

Provence

ILES D'OR ET MASSIF DE L'ESTEREL : MERVEILLES DU LITTORAL AZURÉEN

Code voyage : **FMDOR_PP**



RANDONNÉE

A partir de **1 075 €**



Voyage en petit groupe



Niveau : **2/5**



6 jours

Voici un séjour haut en couleurs entre le bleu azur de la Méditerranée, le sable blond de Porquerolles, le vert intense de Port Cros ou encore le rouge et ocre du massif de l'Esterel : de véritables pépites méditerranéennes à parcourir en randonnées faciles !

Incontestables merveilles du littoral français, les îles d'Or forment un parc national composé de Porquerolles et de Port Cros. Ces deux îles aux identités et aux paysages variés sont idéales pour la découverte à pied. La combinaison du soleil et de la mer leur a donné un des climats les plus doux de France et une végétation toujours verte et exubérante.

Au départ du Lavandou, nous parcourons des sentiers littoraux où couleurs et senteurs rivalisent de douceur et d'éclat. Notre voyage se poursuit sur les îles d'Or avec la découverte de Porquerolles avec ses sentiers bordés d'eucalyptus, ses plages paradisiaques et harmonieusement découpées et son village atypique... puis Port-Cros, la sauvage et la préservée située en cœur de parc national où la découverte en randonnée peut être ponctuée par une baignade ludique le long des sentiers sous marins qui bordent certaines criques et nous permettent de découvrir les fonds marins foisonnants. La seconde partie du séjour nous emmène découvrir un autre joyau du littoral azurien: le massif de l'Esterel. Nous randonnons deux jours dans ce décor sublime où les roches rouges se jettent dans la grande bleue en alternant entre sentier côtier et sentier en altitude.

C'est donc une immersion active dans les paysages les plus spectaculaires et variés de la côte azurienne que nous vous proposons avec ce séjour.



POINTS FORTS

- Le charme des îles d'Or : Port Cros et Porquerolles
- Les couleurs extraordinaires du massif de l'Esterel
- Des randonnées côtières à la découverte des îles

Jour par jour

JOUR 1

ACCUEIL AU LAVANDOU, AUX PORTES DE LA CÔTE D'AZUR

Accueil en début d'après midi à votre hébergement. Installation puis petite randonnée de mise en jambes jusqu'au village de Bormes les Mimosas.

DÉTAIL

Marche : 2h

Hébergement : Gite,
Ou Hotel

Petit-déjeuner : libre

Déjeuner : libre

JOUR 2

PRESQU'ÎLE DE GIENS

Un court transfert au milieu des salins de la presqu'île et de ses flamants roses nous conduit au départ de notre première randonnée. Nous partons sur le sentier du littoral à la découverte de la presqu'île de Giens avec ses criques et ses calanques. Sur ce petit bout de terre découpé par les vents, nous observons une géologie très particulière et une végétation riche en senteurs.

DÉTAIL

Marche : 4h

Dénivelé positif :
320 m

Dénivelé négatif :
320 m

Hébergement : Gite,
Ou hotel

JOUR 3

ILE DE PORQUEROLLES

Notre journée démarre avec une belle traversée en bateau pour rejoindre l'île de Porquerolles (50 minutes de traversée). L'arrivée sur l'île avec son absence de route et son climat doux nous immerge immédiatement dans une ambiance de détente et de déconnexion. Nous partons sur un des nombreux sentiers alternant passages dans la pinède, les eucalyptus et les vignobles intérieurs puis sur des sentiers côtiers le long des forts et des superbes plages paradisiaques de la côte nord ou des criques plus sauvages et minérales de la côte sud. En fin de journée, nous flânons dans le joli village avant de rejoindre la presqu'île de Giens et notre hébergement pour une dernière nuit sur place, l'occasion de profiter des spécialités locales comme l'anchoïade ou l'artichaut à la barigoule.

DÉTAIL

Marche : 4h30

Dénivelé positif :
240 m

Dénivelé négatif :
240 m

Hébergement : Gite,
Ou hotel

JOUR 4

PARC NATIONAL DE PORT CROS

Aujourd'hui nous reprenons le bateau et traversons la rade jusqu'à l'île de Port Cros (1h de traversée). Cette île, Parc National depuis 1963, offre un espace naturel protégé, véritable paradis écologique. Les différents itinéraires de randonnée nous permettent de jouir de toute la variété des paysages de l'île dans une ambiance des plus sauvage. Les pauses en bord de mer seront l'occasion de s'initier au snorkeling afin de parcourir l'un des sentiers marins de l'île et partir ainsi à la découverte des superbes fonds marins et de sa faune si riche, qui ont rendu le secteur si réputé chez les plongeurs. Retour en bateau sur la presqu'île de Hyères et transfert vers le massif de l'Esterel en fin de journée pour les deux dernières nuits.

DÉTAIL

Marche : 4h30

Dénivelé positif :
220 m

Dénivelé négatif :
220 m

Hébergement : Gite,
Ou hotel

JOUR 5

MASSIF DE L'ESTEREL : LES BALCONS DE CAP ROUX

Le rouge des roches, le bleu de la mer et le vert de la pinède met immédiatement nos sens en éveil lorsqu'on découvre ce massif qui est le prolongement continental des célèbres calanques de Piana en Corse. Nous partons à sa rencontre aujourd'hui avec une randonnée qui nous mène depuis le bord de mer et la superbe baie d'Agay jusqu'aux hauteurs du Pic du Cap Roux par un sentier en balcon des plus enchanteur. Nous longeons une multitude de rochers aux formes étonnantes et à la couleur éclatante qui se jettent dans la mer en nous fauflant entre les chênes lièges et les arbusiers avant de retrouver le bord de mer et notre hébergement. Dîner libre pour cette dernière soirée.

DÉTAIL

Marche : 5h

Dénivelé positif :
550 m

Dénivelé négatif :
550 m

Hébergement : Gite,
Ou hotel

Dîner : libre



Petite randonnée sur le sentier côtier qui conduit au cap Dramont et son île d'Or, l'un des plus beaux sites de l'Estérel avec de superbes vues sur les baies d'Agay et de Saint Raphaël, le massif de l'Estérel et l'île d'or. Nous rejoignons ensuite la gare d'Agay où se termine notre séjour (en fin de matinée).

Marche : 2h**Dénivelé positif** :

170 m

Dénivelé négatif :

170 m

Déjeuner : libre**Dîner** : libre

À NOTER

- Cet itinéraire est fourni à titre indicatif : suivant les conditions météorologiques et opérationnelles, votre guide accompagnateur peut en effet modifier cet itinéraire, pour votre sécurité et celle du groupe.
- Installée dans les Alpes depuis de nombreuses années, notre agence locale vous garantit une expérience de voyage actif réussie, grâce à nos guides et à nos infrastructures logistiques. Pendant votre voyage, vous êtes accompagné par nos guides d'aventure, mobilisés à 100% pour vous faire découvrir des endroits insolites en pleine nature. Laissez-vous guider...
- Afin de vous offrir un plus grand nombre de départs garantis, ce voyage est proposé chez Huwans et Atalante, partenaires sur ces départs.
- Attention les jours de vent violent, les traversées pour les îles de Port Cros ou de Porquerolles peuvent être annulées par les compagnies maritimes. Si le temps et le déroulement de la randonnée le permettent, nous ferons notre possible pour que vous puissiez aller sur ces îles un autre jour.
- Important: du 21 juin au 20 septembre, les accès aux massifs forestiers du Var sont réglementés par arrêté préfectoral. En fonction du niveau de danger, l'accès peut être autorisé, réduit de 6h à 11h voire totalement interdit. Si ces circonstances se présentent lors d'un séjour programmé sur cette période, nous organiserons une randonnée dans un autre massif qui restera ouvert.

Dates & prix

AUCUN DÉPART N'EST PRÉVU POUR L'INSTANT

(informations au 26/04/2024)

Le prix comprend

- L'hébergement en chambres twin ou doubles en hôtels 2*
- Les pique-niques le midi du J02 au J05
- Les dîners du J01 au J04 (le dîner du J05 est libre)
- Les traversées en bateau Le Lavandou/ Porquerolles (A/R) et Le Lavandou / Port Cros (A/R)
- Le transport des bagages
- Les transferts routiers prévus au programme
- L'encadrement par un accompagnateur en montagne
- L'organisation technique du séjour

Le prix ne comprend pas

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne
- Les frais d'acheminement A/R jusqu'au lieu de RDV
- Les vivres de course (snacks : barres de céréales, fruits secs, etc ...)

À payer sur place

- Les boissons
- Les dépenses personnelles
- Les pourboires
- Les visites éventuelles
- Le dîner du J05



Assurances au choix

- **Assurance multirisque** : 4,1 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque avec extension épidémie** : 5,1 % du voyage par personne
- **Assurance premium (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.)** 5 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque premium avec extension épidémie (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.)** : 6,1 % du voyage par personne

Pour ce voyage, nous vous recommandons notre assurance multirisque, spécialement étudiée pour le voyage d'aventure.

Options

- Le supplément chambre individuelle pour tout le séjour (sur demande et sous réserve de disponibilité) = 250€
- Nuit supplémentaire au Lavandou en chambre double et petit déjeuner: 55 € par personne.
- Nuit supplémentaire au Lavandou en chambre individuelle et petit déjeuner: 95€ par personne.
- Nuit supplémentaire à Agay ou Saint Raphael en chambre double et petit déjeuner: 70 € par personne.
- Nuit supplémentaire à Agay ou Saint Raphael en chambre individuelle et petit déjeuner: 140 € par personne.

Détail du voyage

NIVEAU

Séjour en étoile à partir de 2 hébergements. Randonnées faciles, principalement des sentiers côtiers avec faibles dénivellations, sans difficulté technique. Le J05 (dans le massif de l'Esterel) est un peu plus soutenu avec Denivelés D+/- 550m.

ENCADREMENT

Notre randonnée est encadrée par un accompagnateur en montagne

Il a été choisi pour son expérience de terrain, sa connaissance spécifique d'une aire géographique et de la culture s'y rattachant, ainsi que pour sa passion à faire découvrir sa région.

ALIMENTATION

Vous découvrirez les spécialités du pays.

Les petits déjeuners sont pris à l'hôtel.

Les déjeuners sont pris sous forme de paniers pique-niques préparés par notre accompagnateur et consommés sur le terrain.

Ils se composent en général d'une salade, de charcuteries, de fromages et de fruits de saison.

Les dîners sont pris au restaurant ou à l'hôtel ou gîte.

N'oubliez pas d'apporter vos couverts et boîte pique nique pour les déjeuners!

HÉBERGEMENT

Hébergement en chambres twin ou doubles à partager à Hyères ou au Lavandou et à Agay ou Saint Raphael.

HEURE ET LIEU DE RENDEZ-VOUS

Rendez-vous le dimanche à 14h00 à l'hébergement à Hyères (83).

DISPERSION

Dispersion le vendredi vers 11h30 à la gare d'Agay (83).

Pour les participants venus en train à Hyères : Train retour pour Hyères (compter env 2h et minimum 20€)

DÉPLACEMENT

A pieds et transports publics locaux et/ou transferts taxis (selon taille du groupe). Traversées maritimes en bateau pour se rendre sur Porquerolles et Port Cros.

Pour votre bagage principal : prévoyez un bagage (un seul par personne) souple de type sac de voyage ou de sport (valise interdite) et d'un poids raisonnable (12 kg maximum).

La journée vous ne portez que votre sac à dos (30L minimum conseillé) contenant vos effets personnels utiles à la randonnée (pique-nique, vêtements chauds, gourde...)

POURBOIRES

Il s'agit d'une pratique usuelle et non obligatoire. Selon votre satisfaction à la fin de votre voyage, il est d'usage de donner un pourboire à votre guide et à l'équipe locale. Il doit être adapté en fonction du niveau de vie du pays et de la durée de votre voyage. C'est votre geste d'appréciation par rapport à la prestation reçue.

Equipement

MATÉRIEL FOURNI SUR PLACE

Un matériel collectif (cartes, pharmacie...) est prévu par l'encadrement.

VÊTEMENTS À PRÉVOIR

Des pieds à la tête :

- Chaussures de randonnée : elles sont les meilleures amies du marcheur, et doivent réunir deux qualités : solidité et bonne tenue du pied et de la cheville (tiges hautes). Evitez les chaussures neuves, les ampoules pourraient vous gâcher votre randonnée,
- Sandales ou Tennis pour le soir
- Sandales en plastique pour aller dans l'eau
- Chaussettes : type bouclette ou équivalent pour la rando
- Pantalon de toile légère,
- Short ou bermuda,
- Maillot de bain,
- Petite serviette de bain,
- Chemises ou T-shirts légers pour la journée, type Carline très efficace car confortable, léger, évacuant rapidement la transpiration chaudes, souples, confortables et légères. D'autre part elles sèchent très rapidement
- Polaire ou Pull chaud,
- Coupe-vent en Goretex ou Micropore,
- Cape de pluie fermée avec des manches et sans pressions ou Kway
- Lunettes de soleil et son étui rigide,
- Chapeau ou casquette ou buff.

Rechange : Sous-vêtements, Tee shirts, pull, pantalon, short, lunettes de vue...

EQUIPEMENT À PRÉVOIR

- Nécessaire de toilette
- Crème de protection solaire (visage et lèvres).
- Une assiette, un couteau, couverts, gobelet pour les pique-niques.
- Gourde ou thermos de 2 litres minimum.
- Bloc-notes, tenir un journal est une grande activité des trekkers.
- Boules Quiés
- Un équipement photo, une paire de jumelles.

BAGAGES

Vous prévoyez 2 sacs :

- un sac de voyage souple par personne qui contient l'ensemble de vos affaires de la semaine. ATTENTION le poids ne doit pas dépasser 12KG. Valise INTERDITE.
- un petit sac à dos (30/35l env) qui contiendra les affaires de la journée : gourde, appareil photo, cape de pluie, vêtement chaud et pique-nique du midi.

PHARMACIE

Votre accompagnateur dispose d'une pharmacie de première urgence. Toutefois, il est recommandé d'emporter vos médicaments personnels et aspirine, double-peau, élastoplast, pansements, désinfectant local, crèmes après solaire, compresses etc...

Formalités & santé

PASSEPORT

Non

VISA

Non

CARTE D'IDENTITÉ

Non

VACCINS

Non

RECOMMANDATIONS SANITAIRES

.