



Randonnées en Europe

50 itinéraires de rêve



ULYSSE

**Quand y aller?**

Le sentier GR34 est praticable toute l'année, mais le climat breton est plus clément d'avril à octobre.



Mont-Saint-Michel

108 jours

Du **Mont-Saint-Michel**
à **Saint-Nazaire**

**Pour qui? Pourquoi?**

Pour les randonneurs à la recherche d'un itinéraire de longue durée, accessible et simple à organiser. Pour s'enivrer d'embruns tout en découvrant la richesse et l'histoire d'une des plus belles régions françaises.

Inoubliable...

- Entreprendre ce périple au mythique Mont-Saint-Michel.*
- Se sentir au bout du monde à la pointe du Raz.*
- Vivre l'histoire à chaque coin de rue à Saint-Malo.*
- Admirer les menhirs de Carnac.*
- Savourer le sentiment d'avoir accompli une formidable aventure.*

Les côtes bretonnes au long cours

Avec 2 000 km de sentiers qui traversent six départements traversés et plus de trois mois de marche, le GR34 mérite son titre de chemin de grande randonnée, voire très grande. Ce formidable tracé suit les contours de tout le littoral breton et offre constamment un majestueux panorama maritime. Hautes falaises, plages léchées d'eau turquoise, ports de pêche dignes de cartes postales, villes fortifiées et villages typiques : le meilleur de la Bretagne se dévoile à chaque pas. Une aventure entre terre et mer qui restera gravée dans la mémoire des amateurs d'histoire, des amants de la nature et des marcheurs au long cours.



Saint-Malo



Vannes



Pointe du Raz

Jours 1 à 19

Mont-Saint-Michel – Cancale – Saint-Malo


 (10 min) **Dinard – Cap
Fréhel – Paimpol** 

Les rues escarpées du Mont-Saint-Michel permettent de se mettre en jambe tout en visitant ce site majestueux inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO. De retour sur le continent, la véritable marche débute. Le sentier vous conduira d'abord à Cancale, dont les huîtres sont renommées. La prochaine étape est la splendide ville de Saint-Malo, une ancienne cité corsaire entourée de remparts. Prenez le traversier qui fait la liaison avec Dinard, une chic station balnéaire. Ensuite, le sommet des falaises de grès rose du cap Fréhel offre une des plus belles vues de la

côte d'Émeraude, qui porte jusqu'à Paimpol par temps clair.

Jours 20 à 40

Paimpol – Morlaix – Guissény



Après vous êtes promené dans le joli port de Paimpol, ne manquez pas d'aller faire un tour sur l'île de Bréhat, où fleurs et plantes abondent. Vous longerez ensuite la célèbre côte de Granit Rose, dont les couleurs et les formes des rochers ralentiront l'allure des photographes. Passé Morlaix, une ville remplie d'histoire, vous emprunterez l'un des plus beaux tronçons du GR34 : alors que vous longez des plages de rêve, votre horizon se parsème d'îles invitantes, dont l'île Callot, accessible à pied lors de la marée basse.

Jours 41 à 61

Guissény – Brest – Presqu'île de Crozon – Douarnenez



La côte des Abers, des bras de mer qui obligent à faire de longs détours à l'intérieur des terres, est une excellente introduction au caractère sauvage de la côte du Finistère. Sur cette « fin de la terre », souvent fouettée par le vent et les vagues, les phares s'alignent telles des sentinelles. Les amateurs d'insularité prendront un bateau pour visiter l'île d'Ouessant, isolée en plein océan. Au sud de Brest, vous arriverez sur la presqu'île de Crozon, où vous découvrirez les falaises spectaculaires de la pointe de Pen-Hir et la richesse patrimoniale de Camaret-sur-Mer.



Sentier des Douaniers

Le sentier des Douaniers

Le GR34 a pour origine un sentier côtier tracé en 1791 pour permettre aux douaniers d'enrayer l'activité des contrebandiers qui cherchaient à importer des marchandises en France sans s'acquitter des taxes. Ces fonctionnaires patrouillaient donc le littoral, de jour comme de nuit, bien avant les randonneurs. Cette méthode de surveillance prit fin au début du XX^e s. et la nature effaça peu à peu le sentier. Son tracé fut revitalisé en 1968 pour devenir le sentier de grande randonnée (GR) que l'on connaît maintenant. Durant votre longue marche, vous pourrez observer quelques vestiges, maisons de douaniers et tours de guet, qui témoignent de cette première vocation.

Jours 62 à 74

Douarnenez – Pointe du Raz – Pont-Labbé – Concarneau

Après vous êtes laissé charmer par Douarnenez et son port de plaisance, mettez le cap vers la pointe du Raz, l'extrémité occidentale de votre parcours et du pays. Vous entrerez ensuite dans le Pays bigouden, dont la capitale est Pont-Labbé, où les traditions bretonnes restent bien ancrées. Faites une halte à Concarneau et sa Ville close, une presqu'île fortifiée amarrée au cœur du port.

Jours 75 à 88

Concarneau – Lorient – Quiberon – Carnac – Auray

Passé la ville portuaire de Lorient, le sentier quitte momentanément la côte. Cela vous donnera l'occasion de faire le tour de la bucolique ria d'Étel avant de retrouver l'océan qui entoure la presqu'île de Quiberon et les falaises de sa côte sauvage. À Quiberon, des traversiers voguent vers **Belle-Île-en-Mer** (voir p. xxx). Vous apprécierez que les eaux qui baignent la côte sud de la Bretagne soient relativement plus chaudes (ou moins fraîches) qu'au nord. Vous longerez ensuite



Carnac



Saint-Nazaire

les célèbres alignements de menhirs et dolmens de Carnac, avant d'arriver dans la charmante petite ville d'Auray.

Jours 89 à 108

Auray – Vannes – Saint-Nazaire

Véritable mer intérieure, le golfe du Morbihan constitue l'attrait phare de cette ultime section. Au détour de criques et de forêts de pins se dévoile un paysage parsemé d'îles et d'îlots entre lesquels voguent des bateaux de pêche et de plaisance. La cité médiévale de Vannes mérite une escale prolongée. Profitez des derniers jours de marche pour faire durer le plaisir en vous prélassant sur les grandes plages de la Loire-Atlantique et en dégustant des huîtres locales. C'est au pied du pont de Saint-Nazaire que s'achève cette longue marche.



Côte de Granit Rose

Nos conseils

Se préparer

Une telle randonnée nécessite une préparation physique et une certaine planification. Selon le type d'hébergement privilégié (gîte ou camping), vous devrez gérer des réservations ou porter un sac plus lourd. Des entreprises proposent leurs services tout au long du sentier pour le transport des bagages et la gestion de la logistique. Retenez aussi que cette longue randonnée se fractionne aisément en plusieurs marches, l'accès aux transports publics étant fréquent au cours du trajet.

Se reposer

Vous marcherez en moyenne 20 km/jour, ce qui reste très raisonnable pour les randonneurs avertis, mais trois mois d'efforts constants peuvent affecter votre organisme. Écoutez votre corps et prenez des jours de repos, d'autant plus que les étapes charmantes où se poser ne manquent pas.



**Quand y aller?**

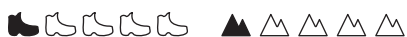
L'été, la chaleur peut rendre la marche pénible en milieu de journée. Ainsi, démarrez dès l'aube, ou planifiez votre séjour au printemps (d'avril à juin) ou à l'automne (septembre-octobre).



Porto

🕒 **12 jours**

📍 De **Porto (Portugal)**
à **Saint-Jacques-de-Compostelle (Espagne)**

**Pour qui? Pourquoi?**

- 🕒 *Pour les marcheurs, même débutants, qui cherchent une randonnée aussi facile qu'agréable. Pour passer des vacances actives sur le littoral portugais.*

Inoubliable...

- 🕒 *Découvrir la séduisante et envoi-rante ville de Porto.*
- 🕒 *Marcher des kilomètres sans quitter l'océan des yeux.*
- 🕒 *Arriver à Saint-Jacques-de-Compostelle et découvrir sa célèbre cathédrale romane.*

De Porto à Compostelle sur le Senda Litoral

À u départ de Porto, trois chemins mènent à Saint-Jacques-de-Compostelle. Le Camino Central, le plus traditionnel, traverse les terres, tandis que les deux autres longent la côte. Si le Camino Costal s'éloigne souvent de la mer, le Senda Litoral la suit minutieusement, pour le plus grand bonheur des marcheurs à l'âme marine. Ainsi, les deux tiers de cette randonnée de 280 km s'effectuent de plages en ports de pêche, à travers dunes et cités balnéaires. Ce parcours est aussi l'occasion de savourer deux cultures et gastronomies différentes. Mais autant en Espagne qu'au Portugal, les eaux fraîches de l'océan Atlantique vous promettent de vivifiantes baignades.



Sur le chemin de Compostelle au Portugal



Cathédrale de Saint-Jacques-de-Compostelle

Nos conseils

Le carnet du pèlerin

Comme sur tous les chemins de Compostelle, il est avantageux de se procurer un carnet du pèlerin (souvent appelé par son nom espagnol, *credencial*), qui permet de séjourner dans des gîtes économiques et de recevoir le certificat de pèlerinage. On se le procure auprès des associations nationales de pèlerins (voir p. xxx).

Marcher léger

Des chaussures de marche basses et légères sont amplement suffisantes pour parcourir ce sentier.

S'hydrater

Pensez à bien vous hydrater sur ce sentier où le climat est particulièrement chaud et ensoleillé. Les points d'approvisionnement en eau potable pouvant être espacés, munissez-vous de gourdes de grande capacité (au moins deux litres).

Jours 1 à 5

Porto – Apúlia – Vila Chã – Viana do Castelo – Caminha

Après avoir visité l'envoutante ville de Porto, dont le centre historique est inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO, rejoignez l'avenue côtière qui file au nord de l'embouchure du fleuve Douro. Une dizaine de kilomètres suffisent pour quitter l'environnement urbain et longer une suite presque ininterrompue de plages. La marche est facilitée par des passerelles en bois bien entretenues. En chemin, ne manquez pas les villages d'Apúlia et de Vila Chã, où les barques de pêche traditionnelles sont encore hissées sur le sable. La vieille ville de Viana do Castelo mérite aussi une halte prolongée.

Jours 6 à 12

Caminha (20 min) A Guarda – Pontevedra – Saint-Jacques-de-Compostelle

Le bateau assurant la traversée du fleuve Minho est souvent tributaire des marées, prévoyez donc bien votre passage. A Guarda et l'Espagne vous attendent sur l'autre rive (avancez votre montre d'une heure), d'où vous poursuivrez le sentier côtier durant trois à quatre jours jusqu'à Pontevedra. Les trois dernières étapes rattrapent le Camino Central en traversant des forêts de pins et des campagnes vallonnées jusqu'à Saint-Jacques-de-Compostelle. Après avoir assisté à la messe des pèlerins, si les jambes vous démangent encore, rejoignez la côte en marchant jusqu'au **cap Finisterre** (voir p. 21).

**Quand y aller?**

D'avril à octobre, les conditions sont agréables, mais retenez que le nord de l'Espagne est nettement plus frais et pluvieux que le reste du pays. En juillet et août, l'affluence sur les sentiers et aux étapes peut devenir contraignante.



Sur le Camino del Norte près de Laredo

38 jours**D'Irún au cap Finisterre****Pour qui? Pourquoi?**

Pour les marcheurs qui cherchent une longue randonnée bien balisée et facile à organiser. Pour suivre un itinéraire mythique, en évitant l'affluence du Camino Francés, tout en profitant de superbes paysages côtiers.

Inoubliable...

- Visiter la vieille ville d'Oviedo.
- Assister à la messe des pèlerins à la cathédrale de Saint-Jacques-de-Compostelle.
- Arriver au bout du chemin au cap Finisterre.

Saint-Jacques-de-Compostelle

par les chemins de traverse

Nombreux sont les chemins qui mènent à Saint-Jacques-de-Compostelle, et de plus en plus de pèlerins les empruntent. En Espagne, en combinant le Camino del Norte et le Camino Primitivo, les randonneurs éviteront la foule qui encombre le Camino Francés. La beauté des paysages du littoral atlantique représente un autre avantage de ce tracé, qui traverse des villages médiévaux, des ports de pêche, des villes culturelles, mais aussi des montagnes escarpées et des campagnes désertes. Ce parcours relativement physique totalise 35 jours de marche et 840 km de la frontière espagnole à la cathédrale de Saint-Jacques-de-Compostelle. Les randonneurs ayant encore de l'énergie ne regretteront pas de poursuivre l'aventure trois jours de plus pour rejoindre la « fin de la terre ».



Cap Finisterre



Oviedo



Pintos

La gastronomie du pèlerin

Marcher donne faim et permet de brûler bien des calories. Autant de bonnes raisons pour se régaler tous les jours de repas bien mérités et de savourer les spécialités locales. En Espagne, les auberges et les restaurants le long du chemin proposent le soir des menus du pèlerin, très complets et arrosés de vin à volonté, offrant un excellent rapport qualité-prix. Chaque région regorge de spécialités. Au Pays basque, goûtez aux *pintos* (bouchées de style tapas) et au *txakoli* (vin blanc pétillant). En Cantabrie, testez la *quesada pasiega* (riche gâteau au fromage blanc). Dans les Asturies, régalez-vous de *fabada* (sorte de cassoulet) et de *caldereta* (ragoût de poisson) en buvant de la *sidra* (cidre). En Galice, le *pulpo gallego* (pieuvre grillée saupoudrée de paprika) et la *tarta de Santiago* (gâteau aux amandes) sont très populaires. Bref, vous ne mourrez pas de faim!

Jours 1 à 6

Irún – Pasaia – San Sebastián – Bilbao 🚶

Faites de courtes étapes dans les premiers jours pour ménager votre corps. Si vous

êtes en forme, commencez par emprunter le GR121, une voie alternative au Camino del Norte qui permet de longer l'océan entre Irún et Pasaia; vos efforts seront amplement récompensés par des vues splendides. Passé la ville de San Sebastián, vous surplombez

régulièrement la côte avant de bifurquer vers l'intérieur des terres jusqu'à Bilbao. Cette ville animée mérite une halte prolongée pour visiter le célèbre Museo Guggenheim et le Museo de Bellas Artes.

Jours 7 à 12

Bilbao – Portugalete – Castro-Urdiales – Liendo – Laredo 🚶 (5 min) Santoña – Somo 🚶 (20 min) Santander 🚶

Pour quitter Bilbao, prenez le métro jusqu'à la ville voisine de Portugalete. Vous vous épargnez ainsi des heures de marche peu agréables sur du bitume et en zone industrielle. Quelques kilomètres plus loin, vous passerez en Cantabrie. Première étape à Castro-Urdiales, une agréable petite ville



San Sebastián



Museo Guggenheim, Bilbao



Santillana del Mar



portuaire dont les racines remontent à l'époque romaine. Entre Liendo et Laredo, optez pour le sentier secondaire qui passe par la côte. Vous suivrez des falaises escarpées surplombant l'océan jusqu'à Laredo, une station balnéaire dont la vieille ville ne manque pas de charme. De là, un traversier vous fera passer l'estuaire jusqu'à Santoña et au mont Buciero, d'où la vue sur la côte vaut le petit détour. Le sentier s'enfonce ensuite dans les terres pour rejoindre la grande ville

de Santander, où l'on accède après une traversée de sa baie en bateau depuis Somo.

Jours 13 à 21

Santander – Santillana del Mar – Llanes – Oviedo

Ce dernier tronçon sur le Camino del Norte suit la côte de près et ne présente que peu

de dénivélé. Une des premières étapes vous fera découvrir la bourgade médiévale de Santillana del Mar. Une fois passé dans la région des Asturies, vous profiterez en plus, en toile de fond, des monts enneigés de la chaîne des Picos de Europa. Le sentier passe à proximité de nombreuses plages, notamment aux alentours de Llanes, dont la vieille ville est joliment rénovée. Vous bifurquerez ensuite vers l'intérieur des terres pour rejoindre le Camino Primitivo.



Chemin de Compostelle

Jours 22 à 35

Oviedo – Puerto del Palo – Lugo – Saint-Jacques- de-Compostelle 🚶

De son début officiel dans la ville d'Oviedo, le Camino Primitivo constitue le plus ancien des chemins de Compostelle. Sillonnant dans les montagnes avec des étapes qui affichent jusqu'à 1 000 m de dénivelé cumulé, ce parcours n'est pas de tout repos. En contrepartie, il est relativement peu fréquenté et les paysages comme les villages traversés valent tous vos efforts. Points d'orgue de ce chemin : la vue depuis le sommet du Puerto del Palo (1 146 m) et la ville de Lugo, réputée pour ses remparts romains et sa gastronomie. Lors des dernières étapes, les sentiers des Camino Francés, del Norte et Primitivo

convergent en un seul tracé pour mener à Saint-Jacques-de-Compostelle.

Jours 36 à 38

Saint-Jacques- de-Compostelle – Cap Finisterre 🚶

Une messe à la cathédrale de Saint-Jacques-de-Compostelle marque la fin du voyage de nombreux pèlerins. Nous vous conseillons de poursuivre la marche jusqu'à la côte Atlantique et au cap Finisterre, qui représenta le bout du monde tant pour les Celtes que pour les Romains. Le sentier de 90 km, relativement peu fréquenté, traverse des forêts et une campagne vallonnée ne présentant pas de difficulté au marcheur bien entraîné que vous êtes désormais. Arriver sur la côte, face à l'océan et au soleil couchant, assure moult émotions et souvenirs. Une merveilleuse manière de conclure cette longue randonnée.

Nos conseils

Se préparer

Comme pour toute longue randonnée, une bonne préparation est nécessaire. Les chemins de Compostelle requièrent en plus d'obtenir un carnet du pèlerin (souvent appelé par son nom espagnol, *credencial*), qui permet de séjourner dans les gîtes offrant des tarifs avantageux aux marcheurs et de recevoir le certificat de pèlerinage une fois arrivé. On se le procure auprès des associations nationales de pèlerins (*au Canada* : www.duquebecacompostelle.org; *en France* : www.compostelle.asso.fr; *en Belgique* : www.st-jacques.be; *en Suisse* : www.chemin-de-stjacques.ch).

Voyager léger

Vous apprécierez d'autant plus votre randonnée si votre sac à dos ne dépasse pas 10 à 12 kg, réserve d'eau comprise. Cependant, n'oubliez pas de vous équiper d'un sac de couchage et de bouchons d'oreilles afin de bien dormir, même en dortoir.

Rester au sec

En toute saison, le Pays basque, la Cantabrie et la Galice sont réputés pour leurs pluies fréquentes. Les précipitations sont plus occasionnelles en été, mais il est tout de même nécessaire de s'équiper d'un poncho qui couvrira aussi votre sac.



Quand y aller?

L'été (juin à septembre) est indéniablement la meilleure saison pour entreprendre cette randonnée, alors que le jour dure presque 24h, que la température est plus clémente et que le risque de chute de neige est minimal.

🕒 **6 jours**

📍 De **Landmannalaugar**
à **Skógar**



Pour qui? Pourquoi?

🕒 *Pour les aventuriers à la recherche de paysages dramatiques et spectaculaires qui désirent mettre à l'épreuve leur endurance et leur équipement, tout en restant dans une zone relativement sécuritaire et accessible à tout randonneur moyennement expérimenté.*

Inoubliable...

- 🕒 *Découvrir des paysages à la fois hostiles et d'une beauté inouïe.*
- 🕒 *Vivre l'aventure de franchir des rivières à gué.*
- 🕒 *Marcher parmi les sources thermales et fumarolles.*
- 🕒 *Se mesurer au climat particulier de l'Islande*

Le sentier du Laugavegur en **Islande**: on va marcher sur la lune!

Le trek du Laugavegur, de Landmannalaugar à Thórsmörk (55 km), est de loin le plus couru d'Islande. Et pour cause : ses paysages, issus d'activités volcaniques et géothermales, sont tout simplement époustouffants! Nous présentons ici ce parcours dans une version allongée – avec deux jours de marche additionnels (28 km) –, qui se rend jusqu'à Skógar. Paysages lunaires, montagnes multicolores, fumarolles, sources et rivières thermales, chutes, glaciers et impressions d'un autre monde sont au rendez-vous!

Landmannalaugar



Thórsmörk

Lac d'Álftavatn

Refuge de Hrafninnusker

Jour 1

Landmannalaugar – Hrafninnusker

Cette première journée de marche se fait principalement en montée. En prenant de l'altitude, les vues de la vallée volcanique et des collines multicolores qui laissent s'échapper la vapeur de leurs entrailles donnent le ton de ce trek hors du commun.

La première nuitée se passe sur la colline où se trouve le refuge de Hrafninnusker. Ceux qui l'apprécient peuvent même planter leur tente sur la neige! À 1 069 m, il s'agit du point le plus élevé de la randonnée.

Jour 2

Hrafninnusker – Lac d'Álftavatn

En direction du lac d'Álftavatn, le «lac des Cygnes», certaines sections du sentier se recouvrent de neige. Lorsque le brouillard s'installe, il faut d'ailleurs exercer sa vigilance pour ne pas s'égarer du chemin. Par temps dégagé, la longue descente en zigzags serrés offre un panorama à la fois aride et verdoyant.

Le sentier devient passablement étroit et peut parfois être achalandé en haute saison. Il reste néanmoins d'innombrables possibilités de trouver un coin tranquille pour casser la croûte et admirer le paysage.

Jour 3

Lac d'Álftavatn – Emstrur

La première partie de cette section comporte trois rivières à passer à gué. Des bottillons en néoprène avec semelles seront des plus appréciés! Le reste de la journée est relativement facile : les quelques montées et descentes sont courtes et graduelles. Un long plat fait d'ailleurs traverser un mini désert de sable noir. L'ambiance peut s'avérer assez dramatique, surtout si le ciel est sombre.

Jour 4

Emstrur – Thórsmörk

Si la journée débute dans un environnement désertique, le décor devient de plus en



Col de Fimmvörðuháls



Sur le trek du Laugavegur



Sur le sentier du Laugavegur

Des détours spontanés

Tout au long de cette randonnée, il est possible de quitter le sentier principal pour explorer davantage le terrain aux alentours. Tout en étant respectueux de l'environnement et de la végétation, prendre le temps de grimper un sommet ou de suivre une rivière thermale peut conduire à des spectacles et des découvertes inoubliables...



Chute Skógafoss, Skógar

plus boisé et luxuriant. À mi-parcours, le sentier s'approche suffisamment du glacier Mýrdalsjökull pour qu'on puisse en saisir de jolis clichés. Quelques bonnes montées et plusieurs descentes caractérisent la journée, qui se termine au refuge Langidalur, dans la verte vallée de Thórsmörk, qui marque la fin officielle du sentier du Laugavegur. À partir d'ici, on peut rejoindre la route et retourner à la civilisation, ou continuer l'aventure deux jours de plus sur le sentier Skógar.

Jour 5

Thórsmörk – Col de Fimmvörðuháls

À elle seule, cette étape justifie un voyage en Islande! On passe d'abord entre les glaciers Mýrdalsjökull et Eyjafjallajökull avant d'atteindre le col enneigé de Fimmvörðuháls

(900 m plus haut). Les efforts en valent largement la peine : les vues imprenables se succèdent et, une fois au sommet, on sait que le reste n'est pratiquement que de la descente contemplatrice. À cela s'ajoute un sac à dos beaucoup plus léger, vidé des victuailles de plusieurs jours.

Jour 6

Col de Fimmvörðuháls – Skógar

Une douce descente de 1 000 m est au programme de la journée. Elle débute sur un chemin de gravier qui se transforme en sentier longeant la rivière Skógá. On y aperçoit de nombreuses chutes et cascades. La randonnée se termine tout en beauté au pied de la majestueuse chute Skógafoss.

Nos conseils

Climat changeant et difficile

En Islande, on aime dire que « si vous n'aimez pas le climat qu'il fait, attendez cinq minutes ». Randonner dans les Hautes Terres islandaises implique donc d'être prêt à affronter tous les types de conditions climatiques. Être équipé de coquilles imper-respirantes (veste et pantalon) faciles à enfiler, retirer et ranger s'avère impératif. Ajoutons à cela un nécessaire isolant pour faire face à des températures allant de -5°C à $+5^{\circ}\text{C}$ la nuit et jusqu'à $+20^{\circ}\text{C}$ le jour quand le soleil est présent.

Dormir en refuge ou sous la tente?

Il est possible de passer la nuit en refuge à chaque étape. Les places sont toutefois limitées, et il faut réserver (très) longtemps d'avance. Le camping est permis près des refuges seulement, mais le nombre de places y est illimité.

Il faut aussi savoir qu'en Islande, le vent est maître : il est donc primordial de s'assurer d'ancrer solidement sa tente. En islandais, il y aurait d'ailleurs des dizaines de mots pour nommer les différentes variantes du vent, dont le plus parlant est *rokrassgrat*, qui se traduit par « trou-du-cul de vent » (!).



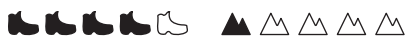
Quand y aller?
 Au printemps ou à
 l'automne, pour éviter
 les fortes chaleurs estivales.



Oliviers dans la Serra de Tramuntana

5 jours

D'Estellencs à Pollença



Pour qui ? Pourquoi ?

Pour les amateurs de randonnée aguerris, rêvant de marches spectaculaires entre mer et montagnes, dans une sorte de paradis perdu méditerranéen. Les marcheurs occasionnels se contenteront d'une des étapes les plus faciles.

Inoubliable...

- Se laisser éblouir par les époustouflants paysages de falaises et les panoramas sur la Méditerranée.
- Respirer le charme bucolique des anciens vergers encore cultivés, des orangers, des palmiers et des bois de chêne.
- Profiter de la douceur du climat.
- Se laisser bercer par le glouglou des fontaines et des chenaux d'irrigation.

Majorque : la Serra de Tramuntana, entre mer et montagne

La Ruta de Pedra en Sec (chemin de la pierre sèche, en catalan), désignée GR 221, s'est donné une mission : parcourir d'un bout à l'autre la Serra de Tramuntana, la chaîne de montagnes qui se déverse majestueusement en Méditerranée, sur la façade ouest de l'île de Majorque, aux Baléares. À ses pieds : falaises homériques et criques sauvages. L'itinéraire emprunte pour l'essentiel de vieux chemins agricoles et muletiers bordés de murets de pierre, d'oliveraies, de vignobles et de vergers. De loin en loin, petits ports, vénérables monastères et charmants villages de pierre enturbannés de fleurs offrent leurs refuges, gîtes d'étape ou maisons d'hôtes.



Granja



Valldemosa



Serra de Tramuntana

Jour 1

Estellencs – Banyalbufar – Granja – Esporles 🚶

La première étape n'est pas la plus longue (14,4 km), mais elle grimpe déjà passablement (dénivelé de 631 m) et compte, d'emblée, parmi les plus spectaculaires. Partant d'Estellencs, on marche au flanc d'une montagne prête à sombrer dans la Méditerranée, piquetée de bois de pins et entaillée de mille terrasses où prospèrent sans vertige vignes et oliviers. Banyalbufar, au nom d'origine arabe, s'agrippe de même depuis 10 bons siècles au précipice, les yeux sur la grande bleue, traçant à flanc de coteau son unique rue centrale, d'où divergent quelques raidillons. À Esporles, après une bonne grimpe, on retrouve un peu de

plat et un cours planté de platanes aux élans très provençaux. Juste avant, la fascinante Granja, devenue musée artisanal, résume un millénaire d'histoire dans une ferme alliant fontaine et loggia florentine.

Jour 2

Esporles – Valldemosa – Deià – Cap Gros 🚶

L'escale, rejointe en bus, est fameuse : à Valldemosa, la vieille chartreuse accueillit George Sand et Frédéric Chopin lors de leur exil amoureux de l'hiver 1838. On admire le piano de monsieur et les écrits de madame, on déambule dans les ruelles pavées, puis on rejoint, en bus toujours, le noyau de pierre ocre de Deià, bien joli point de départ de l'étape pédestre du jour, d'un village d'artistes au cimetière fleuri coiffant la colline. Au

menu, 3h de marche seulement, entre panoramas et oliviers corpulents, fermes médiévales et *possessiós* (manoirs) noyés dans de vastes jardins. Au final, on loge près du phare du cap Gros, dans l'ancienne station de télégraphe de Muleta, devenue refuge, avec la mer et la baie de Sóller sous les yeux... 120 m plus bas. Sacré panorama!

Jour 3

Cap Gros – Sóller – Biniaraix – Tossals Verds 🚶

Voilà la plus longue étape de toutes : 27,8 km pour 9h de marche et 1 111 m de dénivelé! Si l'odorante remontée vers l'adorable petite ville de Sóller, à la cuvette plantée d'orangers, n'a rien d'exténuant, passé le vieux bourg de Biniaraix, le GR s'attaque à plus sérieux : les 2 000 marches grimpant le Barranc (ravin) de



Sa Calobra



Sanctuaire de Lluç



Sur la Ruta de Pedra en Sec

Une voie mythique

Parmi les différents autres sentiers qui permettent d'explorer la Serra de Tramuntana, la descente un peu périlleuse du torrent de Pareis jusqu'à la splendide crique de Sa Calobra, baignée par des eaux turquoise, est incontournable. Elle est réalisable exclusivement en période sèche, car il faut par endroits franchir de gros rochers glissants (une corde peut s'avérer bien utile). De part et d'autre : les hautes falaises de la gorge qui entaillent la montagne de l'Entreforc.

Biniaraix jusqu'au Coll de L'Ofre. Progressant entre des murets de pierre sèche parfaitement restaurés, le chemin, pavé, sinue au bord d'un torrent souvent assoiffé, entre des oliviers nouveaux, puis se hisse au flanc d'un cirque par une succession d'épingles à cheveux. Là-haut s'étend un lac de retenue, au décor de sommets pelés. Il ne reste plus ensuite qu'à se laisser porter au fil d'un chenal d'irrigation jusqu'au refuge de Tossals Verds. Ouf!

Jour 4

Tossals Verds – Puig de Massanella – Lluç

La mer s'évapore du regard; ici, c'est le maquis qui triomphe, recouvert par les flocons certaines nuits d'hiver. L'étape (dénivelé de 869 m pour 6h de marche) consiste en une longue montée vers le Puig de Massanella (1 364 m), suivie d'une longue descente. La progression s'émaille d'étranges réservoirs

ovales en pierre sèche : des glacières, où l'on entreposait la neige jadis, transformée sur la côte en sorbets! Au bout du chemin, le sanctuaire de Lluç attire les pèlerins depuis qu'un berger y découvrit une statue de la Vierge au XIII^e s. Les plus anciens des bâtiments actuels datent des XVI^e (hostellerie) et XVII^e s. (basilique).

Jour 5

Lluç – Pollença

Il ne reste plus guère qu'à redescendre jusqu'à Pollença (17,5 km; 4h40 de marche), dans l'ombre du Puig Tomir et de grands chênes verts. D'autres chenaux, d'autres ermitages, d'autres *possessió*s agrémentent le trajet, que certains choisiront de prolonger, le lendemain, jusqu'au port de Pollença (6,7 km; 1h20), où la civilisation reprend vraiment ses droits.



Nos conseils

Attention aux secteurs fermés

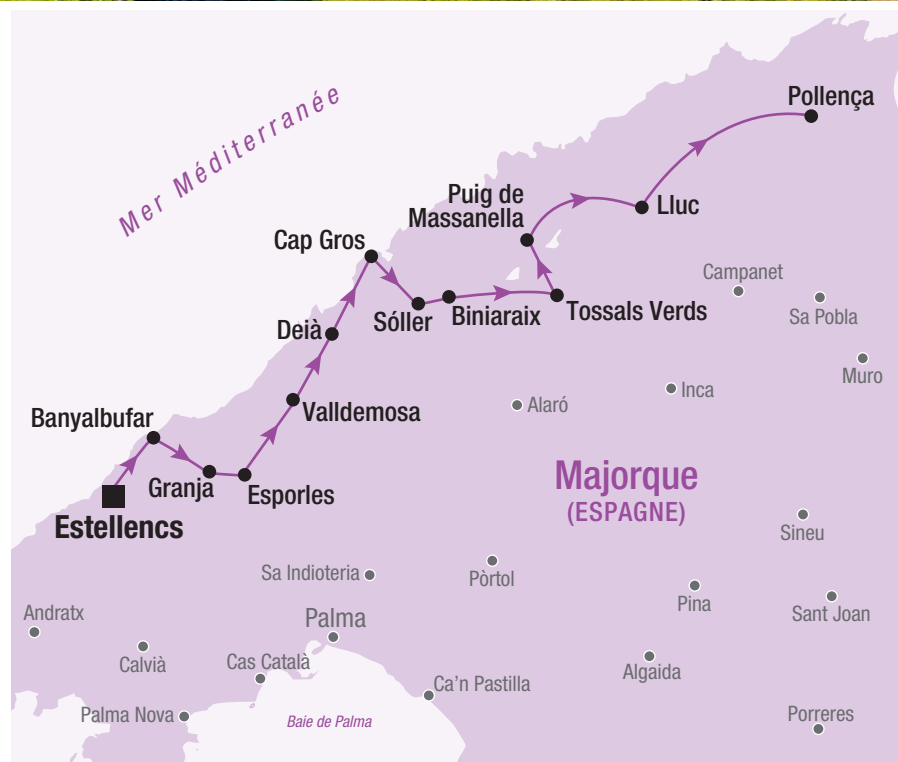
En raison de l'aménagement progressif du GR 221 et de son passage sur des terres privées, les étapes 1 (avant Estellencs) et 3 (entre Esporles et Deià) restent pour l'heure en partie inaccessibles. Certains marcheurs passent outre par endroits, mais ils risquent d'attiser le mécontentement de certains propriétaires ou de se perdre, la signalisation dans les sections en cours de réalisation n'étant pas encore forcément en place. Une fois tout réglé, il sera possible de parcourir l'intégralité de la côte ouest de Majorque, soit de Port d'Andratx au cap Formentor, en une semaine environ.

Des refuges parfaits

Le *Consell de Mallorca* a fait aménager des refuges de qualité dans plusieurs bâtisses anciennes, profitez-en ! Cinq sont implantés sur l'itinéraire principal, deux sur des branches secondaires. On y dort pour peu cher et on peut s'y restaurer dans une belle ambiance.

Se munir d'une bonne carte

Serra de Tramuntana, 1/25 000°, Editorial Alpina.





Quand y aller?

D'avril à octobre, les températures sont agréables et tous les lieux d'hébergement sont ouverts. En été et lors des congés français, l'affluence peut être forte, tant sur les sentiers que dans les villages.

🕒 4 jours

📍 Boucle au départ de **Le Palais**



Pointe des Poulains

Pour qui? Pourquoi?

🕒 *Pour les marcheurs qui désirent combiner randonnée à découvertes touristiques et épicuriennes. Pour profiter de paysages fascinants et d'infrastructures pratiques permettant de marcher en toute liberté.*

Inoubliable...

- 🕒 *Longer les impressionnantes falaises de la côte sauvage.*
- 🕒 *Admirer les aiguilles de Port-Coton, immortalisées par le peintre Claude Monet.*
- 🕒 *Se rafraîchir dans les eaux turquoise de la plage d'Herlin.*
- 🕒 *Déguster des crêpes bretonnes sur les quais du port de Sauzon.*

Le tour de Belle-Île-en-Mer

Le sentier côtier GR340 permet de faire le tour de Belle-Île-en-Mer, communément appelée Belle-Île, la plus grande des îles bretonnes. Cette formidable randonnée de 85 km longe les sommets de falaises escarpées, foule le sable de plages baignées d'eau limpide et traverse des villages typiques aux maisons colorées. En plus de ses paysages naturels variés, dont la palette va de l'époustouflant au bucolique, Belle-Île réserve des découvertes culturelles et historiques, entre autres l'impressionnante citadelle Vauban qui surplombe le port du Palais. Et les épicuriens apprécieront les crêperies et les restaurants de fruits de mer, des haltes idéales pour recharger les batteries.



Aiguilles de Port-Coton



Nos conseils

Hébergement

Des options pour tous les budgets sont offertes. Les plus pratiques et économiques sont les gîtes communaux, stratégiquement situés aux étapes conseillées d'une randonnée itinérante. Grâce aux transports publics, il est aussi envisageable d'effectuer cette randonnée en étoile, en

séjournant au Palais. Dans tous les cas, les réservations sont nécessaires en haute saison et lors des périodes de vacances.

Durée du séjour

Prévoyez quelques jours supplémentaires pour savourer les beautés et la douceur de Belle-Île.



Sur le GR40

Jour 1

Le Palais – Sauzon – Pointe des Poulains – Sauzon

Dès les premiers pas en dehors du bourg, le sentier révèle des paysages majestueux, avec des criques encaissées au bas de falaises. Le joli village de Sauzon est une étape pratique. Posez-y votre sac et poursuivez la marche jusqu'à la pointe des Poulains, où vous pourrez visiter le fort qui fut la résidence de l'actrice Sarah Bernhardt.

Jour 2

Sauzon – Port-Coton – Bangor

Une longue journée de marche (30 km), qui vous mènera sur les falaises dénudées de

la côte sauvage jusqu'aux aiguilles de Port-Coton. Faites une pause méritée devant ces roches dentelées fouettées par les vagues, puis rejoignez le village de Bangor pour la nuit.

Jour 3

Bangor – Herlin – Locmaria

La côte sud de l'île réserve le plus fort dénivelé de la randonnée, le sentier passant constamment du haut des falaises au niveau de la mer. De superbes plages, dont celle d'Herlin, permettent de se rafraîchir en route.

Jour 4

Locmaria – Le Palais

Le dernier tronçon traverse des forêts et de longues plages avant de retourner progres-



sivement vers le secteur plus urbain de l'île. Vous finirez votre randonnée en haut des remparts qui entourent Le Palais, une charmante petite ville à visiter impérativement avant de reprendre le bateau vers le continent.



Quand y aller?

L'été est la meilleure saison, mais pour éviter l'achalandage des vacanciers européens, mieux vaut favoriser juin. Il est alors parfois possible de trouver pension dans les refuges sans réserver, mais il est préférable de ne pas prendre ce risque et d'assurer sa place à l'avance.

8 jours

Boucle au départ du **lac de Gosau**



Pour qui? Pourquoi?

Pour ceux qui aiment allier le défi de la marche en montagne au plaisir de découvrir la culture, l'architecture et la gastronomie locales.

Inoubliable...

- Les vues imprenables du massif du Dachstein.
- Expérimenter un agréable mélange de sentiers variés (haute montagne, forêts, prés, glaciers, villages, chemins de campagne...).
- Déguster des plats typiquement autrichiens au terme des journées de randonnée.
- Plonger dans le lac de Gosau à la fin de la boucle : une récompense qui n'a pas de prix, après un effort non négligeable.



Massif du Dachstein

Le tour du massif du Dachstein: grande nature et culture locale

Le tour du massif du Dachstein (*Dachstein Rundwanderweg*) est une randonnée d'environ 125 km qui traverse les *lands* (États) de la Styrie, de la Haute-Autriche et de Salzbourg. Les sentiers qui composent cet itinéraire mènent à travers de majestueuses montagnes et de bucoliques prés et forêts, tout en passant assez près des villages pour profiter de leurs saveurs locales. C'est ni plus ni moins une découverte en profondeur de la nature et de la culture autrichiennes. Les nuitées (et les repas) se passent dans le confort d'auberges, ce qui donne lieu à des échanges forts intéressants avec les « locaux », tout comme avec les autres randonneurs.



Hallstatt



Pont suspendu du Dachstein



Hofpürghütte

Option « randonnée et vélo »

On trouve une infinité de sentiers dans le massif du Dachstein. Avec une carte détaillée et un bon sens de l'orientation, il est possible d'improviser des détours (pour accéder à certains sommets) ou des raccourcis (pour écourter la randonnée). On y trouve également des sentiers parallèles où le vélo est permis. Quelques agences proposent même l'option *Bike & Hike*, permettant de faire les quatre premiers jours à pied et le reste en une ou deux journées à vélo (en louant par exemple un vélo à Gröbming après avoir passé la nuit à la Steinerhaus).

dernier kilomètre se fait en montée abrupte, mais quelle récompense panoramique une fois arrivé!

Jour 3

Südwandhütte – Guttenberghaus

C'est l'étape des grandes hauteurs, mais la montée se fait mécaniquement, à l'aide d'une gondole, qui transporte d'abord jusqu'à un pont suspendu, puis à la Dachstein Skywalk, une plateforme d'observation perchée à près de 2 700 m d'altitude. Le panorama qui embrasse les glaciers et les sommets autour rappelle que nous sommes bel et bien en haute montagne! En route vers la destination du jour, l'auberge Guttenberghaus, il faut avoir le pied solide puisque la neige peut souvent être dure et glissante.

Jour 1

Lac de Gosau – Hofpürghütte

Prendre un bon petit déjeuner avant d'entamer cette première journée est de mise, car plus de 1 000 m d'ascension sont au programme! Mais l'effort en vaut la chandelle, alors que vous obtenez vos premières vues du massif du Dachstein dans toute sa splendeur. Si jamais le carburant venait à vous manquer, vous croiserez quelques auberges où vous ravitailler avant d'arriver au refuge Hofpürghütte.

Jour 2

Hofpürghütte – Südwandhütte

Cette deuxième journée débute avec quelques ascensions qui conduisent au-dessus de la ligne des arbres; certaines sections du sentier se font même sur la neige! La descente traverse ensuite un agréable terrain mixte de pâturage et de bosquets. En fin de parcours, on bénéficie d'une superbe vue du flanc du massif et du refuge de montagne Südwandhütte, l'objectif de la journée. Le



Obertraun et le lac Hallstatt



Au cœur du massif du Dachstein



Gondole

**Jour 4****Guttenberghaus – Steinerhaus** 

Tout près de l'auberge Guttenberghaus qu'on vient de quitter, en bas sur la gauche, se trouve un petit lac de montagne. À environ 15 min du sentier principal, ce court détour

en vaut la peine, surtout par temps chaud. La suite de la descente s'effectue au travers des prés et prairies. Étrangement, il faut se méfier des vaches qui y paissent. Très habituées aux humains, certaines peuvent même se montrer plutôt agressives. En Autriche, quelques randonneurs ont déjà été attaqués, et même tués, par des vaches!

Jour 5**Steinerhaus – Steinitzenalm** 

À partir de l'auberge Steinerhaus, on commence graduellement à perdre de l'altitude. On croise d'ailleurs de nombreux autres sentiers de marche, ainsi que de plus en plus de randonneurs. Fait saillant de la journée, la vue de la gorge de la Notgasse vous impressionnera avec ses parois rocheuses où l'on peut admirer de nombreux pétroglyphes. Nuitée à l'auberge Steinitzenalm.

Jour 6**Steinitzenalm – Obertraun**  (30 min)
Hallstatt 

C'est le jour du retour à la civilisation. Le reste de la randonnée prend ici une tournure culturelle. Les sentiers passant très près des villes et villages, les occasions de plaisirs gastronomiques



Lac de Gosau

miques sont plus fréquentes et le choix d'hébergement est plus grand. Avec plus de 25 km à parcourir, c'est également la plus longue journée de la boucle. Après le lac Öden, le sentier suit un chemin forestier plutôt plat jusqu'à Obertraun. Pour ceux qui désirent encore un peu de dénivellation, il est aussi possible (avec une bonne carte) de couper au travers des montagnes pour rejoindre Obertraun. Il faut cependant être doté d'un excellent sens de l'orientation! Une fois à Obertraun, on prend le traversier du lac Hallstatt pour rejoindre le village du même nom, où se trouvent de nombreux établissements d'hébergement ainsi qu'un site de camping.

Jour 7

Hallstatt – Bad Goisern



On partage la route avec des cyclistes et marcheurs de la région ou d'ailleurs en suivant

la rive du lac Hallstatt vers le nord, jusqu'à Bad Goisern. En chemin, les vues sur le lac et sur les habitations harmonieusement installées sur ses berges sont des plus bucoliques!

Jour 8

Bad Goisern – Lac de Gosau



Cette dernière journée débute par une montée graduelle à travers prés et forêts. On croise quelques auberges où il est agréable de prendre une pause et de se ravitailler, car plus de 21 km de marche sont au programme. Une fois passé la communauté de Gosau, on sent que la fin du périple approche: un mélange de nostalgie et d'empressement d'arriver est inévitable. Et rien de mieux que de finir le tout par une « saucette » dans le magnifique lac de Gosau!

Nos conseils

Peut-on camper?

En Autriche, le camping « sauvage » est en général rigoureusement interdit et les contrevenants s'exposent à des amendes très salées. Toutefois, l'examen attentif des différentes réglementations en vigueur permet de déduire que planter sa tente peut être toléré dans certains *lands* (comme la Styrie et la Haute-Autriche), aux conditions suivantes :

- ne pas se trouver dans un parc;
- s'installer au-dessus de la limite des arbres;
- ne pas être visible depuis un sentier;
- ne pas camper plus d'une nuit au même endroit.

Ceux pour qui dormir sous la tente est un incontournable de la randonnée peuvent, moyennant un peu de recherche, de planification et d'autorisation, organiser leur périple autour du Dachstein en prévoyant trois ou quatre nuits sous la tente. Cela implique toutefois un surplus de bagage à transporter...