

ITALIE

Randonnée dans les Pouilles

À partir de
1 345 €

EN RÉSUMÉ

SPOT	Les Pouilles
DURÉE	7 jours
NIVEAU	Intermédiaire
PÉRIODE IDÉALE	Mai à août

LES SPORTS

Randonnée

EN QUELQUES MOTS

Les Pouilles, la porte de l'orient, une terre fascinante, riche et généreuse qui a vu le jour grâce à l'histoire et au mélange de civilisations et de cultures. Toute l'histoire des Pouilles est marquée par les traversées, les invasions et les conquêtes. C'est une histoire d'échanges et de dialogues entre différentes civilisations, cultures et croyances religieuses. La région des Pouilles et plus particulièrement le parc national du Gargano, est une mosaïque faite de sable et d'éperons de roche blanche, de végétation luxuriante et d'oliveraies, de collines de blé et de grottes souterraines, de criques sauvages et de minuscules ports de pêche. De Bari, nous débutons notre circuit par la découverte la vallée d'Itria et plus particulièrement par la ville d'Alberobello, classée au patrimoine mondial de l'Humanité, et célèbre pour ses « trulli », ces petites maisons caractéristiques en pierre au toit conique. Puis cap vers les Pouilles sauvages et authentiques, direction le Gargano. Nous randonnons de village en village, dans un paysage doux et vallonée, entre les champs d'oliviers et les forêts de chêne, pour arriver à la mer, où nous nous baladerons sur des sentiers côtiers, en piquant une tête ici et là ! Notre immersion ne serait pas parfaite sans la rencontre des paysans et des locaux, des bergers, reconvertis dans le tourisme en conservant leur âme et leurs traditions. Bienvenus dans les Pouilles !

LES POINTS FORTS

- Une immersion dans le parc national du Gargano, avec des randonnées accessibles à tous
- Visite d'Alberobello, classée à l'UNESCO
- La gastronomie locale à l'honneur
- Transport sur mesure

BUDGET

Période idéale : **mai à août**

Les prix s'entendent par personne, sur la base d'un groupe de 5 personnes minimum.

Sur ce voyage, vous rejoignez un groupe constitué d'individuels comme vous, accompagné par un guide francophone : c'est une bonne façon de découvrir le pays encadré par un professionnel, d'y rencontrer d'autres voyageurs comme vous pour partager vos émotions, de vous laisser porter par le programme, et accessoirement de partager les frais de transport et d'encadrement !

Si vous souhaitez être seul lors de votre voyage et en choisir les contours et les options, vous pouvez nous faire part de cette demande via l'option demande de devis.

LE PRIX COMPREND

- Les transports selon le programme
- L'hébergement en hôtel 3* et bnb de charme souvent en bord de mer
- La pension complète du petit déjeuner du J2 au petit déjeuner du J7 (hors dîner J6)
- Les taxes de séjour
- L'encadrement avec un accompagnateur francophone

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18€ par personne
- L'acheminement jusqu'au lieu de rendez-vous le premier jour et depuis le lieu de séparation
- Les frais d'inscription
- Les vols aller retour et les taxes aériennes

OPTIONS

1. Chambre individuelle
2. Réservation du vol et transfert aéroport
3. Nuit supplémentaire à l'hôtel de Bari
4. Possibilité de réserver l'acheminement en train : 40€ par personne

Vous pourrez sélectionner ces options en cliquant sur "Réserver votre séjour".

JOUR PAR JOUR

JOUR 1
Rendez vous à Bari

TRANSPORT	Train (00h25)
PETIT-DÉJEUNER	libre
DÉJEUNER	libre
DÎNER	libre

Accueil par votre guide à votre hôtel à 19h (si possible). Selon vos horaires d'arrivée, installation à l'hôtel et temps libre pour visiter le centre historique de Bari : Flânez dans les ruelles pavées à la découverte des beautés architecturales telles que la basilique San Nicola, la cathédrale Sainte Sabine ou encore le théâtre Petruzzeli, le quatrième plus grand théâtre italien. Pour ceux qui arrivent tôt, nous vous fournirons un petit guide pour ne rien rater de la ville (à imprimer chez vous). Rendez vous avec votre guide à l'hôtel pour un briefing sur le programme de la semaine. Diner libre et nuit à l'hôtel.
*Transfert aéroport - hôtel inclus si vous avez réservé le vol avec nous.

JOUR 2
Vieste, la perle du Gargano

TRANSPORT	Minibus privatisé (02h45)

Apres le petit-déjeuner, nous partons en minibus pour le parc national du Gargano.
Nous commençons par la découverte du Promontoire au bord de la "Foresta Umbra", une forêt luxuriante et préservée . Déjeuner dans une "Masseria", ferme typique de la région où nous découvrons pour le déjeuner l'excellence des produits gastronomiques issus de la production familiale, dont le fameux fromage "Caciocavallo".
Nous reprenons ensuite notre marche dans les collines, au milieu des vignes, des oliviers et des figuiers, pour arriver à la plage de Vieste, au pied du célèbre Pizzomunno, ce grand monolithe dressé sur la plage qui, selon la légende, est le corps pétrifié d'un jeune pêcheur transformé en pierre à cause de la douleur provoquée par la perte de son amour.
Vieste est la perle du Gargano : un des plus beaux villages de la région, aux ruelles étroites où l'on aime se promener et se perdre, notamment lors de la fameuse "passeggiata". Bâti de pierres calcaires, il offre de magnifiques plages de sable blanc.
Installation à l'hôtel, dîner et nuit à Vieste

JOUR 3
Le chemin des trois plages

TRANSPORT	Minibus privé, Bus public

C'est un "coast to coast" à couper le souffle. Pendant la randonnée d'aujourd'hui vous comprendrez la vrai essence du Gargano : une montagne entourée par une mer turquoise, dans lequel les hautes falaises, déchiquetées par les éléments, plongent dans les eaux cristallines.
Le trajet entre Vignanotica et Baia delle Zagare est considéré comme un des plus belle randonnée en Italie. Il est autrement surnommé le parcours de l'amour : impossible à ne pas tomber amoureux de ce paysage ! Nous arrivons enfin à Baia delle Rose, une plage magnifique, composée des galets de silex.
Retour en bus publique à Mattinata, ou en option en fonction des conditions de la mer et de la saison, tour en bateau pour découvrir les grottes plus belles de la presqu'ile.
Diner et nuit dans un BnB en bord de mer.

JOUR 4
Monte Sant'Angelo - Sentier panoramique

TRANSPORT Bus public (00h40)

Aujourd'hui, nous découvrons le village de Monte Sant'Angelo, plus haut village du Gargano, perché à 800m d'altitude, un village d'un blanc immaculé, semblant venir d'un autre temps. C'est par l'un des chemins les plus antiques du Gargano que nous l'atteindrons, chemin utilisé par les pèlerins qui souhaitaient rejoindre Monte Sant'Angelo, et plus particulièrement le sanctuaire San Michele, plus ancien sanctuaire d'Europe de l'Ouest dédié à l'archange, inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO. En montant au sanctuaire, les pèlerins portaient avec une eux une pierre, dont le poids était proportionel au péché à expier...
Nous évoluons sur un sentier panoramique, immergé dans la nature et le paysage typiquement "garganico".
Retour à Mattinata en bus public, temps libre pour une balade dans le village, au port, ou pour une baignade !

JOUR 5
Monte Saraceno - Alberobello

TRANSPORT Minibus privé

Au départ de notre hébergement, nous débutons notre très belle balade côtière sur un vieux chemin, à la découverte d'une nécropole Daunienne du XI siècle avant Jésus-Christ, située en surplomb dans la mer sur le monte Saraceno. Vue à couper le souffle sur toute la côte et la plaine de Mattinata, entourée par une mer d'oliviers.
Après le pique-nique transfert en bus privé vers Alberobello, le village des "Trulli".
Alberobello est la ville la plus représentée lorsque l'on parle de la région des Pouilles.
Les trulli sont des petites constructions aux toits coniques, qui servaient d'habitat temporaire ou permanent aux paysans et ouvriers agricoles. Ces toits sont faits de pierre sèche, sans mortier, de manière à pouvoir les détruire et les reconstruire à volonté.
Le processus de transformation et de réhabilitation des trulli, en respectant l'originalité du bâtiment, a permis à Alberobello d'être classée au patrimoine mondial de l'Humanité.
Installation dans un hôtel, diner et nuit à Alberobello.

JOUR 6
Ostuni, la ville blanche - Bari

TRANSPORT Minibus privé (02h00)
DÎNER libre

Transfert en minibus vers Ostuni « la ville blanche », située à quelques kilomètres de la mer, au sommet d'une colline solitaire. Visite du centre historique et de l'élégant dédale de ses ruelles. Les bâtiments sont blanchis à la chaux ce qui donne à cette ville une saveur exotique. Balade autour d'Ostuni et de ses campagnes, à travers les champs des oliviers séculaires qui de par leur taille et leurs forme peuvent être considérés comme de vrais monuments... végétaux !
Nous arrivons dans une "masseria" du XIX siècle. Ensemble nous découvrons avec Mimma, notre hôte, les produits gastronomiques de sa ferme.
Transfert en bus privé à Bari. Nous disons au revoir à notre guide de la semaine. Diner libre et nuit à Bari.

JOUR 7

Bari - Fin du voyage

TRANSPORT	Train (00h25)
PETIT-DÉJEUNER	libre
DÉJEUNER	libre
DÎNER	libre

Fin du voyage et retour en France par vos moyens.
Selon l'horaire de votre vol retour, vous avez la possibilité de visiter le très beau centre historique de Bari, vous balader dans les ruelles à la découverte notamment des mama qui font les fameuses orechiettes, que vous avez eu l'occasion de déguster ! Ou découvrir la basilique San Nicola, le château souabe, la cathédrale Sainte Sabine... Plus pittoresque, et pour les plus courageux, vous pouvez vous lever tôt et profiter d'un petit déjeuner typique de la ville : oursin cru (ou "focaccia") et bière !
*Transfert hôtel - aéroport inclus si vous avez réservé le vol avec nous.

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.

DÉTAIL DU VOYAGE

NIVEAU

3 à 5h de marche ou d'activités physiques par jour. En montagne, dénivelés de moins de 600m sauf pour J4 dénivelé positif 700m, et dénivelé négatif de 700m pour les J2 et J3. Vous pratiquez occasionnellement la marche.

ENCADREMENT

Accompagnateur italien francophone, spécialiste de la région. Dans tous les cas, il a été choisi pour son expérience du terrain sa connaissance spécifique d'une aire géographique et de la culture s'y rattachant et pour sa passion à faire découvrir le pays.

Il faut savoir qu'en Italie un guide de randonnée n'est pas autorisé pour faire des visites guidées des sites archéologiques, monuments, musées, villas et jardins (Rome, Florence, Sienne, Pise, Assise, Milan , îles Borromées, villas et jardins du lac de Côme, Pompéi et Herculanum) par conséquent, votre guide vous accompagnera mais les visites seront libres sauf s'il est prévu expressément un guide culturel dans la fiche technique

ALIMENTATION

Pique nique le midi et dîners le soir.

Vous aurez certainement l'occasion de goûter à la gastronomie locale à Alberobello : les "orechiette" (ce sont des pates), souvent cuisinées avec des polpettes qui sont des boulettes faites avec de la mie de pain, du persil, du fromage italien, des oeufs.. Ou encore la purée de fèves avec de la chicorée . Le fameux minestrone aussi. L'agneau grillé... Et bien d'autres choses !

Les boissons sont à votre charge, ainsi que l'eau.
En Italie, au restaurant on ne sert pas d'eau en carafe. Il faut acheter des bouteilles.

HÉBERGEMENT

En chambre double ou triple selon disponibilité :

- 4 nuits en hôtels à Bari, Alberobello, et Vieste
- 2 nuits dans un charmant BnB en bord de mer, dans un beau jardin d'agrumes à Mattinata dans le Gargano

HEURE ET LIEU DE RENDEZ-VOUS

A 19h rencontre avec le guide à l'hôtel et briefing sur le voyage. Pour les clients arrivant après 19h, un second briefing de bienvenue est prévu à 21h00 à l'hôtel.
En cas d'arrivée après 21h00, le guide vous appellera ou vous enverra un message sur le téléphone, pour fixer un rendez-vous pour le lendemain matin au petit déjeuner, avec l'ajout de toute information logistique.

ACCÈS AU LIEU DE RENDEZ-VOUS

DE L'AÉROPORT DE BARI A L'HÔTEL ZODIACUS
De l'aéroport, vous allez rejoindre la gare centrale en train. En sortant de l'aéroport, suivez « Ai treni », descendez puis achetez votre billet de train pour Bari Centrale (5€).
Au bout d'un quart d'heure environ, vous arrivez à la gare. Prenez la sortie Piazza Moro.
Prenez à gauche en longeant la gare des bus. Vous avancez dans la via Raffaele di Cesare, puis arrivez à la piazza Umberto. Continuez tout droit. Au bout de cette place, tournez à gauche dans la via Domenico Nicolai puis tout de suite à droite dans la via Roberto da Bari. Votre hôtel se trouve au numéro 101.
Transfert aéroport inclus si vous avez réservé le vol avec nous.

FIN DU SÉJOUR

A l'hôtel dernier jour, après le petit déjeuner.
*Transfert hôtel - aéroport inclus si vous avez réservé le vol avec nous.

BUDGET & CHANGE

L'Euro est la monnaie locale.

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.
En accord avec votre guide, il pourra se charger de répartir cette somme à l'ensemble de l'équipe de manière équitable.

BAGAGES ET TRANSFERT

L'ensemble de vos bagages doit être réparti dans 2 sacs :

- Prévoir un sac de voyage souple à fermeture éclair latérale de 15 Kg maximum. Pendant le trekking, il contiendra les affaires que vous n'utiliserez pas pendant la journée et que vous retrouverez le soir.
- Un petit sac à dos (contenance environ 40 l) pour vos affaires de la journée : pull,
- T-shirt de rechange, gourde, lunettes, petit matériel, etc...

EQUIPEMENT

EQUIPEMENT À PRÉVOIR

- Une paire de lunettes de soleil.
- Un couteau type suisse, une gourde ou thermos (1l min) à défaut une bouteille en PET.
- Une petite boite en plastique hermétique et les couverts pour les pique-nique, 1 gobelet.
- Affaires de toilette minimum et serviette.

PHARMACIE

Votre accompagnateur disposera d'une pharmacie de première urgence pendant le circuit. Toutefois, il est recommandé aux participants d'apporter leurs médicaments : aspirine, antiseptique intestinal, petits ciseaux, tricostéril, crème de protection solaire visage et lèvres...
Pensez également à vos pieds : élastoplast, éosine, etc...
NB : Il n'y a pas d'antibiotiques "courants" dans la pharmacie commune. Aussi chaque participant doit apporter, s'il le souhaite, son propre traitement en fonction de sa tolérance.

La carte européenne d'assurance maladie (CEAM). Elle permet de bénéficier d'une prise en charge sur place de vos dépenses de santé (soins médicaux et pharmaceutiques, hospitalisations).

Durant l'été, le sud de l'Italie connaît des températures très élevées dont doivent tenir compte les personnes âgées et les familles avec de jeunes enfants, surtout lorsqu'elles circulent en automobile, ou lors de certaines excursions - promenades sur les volcans : Vésuve et Etna - ou visites de fouilles archéologiques.

GUIDE DE VOYAGE

L'ITALIE EN QUELQUES MOTS

Concilier Dolce Vita et vacances actives : c'est la promesse (tenue) d'un voyage en Italie !

Dotée d'un patrimoine culturel incroyable, la péninsule italienne dispose aussi d'un formidable terrain de jeu naturel. Montagnes grandioses, littoraux magnifiques, îles et paysages volcaniques, tous les ingrédients sont là !
Au nord, la chaîne alpine vous attend pour randonner dans les magnifiques décors des Dolomites. Passez au pied des parois mythiques qui ont fait l'histoire de l'alpinisme.

Dans un style plus hédoniste, la Toscane vous accueille, avec ses paysages typiques classés au patrimoine mondial de l'UNESCO et son art de vivre légendaire.
Pour ceux qui préfèrent la mer, direction les Cinque Terre et les sentiers en balcon qui mènent de villages en villages, ou encore la Côte Amalfitaine, la fascinante ville de Naples, sa richesse historique incroyable, sans oublier l'incontournable Capri.

Les tempéraments explosifs seront conquis par les îles éoliennes, avec leurs volcans actifs fascinants et leurs ascensions sportives.
Et pourquoi pas la Sicile ou la Sardaigne ?

Enfin, après une journée à vous dépenser au grand air, il sera temps de déguster les incontournables spécialités italiennes pour reprendre des forces : pasta, pizza, mozzarella et tutti ... Chianti !

LANGUES

La langue officielle du pays est l'**italien**,
De nombreux dialectes sont encore pratiqués, mais ils n'ont aucun statut officiel.

ÉLECTRICITÉ

En Italie on utilise des prises de type F / L. Prise type F peut être utilisée aussi avec la fiche mâle C et E. La prise de courant L peut être utilisée aussi avec une prise plate type européenne (C). Pour les autres appareils, vous aurez besoin d'un adaptateur ou d'une multiprise de voyage. Le voltage et la fréquence électrique utilisés en Italie sont les mêmes qu'en France : 230 V et 50 Hz. Vous pouvez donc utiliser tous vos appareils.

MONNAIE

L'euro a remplacé l'ancienne monnaie nationale, la lire italienne, le 1er janvier 1999 (entrée dans la zone euro) au taux de conversion de 1 euro = 1936,27 lires.