Italie

Les Dolomites



Durée : jours

Activité : Randonnée étoile

Physique : ( )

Technique :

Hébergements : Hôtel ou appartement

Tarif : 1190 €

Dates :

Les Dolomites sont un massif des Préalpes, elles s'élèvent en Italie. Elles sont inscrites au Patrimoine mondial de l'UNESCO depuis 2009.
Avec leurs tours spectaculaires et leurs pics élancés comme des flèches en direction du ciel, elles sont uniques au monde.Terrain de jeu de Walter Bonatti, c'est dans les Dolomites que l'on trouve des voies techniques en dentelles et les plus belles via ferrata qui y trouvent leur origine au début du XX ème siècle. La Marmolada sommet des Dolomites (appelée « reine des Dolomites »), la Civetta, Tre cime… sont autant de sommets impressionnants qui ne laissent pas indifférents.

LES POINTS FORTS DE LA RANDONNEE

La découverte de différents paysages, l'atmosphère exceptionnelle de ces montagnes aux profils uniques, la culture et la nourriture italienne.

L'itinéraire jour après jour...

Jour 1

TRAJET - ARRIVEE à CANAZEI

Départ 6h du matin. Installation à l'hôtel et balade dans le village et alentours vers 17h.

Jour 2

TERASSE DU SASSOPIATTO

Une magnifique traversée en belvédère ! Un très belle itinéraire pour découvrir le val di Fassa, une belle entrée dans la découverte des montagnes magiques des dolomites.

5h30 de marche / 500 m+

Jour 3

LA MESOLA

Bel itinéraire au départ de Passo Pordoi le long des crêtes herbeuses de la chaîne du Padon, difficultés non rédhibitoires, dénivelé et assez petite distance. Les vues sur le lac Fedaia, Marmolada, le groupe Sella et Val Badia sont superbes. Traversez les reliefs du Col del Cuc, Sasso Cappello, Cima Belvedere. Le retour au sentier relaxant et tout aussi panoramique du Viel del Pan (La Via del Pane)

Voie historique sur les crêtes de Padon, avec les anciennes installations militaires de la 1ère guerre mondiale et quelques galeries d'époque creusées à même la falaise. Un parcours donc original, intéressant et varié

4h30 à 5h30 de marche / Dénivelé : 500m+ à +750 m

Jour 4

PIZ BOE

Le Piz Boe est la montagne la plus haute du groupe du Sella, elle culmine à 3152 m. L'érosion des roches rappelle le grand canyon ! Son nom est tiré de la forme de ses montagnes en forme de selle de cheval.

Paysages incroyable de haute montagne. Rdv sur la lune !!!

3h30 à 6h30 de marche / Dénivelé : 400 m+ à 1500 m+

Jour 5

CINQUE TORRI

Cette région fut le théâtre de conflits entre les troupes **italiennes** et **austro-hongroises** pendant la Première Guerre mondiale. D'innombrables témoignages des combats et des abris de guerre construits par l'armée italienne sont présents et ont été récemment restructurés pour créer d'intéressants itinéraires historiques. *A partir du jour 5, nuit à Cortina d'Ampezzo*

5h00 de marche / Dénivelé: 500m+ à 700 m+ (petites variantes possibles !!)

Jour 6

TRE CIME DE LAVAREDO

Les Tre Cime di Lavaredo se dressent comme trois « menhirs » fichés sur un même socle, entourés d'une couronne d'autre groupes montagneux.La *Cima Ovest* se dresse à l'extrémité occidentale du groupe. Elle se caractérise par une face Nord de plus de 500 m de hauteur parsemée de surplombs jaunes.

6h00 de marche / Dénivelé : +880 m

Jour 7

LAGO DI BRAIES

L'un des plus beaux lacs d'Italie ! Les Alpes juliennes qui l'entourent avec ses petits canots rouges si joliment alignés sur son eau émeraude viennent compléter à merveille ce paysage presque trop beau pour être vrai.

4h00 à 6h00 de marche / Dénivelé: 400 à +1200 m

Jour 8

DEPART

NB : Votre guide peux être amener à modifier le programme suivant les conditions météorologiques, l'état de forme du groupe. Marcher avec un guide c'est aussi avoir la liberté de parler, modifier suivant le désir du groupe un parcours qui vous sera proposé du jour au lendemain lors d'un briefing chaque soir. Quoi qu'il en soit attendez-vous à un choix d'itinéraires variés ou vous en prendrez plein les yeux et un peu dans les jambes !

DEPART et RETOUR EN FRANCE

Arrivée prévue vers 20 h.

NB : Votre guide peux être amener à modifier le programme suivant les conditions météorologiques, l'état de forme du groupe. Marcher avec un guide c'est aussi avoir la liberté de parler, modifier suivant le désir du groupe un parcours qui vous sera proposé du jour au lendemain lors d'un briefing chaque soir. Quoi qu'il en soit attendez-vous à un choix d'itinéraires variés ou vous en prendrez plein les yeux et un peu dans les jambes !

Les groupes sont composés de 5 à 12 personnes maximum

Le prix du voyage présenté ci-dessus ne peut prendre en compte tous les paramètres spécifiques possibles tels que les départs de province, les retours différés, l'évolution du prix des taxes aériennes, supplément aérien en fonction de la disponibilité sur les vols.

Le prix comprend

— Les taxes de séjours
— Les téléphériques du jour 2 et jour 4
— Les transferts terrestres nécessaires au déroulement du voyage (8 pers en minibus) sur place
— La pension complète, sauf le pique-nique du premier jour
— L'hébergement en hôtel, base chambre double, ou appartements, base double ou triple.
— L'encadrement par un guide-accompagnateur.
— Une trousse de premiers secours.

Le prix ne comprend pas

— Le trajet aller/retour en minibus de Apremont à Canazeï (IT)
(Co voiturage possible (8 places dispo maxi) + 60 €))
— L'assurance, annulation/interruption de séjour/perte de bagages, l'assistance.
— Tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique "Le prix comprend".
— Les boissons

Vos dépenses sur place

— Les entrées des sites touristiques et musées non prévues au programme.
— Les boissons et dépenses personnelles.
— Les pourboires.

Détails du voyage et niveau de difficulté :

Dénivelé moyen : +/- 600 m. 1 journée à +/-1400 m. Randonnée se déroulant sur de bons sentiers en haute montagne, accessible à toute personne en très bonne condition physique. Les bâtons de marche sont vivement recommandés. Passages ponctuels de portions câblées faciles (type via ferrata). Marcheur ayant le pied sur.

Encadrement : Accompagnateur montagne diplômé d'Etat.

Hébergement : L'hébergement en hôtel, base chambre double, ou appartements, base double ou triple.

Alimentation : Les petits déjeuners et dîners sont pris à l'hôtel ou refuges. Les repas de midi sont pris sous forme de pique-niques.

ASSURANCE

Conformément à la réglementation, nous sommes assurés en Responsabilité Civile Professionnelle. En aucun cas nous ne pouvons-nous substituer à votre Responsabilité Civile Personnelle. Vous êtes assuré uniquement lors des randonnées. Nous ne sommes pas responsables si un problème survient dans les hébergements, transports, restaurants…

Votre Matériel de randonnée

Généralités:
Conseil: munissez-vous d'un ou deux grands sacs poubelle pour parer à tout imprévu d'étanchéité.

La tête:
Un chapeau ou casquette, lunettes de soleil UV3 mini.

Le corps:
Deux tee-shirt (un de rechange) évacuant la transpiration combiné à une polaire fine plus une veste type Gore Tex sont l'idéal. Plusieurs couches de vêtements valent mieux qu'une grosse, mais n'interposez pas de coton (conservant l'humidité) dans des couches suivant une logique d'évacuation de l'humidité car ce même coton annulerait la fonction des autres couches…

Les jambes:
pantalon/short.

Les pieds:
Les chaussettes de randonnée sont plus amortissantes, évacuent mieux la transpiration. Elles durent bien plus longtemps aussi ! Deux ou trois paires suffisent puisque vous pouvez les laver vite fait sous la douche.
Chaussures de randonnée légères ou baskets bien crantées pour les personnes sans soucis de chevilles.

A emporter pour la nuit:
Nécessaire de toilettes tout le reste est compris dans l'hôtel (serviette, savon…).

Dans votre sac à dos:
Vos affaires de la journée (appareil photo, crème solaire, pique-nique, eau...).

Votre Matériel Technique

A prendre:
Un sac à dos 20/25 litres avec larges bretelles et sangle ventrale. Une paire de bâtons de randonnée (télescopiques) est conseillée. Lampe frontale

Pharmacie Personnelle

Elastoplast 6 cm de large, Compeed, Savon de Marseille et Biafine, aspirine ou doliprane, crème solaire et stick à lèvres sont à prendre avec le petit nécessaire .

Formalités

Carte nationale d'identité ou passeport OBLIGATOIRE. L'Euro est la monnaie locale. Carte de sécurité sociale européenne conseillée.

Électricité : 230V Vous n'aurez pas à prévoir un adaptateur pour vos équipements électroniques