6 eme jour Puente la reina - Estella - 22 km- Depart 06h30 apres petit dejeuner a l auberge- attaquons une bonne cote au bout de 2 km. Passe un pont romain en partie ruine et suivi une voie romaine empierree. Estella n en finit plus de se faire attendre sous une grosse chaleur. A l arrivee un papy Espagnol nous accompagne tout le long de la ville vers notre auberge, tres sympathiaue. Le batiment datant des annees 70 est tres chaud la nuit, mal isole. En plus des gamins mal encadres nous tiennent eveilles un peu tard. Tres belle ville, vieux monuments, pont medieval, nous achetons comme tout les jours les vivres du lendemain.  
7 eme jour- Estella - Los Arcos- 22 km- 6h00.  
Depart 05h30 en pleine nuit - dejeuner 2 km apres. goute un petit peu du vin gratuit a la fontaine d une propriete viticole. Journee tres chaude 40 degres . peu d ombrages. Nous rencontrons beaucoup de fontain es dans les campagne et bonne rehydratation. arrivee a los arcos a 11h30. Auberge tenue par des belges flamands tres sympas.  
 Mangeons quelques tapas. Sieste-douche-lessive. Remise en condition le soir un petit restau menu du pelerin et apero pichet sangria. Tout est moins cher qu en France.  
8eme jour- los Arcos - Viana  
19km- 5h20- depart 5h4 arrivee 11h00 depart en pleine nuit apres petit dej sur le pouce. nous marchons a la fraiche. Tous les pelerins de lauberge municipale font pareil. Moins de chaleur, excellente etape de vrecuperation- rentcontre beaucou de gens aui ont les pieds en sang et les articulations en mauvais etat. certains abandonnent- Bon etat general pour nous excellent moral. Arrivee a Viana loges a l auberge municipale. Ancien batiment refait a neuf assez frais. Casse croute sur le pouce dans le jardin municipal proche. Sieste- douche- lessive- visite de la ville - RAS- Amiyties - olivier