rio jusqu'au pont en pierre
4	1040	CANFRANC pueblo	-GE sargantana, calle albareda 19; 77pl, 9-13€ pour groupes, tél avant 974372104/ 974373217 car souvent fermé ou plein	la « sirga peregrinal », la tour et le pont romain, le cimetière, la chaussée romaine (calzada); dév sous les tunnels de la ctra, la cascade, la visite à la grotte des sorcières (quixas)
5	953	VILLANUA	-AJ Sta Maria, 18 camino de la selva, à G en entrant, 100p/12€ avec pdj 974378016 -GE/BR triton : 50pl, 12€ pas gentils ! 974378281	Église XI; passer le pont à D et suivre le tracé historique le long de la ctra, deux aires de repos, dév à D en passant la ctra, ensuite suivre à D (montée légère) le chemin champêtre cassant empierré
7	920	Castiello de Jaca	NB: quand on marche sur la route cabanera avant Jaca, on remarque sur un sommet... non pas une tour, un clocher ou un château, comme on devrait s'attendre pour l'ancienne capitale du royaume d'Aragon, mais un énorme immeuble!	Calle Santiago, longue et raide descente, ruines du XII, croisement avec N330, pont et piste à D, gué, ctra et sentier le long du fleuve et de la voie ferrée, encore la ctra, le pont Torrijos, la ctra cabanera Grallas; chap. S. Cristobal et fontaine, le pont; ensuite montée et l'entrée en Jaca, tout droit sur l'avenue vers le centre ville et les coquilles en bronze au sol
8	820	JACA (ancienne capitale) OT	-GE municipal, calle conde Aznar, centre historique, suivre les coquilles au sol: 64/6€/cuc, ouvre à 16h, Mercedes. -AJ escuelas pias, 150p, cuc, avda perimetral	Forteresse, cathédrale 11 <sup>e</sup> siècle/ on sort du côté de la Poste et N240 (les passages dangereux continuent): gasolinera, camping, cimetière, fabrique matériaux de construction (ici au km5 il y a la dév par le GR653.2 pour les monastères, environ 18km jusqu'à Sta Cilia, prochain refuge), le chemin continue par les casernes abandonnées, toujours autour de la ctra, passe derrière la piscine de l'hôtel Aragon (ici autre dév pour les monastères) et arrive par ctra à Sta Cilia
9	dév GR 653.2	Atarès	Dév pour les monastères: vous pouvez y aller à pied, sinon en taxi, demandez à Mercedes, à l'albergue de Jaca	GR653.2 est balisé: des montées, quelques descentes et du plat, on passe par le monastère nouveau, un seul ticket permet la visite aux 3 sites; 9km de Jaca
6	dév GR 653.2	SAN JUAN de la PENA	AJ à Botaya 46p, 10/12€, en haut au-dessus du monastère nouveau (3km? demandez avant)	Monastère fondé en 1025 par Sancho el mayor sur un cénobite rupestre de 920; ordre de Cluny, la légende du st Graal; le Panthéon royal
2	dév GR 653.2	Sta Cruz de la Seros	village 11 <sup>e</sup> siècle, église romane de San Caprasio, monastère bénédictin de Sta Maria, tombeaux des trois sœurs royales	autre dév sur ctra pour monastères: à la hauteur de l'hôtel Aragon à 12km de Jaca (13 km allée et retour avec la montée de Sta Cruz de Seros au vieux monastère + 4km pour Sta Cilia

16	650	Sta Cilia de Jaca	-GE municipal: 32p, cuc, 10€ avec pdj, clés au bar // H/GE/BR/NS/C Pirineos sur ctra, 4km après	Palais du prieuré/ sur ctra, fontaine et jardin, on sort par les piscines, ensuite le sentier le long du rio (pyramides de cailloux) jusqu'au pont/ 16km de Jaca
8	620	Puente la Reina de Jaca (55 hab.)	-2 hôtels resto, une pharmacie, une boulangerie  NB : d'ici, tous les villages sont sur le sommet là haut, et à la fin de l'étape ce n'est pas vraiment un plaisir! Attention à l'eau!	-Variante pédestre à sud du lac de barrage de Yesa: ne pas entrer au village au pont, mais suivre ctra pour Venta Samitier et la piste vers Arrés, -Variante cycliste à nord: entrer au village au pont et suivre la N240 (qui est l'ancien chemin) depuis le km 303 à nord de l'Embalse de Yesa vers BERDUN à 9km (GE/BR/H/NS Rincon de Emilio (parlent français), 6/10€, là haut, près de l'église, tél 974371715/ murailles et Palacio), à travers la plaine jusqu'à la dév de Sigüés à 16+3km (BR/NS/ ancien hôpital et église romane), aux villages abandonnés d'Esco' à 3km et TIERMAS à 6km (thermes romanes, muraille, portail des sorcières/ Camping en bas), [on est au km340 qui devient le km52 navarrais « le mystère des autonomies espagnoles »], à 9km, YESA (village avec tous les services, BR/HR) et la dév au monastère de Leyre (AC 2p, don, 948884011) à 5km; ensuite la dév (5+1km) à Castillo de Javier (2H) et les 9km vers SANGUESA (union des variantes). De Yesa on peut aussi aller à Liedena (6km) et Lumbier (2km) sur ctra.
4	968	ARRES (23 hab.)	-GE* hosvol 20pl, cuc, don, 974348129 bonne ambiance/ GEP nouveau	Église XIII, château, tour gotique/ descente raide, pont, montée, plat, Pardina de solano, Boriguela
8	652	Martes (38 hab.)	Par chance le chemin ne monte pas là haut, sauf si l'on a besoin!!!	sentiers et ctra, Calcones, Pardina st Martin: un couple reçoit depuis toujours les pèlerins, gare à l'eau!
6	692	Mianos	idem!	Un désert lunaire, des gués, des ruisseaux presque desséchés, des sangsues, des parties sur ctra, l'antenne télé, au cimetière la montée au village, pas d'eau !
5	652	ARTIEDA (106 hab.)	-GE* là haut, dans la petite place près de la fontaine: 20 pl, 7€ pèlerins (9€ les autres), dp et pdj, 948439316- gestion trop variable...tél avant	Église XII /du haut on voit la Mer du Pirineo = le lac du barrage de Yesa; on descend de l'autre coté et sur ctra A1601 on continue entre monticules lunaires d'érosion et près de la chapelle romane
11	550	RUESTA (3 hab.)	-GE*: 66pl, 7€, pdj 3€, diner 7€ // Camping en bas sera couvert par les eaux	sur ctra on entre dans ce village, ancienne forteresse maure en ruine, avec des murales à la mode mexicaine/ d'ici une descente raide (fontaine, camping), une longue montée (Peña Musera), chapelle de Santiago, pinède, descente, calzada romana, rio et montée
12	643	Unduès de Lerda	-GE* munic 56p, 8€, 948888105	descente, traverser le canal de Bardenas et en avant
11	400	SANGUESA (OT près du pont de fer	-GE* calle labrit 12, 12 pl, cuc, 8€ en gestion à l'hôtel JP / camping 9€	Église XII Sta Maria la real au pont sur le rio Aragon, palais royal prince de Viana, église Santiago XIIe siècle, 2 variantes à la sortie
2	500	Rocaforte (Sanguesa vieja)	<b>Variante Rocaforte/Aibar</b>	<b>au pont à D suivre la ctra</b> , dévier à G derrière la puante papeterie et contourner le village (premier couvent franciscain espagnol), fontaine; 7km de faux plat vers les éoliennes avec un seul point d'eau!
7	706	Alto de Aibar		passer ctra, des montées et descentes jusqu'au rio, descente raide, pinède
7	728	Olatz	un Alto sans eau, dépeuplé, quelques ruines	montée, portail métallique à ouvrir, ne pas monter à l'Alto de Loiti, Izco à 2km

5	Var B	<b>Variante Liedena/ Lumbier</b>	HR la Torre et gasolinera : dévier à D, passer le pont et à G passer les maisons et suivre l'ancien chemin de fer tout droit le long du fleuve	A la papeterie de Sanguesa, au lieu de dévier à G vers Rocafort, continuer sur ctra vers Liedena et Lumbier, variante dans les gorges à D du rio Irati avec deux tunnels et points d'eau, pont du diable
8	Var Bdév	Foz de Lumbier	H/CR/C	Canyons du rio Irati
5	Var B	Nardués	fontaine	
1	Var B	Aldunate	fontaine	<b>4km Izco: variantes se réunissent</b>
2	700	IZKO	-GE*/BR/NS municipal (Blanca): 8+6p, cuc, 6€	Église XIII, fontaine
2	685	Abintzano	18 hab.	église, fontaine, descente, pont
5	560	Ibargoiti Salinas	anciens puits d'extraction du sel	église avec fontaine
3	555	MONREAL	-GEC* 20p, cuc, 6€ hospitalera le soir/HBR sur ctra	Pont médiéval, Mont Higa 1289m, église, calle mayor, 2 ponts et les carrières
4	550	Yarnoz	21 hab.	église et tour, cimetière
2	560	Otano	9 hab.	pont, autoroute à D
2	537	Esperun		sierra de Alaitz à G
2	560	Guerendiain	27 hab.	fontaine
4	575	TIEBAS	-GE* salon social, à coté de l'école: 30pl, cuc, Clè au bar	Église et ruines château, ctra, tunnel autoroute, traverser ctra
4		Muruarte		tunnel chemin de fer
1	583	Olcoz	H/CH	tour et église
5	424	Eneriz	H méson del Camino	Eglise
3	396	N.S. d'EUNATE	-GE 15p au sol, don, cuc	Monument funèbre ou phare guide des pèlerins du 11siècle Eunate = 100 portes en basque
5	345	PUENTE LA REINA/ Gares (OT estival place centrale)	-GE des padres reparadores 100pl/5€/cuc/camping; d'autres GE et H	Ville templière depuis le 12 <sup>e</sup> siècle, ensuite Ordre de Malte dès le 14 <sup>e</sup> / pont du 11 <sup>e</sup> et église de Santiago (statue en bois polychrome du 12 <sup>e</sup> ), la Calle Mayor est une typique Sirga peregrinal, voie des pèlerins, le chemin véritable

## CHEMIN de SANTIAGO et FISTERRANO

**INTRODUCTION :** Je n'ai pas vu la nécessité de décrire tout le parcours de ces chemins parce que de Saint Jean Pied de Port jusqu'à Finisterre vous trouverez un balisage ponctuel et des flèches jaunes partout, si bien qu'à votre retour... chaque trace de peinture jaune vous ramènera en arrière sur le chemin, comme dans un flashback!! J'ai mis seulement quelques notes utiles (ou futiles) sur les villages, les difficultés, les refuges, les victuailles. Si vous désirez les cartes du parcours et une fiche en deux parties des dénivelés, demandez: mail to: [flaovandong@yahoo.fr](mailto:flaovandong@yahoo.fr) Je pense que faire un chemin, surtout le premier, soit une expérience unique, dans le bien ou le mal, et donc je ne vous fournis que le nécessaire, le reste vous le découvrirez, en découvrant aussi vous mêmes et les autres. Selon les données de l'archevêché de Compostelle, il n'y a pas beaucoup de personnes qui font le Camino Francès en entier (environ 20000 par an) et encore moins ceux qui le font à l'ancienne, en partant de chez eux. Ceci pour vous dire qu'aujourd'hui il est à la mode, une sorte de vacance alternative à bas coût pour la majorité des personnes que vous rencontrerez, surtout en été. Ou bien une épreuve sportive pour d'autres, ou au contraire une vraie souffrance pour ceux qui arrivent mal préparés ou qui doivent le faire en peu de jours. D'autres le font par morceaux ou à l'espagnole, seulement les 100 derniers kms, question de temps et/ou de choix. Enfin il y a ceux qui arrivent trop chargés, de poids et de problèmes, mais ils se déchargeront en cours de chemin... Une suggestion : emportez un matelas autogonflant pour dormir par terre dans les polideportivos ou les refuges, si vous le faites en été, quand il y a la foule, et aussi, luxe et volupté, une moustiquaire avec des cordelettes pour le nouer à la structure du lit, quand les mouches fastidieuses vous empêchent de faire une bonne sieste! **NOTES VARIÉES et SIGNES: (NS) Tienda, épicerie, superette, (BR) restaurant/bar, (C) bon pour les cyclistes. Notes altimétrie et profil: Pian (plaine), Ond (ondulé), Mon (montagne), Disc (descente), Alto ou puerto (col); ctra route/ dx droite, sx gauche, dév déviation, var variante/ RP refuge privé, RM municipal, RASS association, PARR paroissial: les refuges ou albergues sont tous indiqués avec le nombre de places plus matelas au sol, le prix, la cuisine (si/no) ou micro-ondes micro; D donativo, prix libre; mp demi-pension; OT office de tourisme/ HOSVOL hospitaliers volontaires.** Veuillez communiquer les erreurs éventuelles ou les variations, merci ! Ça servira pour les autres : [flaovandong@yahoo.fr](mailto:flaovandong@yahoo.fr)

K m	Localité	Alt pro	Type de Refuge: places/prix/cuisine	N S	B R	Notes variées
--------	----------	------------	--	--------	--------	---------------

0	St Jean pied de port-Donibane Garazi	181	*RASS Pyrénées atlantiques: 24/7/si/C *Autres RP à 10/12€ : liste à l'accueil	X	X	à l'accueil au 39 rue de la citadelle (tel 0559370509) des volontaires vous trouvent un logement en ville ou en montagne, vous donnent des renseignements, des dépliants, des plans, <b>la credencial</b> , une coquille ; vous y trouverez une balance pour peser les sacs, internet et téléphone gratuits, une lave-linge et bien d'autres choses/ vous avez 2 options: la voie haute (route napoléon ou GR65) qui monte dur ou la voie basse à dx dans la vallée, en cas de mauvais temps ou pour les cyclistes
(10)	Arneguy (voie basse)	245 Pian	RP/hostal	X	X	Sur route dans la vallée, ancienne frontière
(5)	Valcarlos (voie basse)	300 ond	RM 8/5/no place mairie, clés venta arandegia	X	X	chemin dans les bois le long du fleuve jusqu'à la montée dure vers l'Alto de Ibañeta
5	Huunto (voie haute)	600 mon	RP 20+/12 MP 30€ tel 0559371117 réserver			Pour couper l'étape la plus dure du Camino Francès, on peut s'arrêter ici ou à Orisson
4	Orisson (voie haute)	900 mon	RP 18+C/14 MP 30€ tel 0559491303 réserver		x	On monte au sommet des monts à 1430m et ensuite on descend vite par le bois ou par Ibaneta
18/0	RONCESVALLES	950 mon	Real Colegiata 120/6/no		X	Joli endroit dans la vallée, mais des services insuffisants et bar restos médiocres
3	Burguete	Disc	7 hostales	X	X	Premier bar pour petit déjeuner le matin
3,5	Espinal	Ond	6 hostales	X	X	Camping pour cyclistes
5	Viscarret	Ond	4 hostales	X	X	
2	Linzoin	Pian			x	
4,5	Alto de Erro	801	2 hostales			Une pensée pour tous les morts du Camino dont vous verrez les souvenirs, pour réfléchir et ne pas exagérer ! A ce point, vous avez déjà connu des cheminants comme vous : attention aux rythmes différents, ne forcez pas pour tenir le pas, il vaut mieux sentir son propre corps et faire une pause que d'être contraints à l'abandon au 3 <sup>e</sup> jour ! si l'amitié est réelle, le plus fort s'adapte et attend...
3,5	ZUBIRI	Disc	RM 50+/ 5/micro/C/ machine boissons RP zaldiko 24/10	X	X	Dure descente de la montagne! Tourner à dx au pont des sorcières, si vous vous arrêtez ici, le refuge est sur ctra à dx dans les anciennes écoles
5	Larrasoaña	Pian	RP 60+/6/si géré par la pension Bidea			Il manque une épicerie et la dame de l'auberge n'est pas gentille du tout!
10	ARRE- VILLAVA	Pian	Monast Maristes 36/ 5/si	X	X	Excellent! Chambre ronfleurs, relax au jardin
5,5	Pamplona	446 pian	RM 114/4/si/C calle compañía, à coté cathédrale// RP Paderborn 24/5/si	X	X	À l'OT place s. Francisco la carte du Camino Francès détaillée et d'autres choses
3,5	CIZUR MENOR	Pian	Orden malta 27+/5/si/C RP roncal 56/ 7/si		X	Eglise des hospitaliers San Juan à sx de la ctra avec les tableaux des maitres de l'ordre de Malte
4,1	Zariquiegui	Ond			X	Fontaine, après... pas d'eau
2,9	Alto del PERDÓN	683				Montée longue et progressive, descente casse-chevilles, monument et éoliennes, beaucoup de vent, mais quel panorama
3,5	Uterga	Disc	chambre4/D et RP 24/10		X	excellente fontaine, même pour les pieds
6,5	Muruzabal	Pian			X	<i>Déviation pour l'église-monument d'Eunate</i>
2	Obaños	Pian	RP 42/6/si	X	X	
2,5	PUENTE LA REINA	345 pian	Pères Repar. 100/5/si /C RP 100/7/no/C	X	X	RP hotel jakue 25/10// le fameux Pont, l'église de Santiago
4,5	Maneru	Ond		X	X	Déviation pour travaux autoroute
3	Cirauqui	Ond	RP maralotx 28/7 e mp	X	X	
5,5	Lorca	Ond	RP 14/9 bar mp	X	X	Pont romain
4,5	Villatuerta	Ond				
4	ESTELLA	450	RASS 120/4/si (serrès)	X	X	RP anfas 30/5 en été/ EM centre/ ville à visiter
3	Ayegui Irache	Ond	polideportivo en été 5€	X	X	fontaine à vin
3,5	Ázqueta	Ond			X	personnage du chemin : Pablito et ses bâtons
2	Villamayor	Ond	RP 25/6/mp (oasis trail)		X	Rparr 28/D hosvol à coté église, basique
13	LOS ARCOS	445 pian	RM 72/3/si /C 3 RP 20/6, 28/6, 48/6	X	X	RM face à la bibliothèque après le pont/ place et église imposante
7	Sansol	Pian	RP 10/D/si diner 8€	X	X	Descente dure pour les chevilles

1	Torres del rio	475	RP 21/6/si (casa Mari)		X	Église fameuse
11	VIANA	470 ond	RM 60+/5/si /C RParr été église 12/D	X	X	Sur l'éperon rocheux le village, l'église et les ruines de la cathédrale; panorama
9	LOGROÑO	384 ond	RM 90+/4/si /C RParr église Santiago	X	X	fontaine pour les pieds! Parc à la sortie de la ville avec fontaine et pèlerins professionnels
De	Ventosa		RP 26/7	X	X	déviations superflues
12	NAVARRETE	512	RASS 40/3/si	X	X	Ruines ancien hôpital, portique médiéval, statues
14	NÁJERA	500 ond	RASS 100/D/si /C place au fleuve	X	X	Ancienne capital du royaume, monastère, tombes royales, grottes, piscine gratuite
7	AZOFRA	559 ond	RM 72/5/si /C	X	X	Le RM 5 étoiles est à la fin du bourg à dx : chambres à 2 lits! Le maire a bien compris le profil des cheminants du 3 <sup>e</sup> millénaire: cheminer ensemble, se reposer et dormir séparés
11	Ciruela	Ond	RP Cirenuela 15/?/si		x	Terrain de golf et chapelle refuge
6	STO DOMINGO de la calzada	640 pian	RASS à dx 125+/D/si /C Conv 32/D à sx	X	X	Église du miracle du coq médiéval et belle place ancienne; ville en plein développement
7	Grañon	Pian	Parr HOSVOL 25/D/si	X	X	Refuge dans l'église avec diner communautaire
5	Redecilla	Pian	Bar RM 40/D/si /C mp		X	endroit convivial au-dessus du bar du village
2	Castildelgado	Pian		X	X	
2	Viloria de rioja	Pian	RP16/6/si Acacio Orietta			Église et lieu de naissance de Santo Domingo
3,5	Vilamayor del rio	790	RP 50/6 (estival) mp			
4,5	BELORADO	Ond	Parr (suisses) 60/D/si /C RP 46/10(20 à don)/si/C RP Corro 40/10/si/C	X	X	Place arborée, dispensaire, bibliothèque avec internet, centre jacquaire, pharmacie, ruines château, couvent, pont et aire de repos
3,7	Tosantos	818	Parr 20/D/si HOSVOL		X	Chapelle rupestre là haut à dx
1,8	Villambistia	Ond				
1,3	Espinosa	Pian	RP 12/10/ mp			
3,7	Villafranca montes de Oca	Pian	RP 40/6/si	X	X	Gare aux camions sur le pont ! Église, fontaine et montées; acheter bouffe et remplir les gourdes
6	Alto de la PEDRAJA	1150 mont				À la fin des dures montées, une belle promenade dans les bois, parfois dans le brouillard, une pause au monument du partisan, fontaine
7,8	S. Juan Ortega	Pian	RP 60/7/no		X	Refuge sommaire, bar n'ouvre pas le matin
3,7	AGES	Pian	3RP 85 pl à 0/6/8€/C	x	x	Depuis 2005 ce bled devient étape du chemin
3	Atapuerca	Pian Alto	RP 20/6/si (la hutte) RP 36/7 atapuerca mp	X	X	zone préhistorique/ Col à passer/ sinon tout droit sur l'ancien chemin vers Olmos par la route
D 4	Olmos de Atapuerca	Pian	RM 30/6/no/C		X	D'ici on va tout droit vers Villafria et Burgos
7	Cardenuela	pian	RP 14/3 mp sommaire		x	Bar resto, ctra, autoroute, casernes, goudron...
7	Villafria	Pian	longue route droite	X	X	Zone industrielle! Certains prennent le bus...
7+	BURGOS	860 pian	RASS Casa del Cubo 74/3/no centre ville RParr 16/D RP sta Catalina 18/D	X	X	le long du rio Arlanzon (plages et jardin botanique). Cathédrale et vieux centre, statue du Cid et un peu de pesanteur franquiste! Préparez-vous à la longue Meseta, une occasion de réfléchir
5	Villalbilla	Pian	RM 12/D sommaire	X	X	Au-dessus du bar du Centre culturel
4	TARDAJOS	Pian	RM hosvol 22 +/D/no/C	X	X	Si vous êtes attardés à Burgos en visite, venez ici
3	Rabé la Calzada	Pian	RP 8/8+10 sta Marina	X	X	maison musée: un peu prétentieux et rigides...
8	Hornillos	Ond	RM 32/5 + le vieux 21/5	X	X	Bar/ ici commence vraiment la Meseta solitaire
6	Arroyo Sanbol	Ond	RASS 12/4			dans la meseta, très sommaire
4,3	HONTANAS	Pian	RM 50/5/si/C (3 locaux) RP 30/5 Puntido	X	X	vallée surprise avec des fontaines bien pour les pieds! De loin le clocher paraît un mirage!
5,2	San Anton	Pian	RASS 12+/D/no été			Refuge sommaire/ Ruines couvent du tau
2,5	CASTROJERIZ	808 pian	RM45+/D/no (gymnase) RASS Resti 30+/D	X	X	Bourg médiéval à visiter/ RP casa nostra 20/6 + places au camping/ Alto à escalader le matin
10	Puente Fitero	Alto pian	confrérie de Pérouse 12/D/si			Un café italien! Étape longue et plate au milieu des champs, n'oubliez pas l'eau
2,5	Itero de la vega	Pian	RASS 20/3 + RP18/4-10	X	X	+ RM 12/? à Itero del castillo sur déviation
8	BOADILLA del Camino	Pian	RM 12/3/C à sx au bar RP 50/6/C au Rollo	X	X	A l'entrée du village, la source du timon! au centre, le rollo; à la sortie, le Canal de Castille
6	FRÓMISTA	787	RP 56/6 /no/C	X	X	Églises historiques/ longue étape sur ctra
4	Poblacion	Pian	RP 18/4/si (bar)	X	X	Terra de Campos, plate et ensoleillée
3,7	Villovieco	Pian				Marcher, cheminer, avancer....
1,3	Villarmentero	Pian				Ils les volent tous...les carreaux avec la coquille!
3,5	VillalcazarSirga	Pian	RM 20/D/si hosvol	X	X	l'église templière, Pedro el mesonero, bar de Rafa

6	CARRION de los condes	Pian	Parr 45/4/no Conv 30/5-8	X	X	parc fluvial, musée, la Bibliothèque Jacquaire/ RP colegio espirito santo 60/5/C/
17	CALZADILLA	Pian	RP 100/7 /no/C		X	Piscine dans le refuge/ Bar resto César Acero
6	Ledigos	Pian	RP 50/8/si (diner 8€)		X	
3	Terradillos	Pian	RP 52/7 / mp		X	Templiers ???
3,5	Moratinos	Pian				
3,4	San Nicolas	Ond	RP 22/7 bar		X	
8	SAHAGÚN	816	RM 65/5/si /C RP viatoris 60/6/si/C	X	X	Dans le Théâtre communal, un peu délaissé Le privé à l'entrée du village
5	Calzada del Coto		RM 24/D/si		x	+ RM 16/D à Calzadilla sur variante
9,1	Bercianos	Pian	RM hosvol 32/D/si		X	Bon accueil
8	BURGO Ranero	Pian	RM 28/D/si /C RP nogal 30/7-15/no/C	X	X	Depuis 2006 pas de matelas en surplus, ni de repas ensemble: les privés ont ouvert...
13	Reliegos	Pian	RM 42+/4/si/C bon	X	X	Bien géré
6	MANSILLA	Pian	RASS Lobo 70/4/si/C	X	X	bon refuge! Base de tentes estivale/ entourée de ses murailles, carrefour d'anciens caravaniers
5,3	Villamoros	Pian			X	
2	Puente Villarente	Pian	RP S. pelayo 68/6/si	X	X	attention sur le pont étroit !
5	Arcahueja	Pian	RP hostel			
1,2	Valdelafuente	Ond		X	X	Fontaine ombragée au sommet dans la place
7,4	LEÓN	Alto disc	RM/AJ CHF 120+/3/si /C on peut y rester plus Conv Carbajalas 160/D/si+ hostel	X	X	Pause méritée pour se reposer, se préparer aux montagnes! Belle ville, beaux monuments, beaux musées/place San Marcos et ancien hospital peregrinos devenu Parador de turismo
2,6	Trobajos	Pian		X	X	Longue banlieue urbaine
4,8	La virgen	Ond	RP 40/3	X	X	Variante Villar de Mazarife (20km) : 3 RP 150/D-6
4,3	Valverde	Ond			X	La plaine du Paramo
1,6	S. Miguel	Pian			X	
8,6	VILLADANGOS	Pian	RM 80+/3/si /C	X	X	
4,7	San Martino	Pian	RM 46/3/si	X	X	RP Ana 60/4
8,5	HOSPITAL de ORBIGO	819 pian	Parr 46+/4/si /C centre RM 40/4/si/ au camping RP estival 40/6/si/C	X	X	Pont historique de la folie chevaleresque, voir la fresque dans la cour du refuge paroissial
13	S. Justo la Vega	Ond	Parr 60/4 sur déviation	X	X	A Santibanez Valdeiglesias
4	ASTORGA	Pian	RASS Servas 150/4/si/C RP plata 110/6/si /C	X	X	Éperon rocheux emmurillé! cathédrale, musée chemins palais de Gaudi', termes romaines,
1,6	Murias	Pian	RM 21/3 et RP 60/6/si		X	les monts de Leon sont enfin là
8,1	Sta Catalina	Ond	RP 30/5 bar (8€ diner		X	Longue ligne droite ascendante
4,2	El Ganso	Ond	15/0 nul sans eau		X	église et fontaine, on arrive à la montagne
7,1	RABANAL del Camino	1150 mont	RASS Gaucelmo 66/D/si RM 45/3/si + 2 RP 70/5	X	X	Excellent refuge de l'association anglaise à sx de l'église: salle de lecture, cuisine, jardin, pdéj offert
4,5	Foncebadon	1440	RASS 26/D/si église		X	Faire provision d'eau pour la montée
	CRUZ DE FERRO	1504	Pause de réflexion			Avant il n'y avait que la croix et la chapelle...
4,5	Manjarin	1460 mont	RP 12/0 Pour les hippies du 3e millénaire			Source à sx après refuge/descente et montée dure à la base aérienne, ensuite longue descente
6,9	El Acebo	1150 disc	RP Bar 24/4 et RM 12/4 + Parr 14/D église		X	Monument au cycliste et variante pour el Valle del Silencio si vous cherchez un peu de solitude
3,5	RIEGO Ambros	920	RP Pedro 35+/5/si /C		X	Excellent refuge, il y a tout ! Encore descente
4,8	Molinaseca	590	RASS 30+/4/si/C	X	X	Pont, vieux bourg, ctra nationale
6,6	PONFERRADA	540 ond	RASS 185+/D/si /C Excellent travail	X	X	Fontaine pour les pieds, patio, chapelle, totem, terrain pour camper/ château templier
3,9	Cuatro Vientos	Pian			X	Chapelle astrologique !?
4,2	Camponaraya	Pian	hostal		X	Bar habituel de pause matinale
5,8	Cacabelos	Pian	Parr 70/4/no/C	X	X	bourg animé, pont, en avant sur ctra en montée
2,9	Pieros	525			x	Des arbres fruitiers aux bords de la ctra...
5	VILLAFRANCA del Bierzo	Ond	RM 62+/4/si/C RP Jato 50/6 mp	X	X	base tentes estivale au centre/ beau bourg, belle place centrale, églises et château
5	Pereje	450	RP 30/6/si mp bar		X	Partie dans couloir obligé sur ctra
4,4	Trabadelo	575	RP 28+/6 bar	X	X	La seule épicerie
4	Portela	Ond	Hostal et RP		X	Fontaine dans le jardin public
1,4	Ambasmestas	Ond	RP 20/5/no sommaire			
0,9	VEGA de Valcarce	630 ond	RM 84/3/si/C au centre RP 46/5/si	X	X	Plage fluviale, superette, église, bars, pause de préparation avant la montée et l'entrée en Galice

2,8	Ruitelan	690	RP Potala 34/6		X	Style tibétain, chants matinaux
1	Herrerias	Ond	Chambre d'émergence		X	Bar / on monte! Mais plus facile que les Pyrénées
4,9	La Faba	915	RP 30/3 Estival			Association allemande
2	Laguna Castilla	Mont	RP 15/D Estival			On entre en Galice, la première borne en granit
	Galice (152km de Santiago)		Refuges de la Xunta, la plupart dans des anciennes écoles, qui ouvrent à 13,30h et sont gérés, bien ou mal, par des fonctionnaires et qui sont au prix de 3€ à partir de 2008			Au sommet de la montagne on entre dans le règne du tourisme de masse estival avec son cortège humain de qualités et défauts. De plus, ceux qui arrivent de loin, désormais dans un certain état d'esprit, se trouvent confrontés aux douleurs (des autres) des premiers jours, au vacarme et aux nuits blanches. De quoi se tirer une balle dans la tête ! La tentation vient d'accélérer pour les semer ou de ralentir pour laisser passer la vague/horde, mais ils sont là, c'est leur période... et alors, amen
2	CEBREIRO	1300 mont	RM 60+/3/si/ + terrain pour camper	X	X	église, palloza-musée, monument à Elias Valiña, rénovateur du Chemin/ tourisme de masse
3,3	Linares	1240		X	X	Alto San Roque, statue du pèlerin dans le vent
2,6	Hospital Condesa	Alto	RM 20+/3/si			Bon repli pour rester loin de la foule (faire ses courses à O Cebreiro avant)
2,9	Padornelo	1300			X	Fontaine et montée
0,2	ALTO do Poio	1337	Bar 6+/3 et RP 50/5		X	Pause café, jus d'orange, panini et bavardages
3,3	Fonfria	Disc	BarRP reboleira 38/7-12		x	On descend
2,7	Viduedo	1200	Bar RP 15/6 quiroga		X	On descend à casse-cou
3,1	Filloval	Disc				Mures et autres fruits offerts à la ferme agricole
1,7	As Pasantes	800				Descente et tunnel
1,5	TRIACASTELA	660 disc	RM 60+/3/no 2 RP 30/7/si et 38/8/si	X	X	Cimetière dans le brouillard matinal, lieu enchanté/ vous pouvez aller à Samos à sx (9km-mieux) ou à dx vers l'Alto de Riocabo et Calvor
3,6	San Xil	780	On monte ! fontaine			Des vaches errantes et ce qui va avec
1,9	ALTO do Riocabo	896	On monte, on descend!			Marcher dans les nuages! Autre variante Samos
4,6	SAMOS		Mon 90/D/si/ C bon		x	D'ici on va vers Sarria (12km)
6,5	Pintin	600				Descente! mouches ! vaches! gués et montées!
2,1	Calvor	Disc	RM 22 +/3/si isolé			fin de la descente raide et ctra
5	SARRIA (la plupart commence ici)	440 ond	RM 35 + polidep/no + 4 RP 130/8/si autour	X	X	113km de Santiago! touristes, promenade fluviale, escalier pour accéder au refuge qui est trop petit/ ensuite belles montées et descentes
6	Barbadelo	525	RM 18+/3/si/C isolé	X	X	Cimetière, église, place
0,6	Rente	Ond				Chaque jour, des nouveaux horreos...
1,2	Mercado	530			X	Fontaine du pèlerin pour pause
2,4	Peruscallo	Ond			x	bar
2,5	Brea	Ond	Les 100 derniers kms!!!			Borne à photos!
0,6	Morgade	Ond	RP 15/6 mp		X	Fontaine et chapelle ex-voto particulière
1,1	Ferreiros	Disc	RM 22+/3/no isolé		X	Dans le bois à coté du bar/resto
3,8	Mercadoiro	Disc				
3,1	Vilacha	Disc				Descente au pont des vertiges sur le rio Minho
3	PORTOMARÍN	350 alto	RM 160/3 + polidep/no + RP ferramenteiro 110/8/si et RP 20/10	X	X	Montée au sommet du village reconstruit, l'ancien englouti par les eaux du barrage/ église, parc, portiques, piscines/ pont et montée dure
5,7	Gonzar	540	RM 20+/3/si isolé	X	X	Pré et fourgonnette épicerie
1,1	Castromayor	Mont			x	
2,2	Hospital da cruz	Mont	RM 22+/3/si isolé		x	Au croisement de la ctra près du bar resto
1,6	Ventas de Naron	Ond			X	
3,2	Ligonde	Ond	RM 20/3/si			+RP 12/D mp Agape secte américaine, estival
1,2	Eirexe	Ond	RM 20/3/si	X	X	Bar resto
2,8	Lestedo	Ond	RP ex paroisse		x	
0,9	Valos	Ond			x	Bar resto
2	ALTO de Rosario	800				plantations d'eucalyptus et les incendies...
1,7	PALAS DE REY	565	RM 50+/3/si + polidep	X	X	Église et place ombragée/ trop de monde ici
2,9	S. Julian	Ond	RP 17/6 mp		X	Autre RP hostel à Ponte Campana 16/10 mp
2,8	CASANOVA Mato	Ond	RM 22+/3/si isolé			Dans la forêt, loin de tout, faire achats à Palas
2,4	Leboreiro	440	Une chambre vide			Aire de repos avec des monolithes
4,2	Furelos	Pian			x	

1,1	MELIDE	455	RM 120+polid/3/si /C	X	X	le poulpe de chez Ezéchiél et d'autres
6,3	Boente	Ond		X	X	
5,8	RIBADISO	Ond	RM 60+/3/si /C plus terrain de camping		X	Refuge 5 étoiles, même les vaches viennent le visiter ! Bar avant et Resto 200m à sx au fleuve
2,8	ARZÚA	390	RM 50/3/ no cuc + 3 autres RP 100/10/si	X	X	Ville industrielle, place ombragée/ ils ouvrent des refuges chaque année: le business
7,8	Calle	Ond			x	Des plaques funèbres souvenir des pèlerins
3,2	Salceda	Ond			X	Montées et descentes, comme d'habitude
5,3	Sta Irene	Alto	RM 30+/3/si isolé			RP calvo 15/10 mp/ descente dans les bois
1,6	Arca Pedrouzo	Ond	RM 130+/3/si/C bon	X	X	sur ctra, à sx 1 km, le refuge est en bas, coté sx
9,9	Lavacolla			X	X	Autour de l'aéroport/ détours/ sièges des télés
5,2	MONTE do GOZO	Ond	500 places	X	X	Bétonisation pharaonique d'une montagne
5,4	SANTIAGO DE COMPOSTELA	260 ond	Seminario Menor de Belvis 177/9-12/C/no Couvent franciscain: don RP San Lazaro 80/10/si RP Acuário 54/7/no	X	X	Ville du millénaire tourisme religieux! Lieu d'adieux et de photos souvenirs pour les cheminants et de stress pour trouver un moyens et une place pour le retour trop en vitesse à la vie normale/ On repart de place Obradoiro, escalier vers rua das Hortas, rua poza de bar, rua do cano, descente au rio, montée dans les bois, ctra et sentiers, Carballal, Quintan, Alto do vento, un dernier regard en arrière...
16	Aguapitada Alto mar Ovellas	Ond 272		x	X	entre bois et ctra, ensuite la dure montée, une fontaine 1km après et le bar, toujours sur ctra
3	Ponte Maceira	Ond	Baignade au fleuve/ bar		X	village médiéval refait, maison de Jeremy Irons et villas de vacances, pont, moulin, église/ pause
4	NEGREIRA	Ond	RM 45/3/si/C avec patio et pré pour camper, ouvert, isolé	X	X	Monument pèlerin, supermarché (faire ses courses avant de monter au refuge), tourner à sx au carrefour, monument émigrant, pont, montée
14	VILASERIO	Ond	ex école à 500m avec douches et matelas (dernière maison à dx)		X	par bois et prés et ctra/ Herminio du bar pour les clés du refuge, idéal pour couper la longue étape, et pour un brin de causette et déjeuner
7	Maroñas	Ond	Bar resto sur ctra		X	De l'eau/ autour du monte Aro, montées et descentes comme d'hab., enfin le cimetière, la ctra nationale, à dx vers le pont étroit, à sx sur ctra
14	OLVEIROA	Ond	RM 60/3/si /C, mais les mouches...		X	bar sur ctra et nouveau resto à 50m du refuge, la montée, éoliennes, pont nouveau en ciment, bois
4	Fabrica Hospital	Mont	Fonderie au sommet de la montagne		x	Bar et eau! bifurcation à sx pour Cee, à dx pour Muxía, ensuite par prés et bois, on voit l'océan !
(20)	MUXIA	Ond	Nouveau RM 50/3/si/C excellent	x	x	Idéal première fin du chemin au sanctuaire Virgen da barca, village calme et chemin pour Fisterra
4	Eglise Madone das nieves	Ond	source sous la croix dans le pré en bas			aire de repos; d'en haut on voit la Costa da Morte, le phare et le Cap Finisterre!
4	Ermida S. Pedro	Ond	fontaine d'eau fraîche, pré et abri			Quel panorama ! attention à la longue descente vers Cee, parfois glissante!
6	CEE	Disc	AC Protection Civile au centre : 25/0 sommaire	X	X	L'océan, le tourisme estival, tous les services, etc. faire ses courses si l'on dort à Redonda/ montée
4	REDONDA San Roque	Ond	*RASS 25/D/si/C isolé hosvol			à 2 km de Corcubion dans la vieille école, une réalisation des Agacs (amis du chemin galiciens)
5	Sardineiro	Ond		x	x	Belles plages équipées, panorama, sentier en ardoise sur la plage Langosteira (coquilles)
6	FINISTERRA FISTERRA	Pian	*RM 35/3/si/C à coté arrêt bus//nouveau RP a paz de Roberto 40/10/si à coté chateau	x	X	village d'émigrants et pêcheurs reconverti au tourisme! bar A Galeria (Roberto) pour ambiance, musique et livres; internet gratuit à l'aula de informatica/ plage Mar de fora relax...
4	Cabo Fisterra (phare)	Ond	foyers purificateurs aux rochers/ touristes			Sur ctra ou sur le sentier des Pierres Saintes dans le mont Facho pour le coucher de soleil océanique : attention au vent et au froid le soir !!