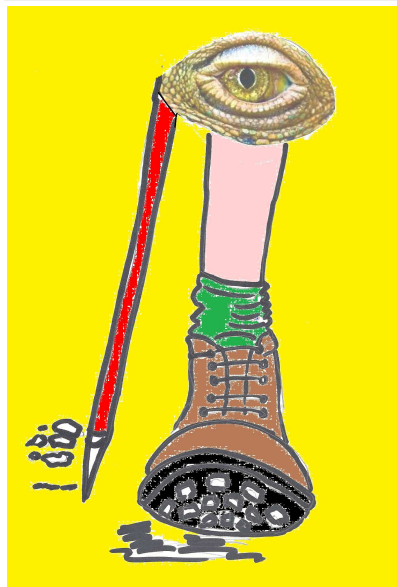


La Cama Cruda

Marche en faveur des Restos du Cœur



Règlement

Article 1: La Cama Cruda est une marche sans classement ni chronométrage ouverte au public organisée par l'association Bien Vivre à Bruges-Capbis-Mifaget en faveur des Restos du Cœur.

Article 2: Les participants ayant moins de dix-huit ans le jour de la manifestation doivent obligatoirement être accompagnés d'un de leurs parents

Article 3: Deux circuits fléchés sont proposés: 12 km ou 25 km au choix des participants

Article 4: Le départ et l'arrivée sont situés à la salle des fêtes de l'Asile de Bruges - rue de la Poste 64800 Bruges-Capbis-Mifaget - Départs de 7h00 à 10h00 - Arrivées de 9h00 à 15h00

Article 5: Le montant de l'inscription est de 10 euros pour les inscriptions à l'avance sur internet sur le site <https://camacruda.wordpress.com/> ou de 12 euros sur place le jour de la manifestation incluant un ravitaillement sur le parcours ainsi qu'un sandwich et une boisson à l'arrivée. Chaque participant devra en outre apporter une denrée non périssable de son choix qui sera remise aux Restos du Cœur.

Article 6: La marche se déroule sur des voies publiques ouvertes à la circulation. Les participants devront respecter les règles du Code de la Route ainsi que les Arrêtés municipaux des localités traversées.

Article 7: Le présent règlement et une feuille de route seront remis à chaque participant au départ.

Article 8: En cas de mauvaises conditions météorologiques (orage, vent, pluie, brouillard...) ou pour toute autre raison majeure, les organisateurs se réservent le droit d'annuler la marche même au dernier moment.

Assistance organisation: 06 81 76 89 36 ou 06 82 69 34 89

Urgences:

Pompiers: 18, SAMU: 15, Gendarmerie: 17

Informations sur les villages de Bruges, Capbis et Mifaget

Bruges, Capbis, Mifaget sont trois communes associées depuis 1973

Mifaget : en 1131, Gaston IV le Croisé, Vicomte du Béarn fonde la Commanderie de «Mieihaget» (au milieu des hêtres) dirigée par la congrégation des Augustins. Elle est dotée d'un hôpital qui permet aux pèlerins de faire étape pour rejoindre les voies jacquaires par la voie du Piémont.

L'église Saint Michel : profondément remaniée à la fin du XIXème siècle, elle garde la marque romane (XIIIème siècle) par le portail sud, avec le chrisme du tympan entouré d'une archivoltte portant une frise d'anges aux ailes déployées, les chapiteaux sculptés et la **crypte** voûtée en coupole aux trois petites fenêtres. Un culte original et plus récent (fin du XIXème siècle) s'y était développé : Saint Plouradou, statue pleureuse qui était censée guérir les enfants pleurnichards. L'Eglise ne l'a pas encouragé...

Capbis : en 1127, Gaston IV le Croisé vicomte du Béarn fonde l'Abbaye de Sauvelade (entre Orthez et Navarrenx) et lui attribue des «granges»: lieux où travaillent et vivent des paysans sous la conduite d'un «grangier». L'une de ces granges est établie près d'un lieu nommé alors Cap deû Béz (tête du Béz) qui deviendra Capbis et reçoit des terres cultivables et boisées et un grand nombre de droits d'usage, de paître et de passage.

L'église, fondée au XIIe siècle, a été rebâtie en 1763 et restaurée en 1870

La bastide de Bruges a été fondée au XIVème siècle, en 1357, par le Vicomte de Foix Béarn, Gaston X Fébus. La dénomination de Bruges provient vraisemblablement de la ville flamande de Bruges où Gaston Fébus séjourna à cette époque avant d'embarquer pour la Prusse.

La bastide est dotée d'un territoire conséquent prélevé sur le territoire de la bastide voisine d'Asson. Elle est régie par un conseil de jurats. Les colons, qui bénéficient de droits importants décrits dans une Charte, sont aussi nommés les «besiis» (les voisins).

Pour la petite histoire, les habitants de Bruges ont été surnommés « lous pélicas » (pèle-chiens) parce que, dit-on, certains d'entre eux avaient pris l'habitude, pendant les périodes de disette, de faire subir aux chiens le même sort qu'aux porcs. Une autre version dit que les Brugeois tuaient des porcs si maigres qu'ils ressemblaient à des chiens, ce dont les voisins d'Asson, peut-être plus riches, se moquaient.

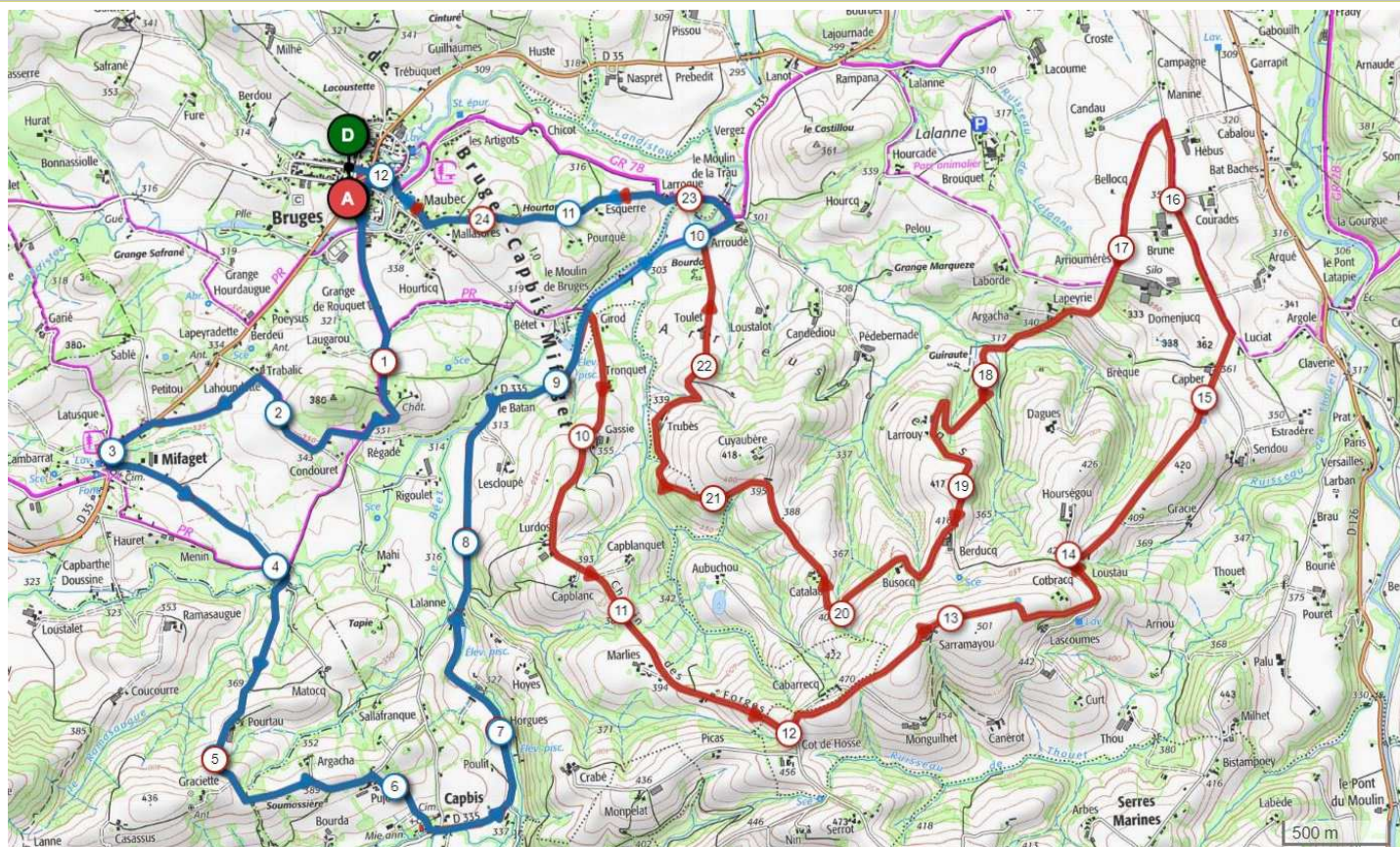
Activités économiques : Dès 1385, il y a eu des tanneries à Bruges et c'est peut être l'origine du sobriquet moqueur de « pela càs de Brudges » (pèle chien). Aux XVIIIe et XIXe siècles la culture du lin a permis aux agriculteurs et aux tisserands de s'enrichir et de construire la plupart des belles maisons Béarnaises. Les sandales de cordes ont occupé jusqu'aux années 60 une nombreuses main d'œuvre dans leurs ateliers ou à domicile.

Place de la Bastide : l'urbanisme de la place, propre aux bastides, est clair et régulier : de forme carrée, les rues y débouchent perpendiculairement. Les lots à bâtir ont initialement une taille uniforme de 62 x 16 arrases (7,36m x 28,50m). Certaines maisons comportent des «embans» ou arcades. La halle du rez-de-chaussée de la mairie était autrefois utilisée pour le marché du mardi. L'église est située à l'est de la place.

Cinq réverbères mis en place en 1855 sont encore visibles et la terre battue a été remplacée par la macadam en 1964.

Eglise Saint-Martin : église gothique du XVe siècle comportant un portail monumental avec dix sculptures en forme de chou, caractéristique du gothique flamboyant, à comparer avec les églises d'Asson, Nay, Sainte-Colome. Le clocher et le portail sont classés Monuments Historiques. L'église a été restaurée au XIXème siècle.

Carte et voies empruntées par les 2 parcours (12 km et 25 km)



Communes traversées	Type des routes	Noms des voies	Distance cumulée	
			25 km	12 km
Bruges-Capbis-Mifaget				
		Départ de la Salle des fêtes l'Asile à Bruges		
	VC	Rue de la Poste		
	RD	D35 - Place Gaston Phebus		
	VC	Rue des Ecoles		
	VC	Route de Capbis		
	VC	Chemin de Pouyague (GR78 - chemin de Saint-Jacques)		
	VC	Chemin de Millet		
	RD	D35 - Route de Bruges	2	2
	VC	Eglise de Mifaget		
	VC	Chemin de la Prairie	3	3
Louvie-Juzon				
	VC	Chemin Pourtau		
Bruges-Capbis-Mifaget				
	VC	Chemin de Saint Plouradou		
		Chemin de l'Ecole		
		Eglise de Capbis	6	6
	RD	D335	6	6
	VC	Route d'Arthez d'Asson (ex Chemin des Forges)	9	
Asson				
		Cot de Hosse	12	
	VC	Chemin de Sarramayou	12	
	VC	Chemin de Brune	15	
	VC	Chemin d'Arriusoulens	16	
		Ferme Catalaa	20	
	RD	D335	22	
Bruges-Capbis-Mifaget				
		Chemin de Latrau	23	10
	VC	Chemin de Hourtané		11
	VC	Rue du Corps Franc Pomiès		
	VC	Rue Saint-Martin		
	RD	D35 - Place Gaston Phebus		
	VC	Rue de la Poste		
		Arrivée à la salle des fêtes de Bruges	25	12

Qu'est-ce que La Cama Cruda ?

La **Cama Cruda** est une créature fantastique propre à la Gascogne, au Béarn et aux régions avoisinantes. C'est un croque-mitaine particulièrement effrayant. Elle est généralement décrite comme une jambe seule munie d'un œil au genou. Elle surgit dans la nuit pour emporter et dévorer les imprudents. Le caractère étrange de cet être et le manque de précisions le rendent d'autant plus inquiétant et il n'y a pas d'unanimité dans ses descriptions.