

Cinque Terre – 5 joyaux de la riviera Italienne, Italie



Partez à la découverte de cinq villages nichés en terre et mer, et du golfe des poètes entre Portofino et Porto Vénéré. Cinq villages uniques, Monterosso al Mare, Vernazza, Corniglia, Manarola et Riomaggiore, classés au Patrimoine mondial de l'humanité. Nous parcourons des sentiers suspendus au-dessus de la mer et traverserons de petites criques. Nous apprécierons la vie séculaire de ces villages de pêcheurs de la côte Ligure.

Dates et heures	Début du séjour : le 25/04/2021 à 18 h Fin du séjour : le 01/05/2021 à 9 h
Niveau technique requis	Niveau technique : 2 sur une échelle de 1 à 5 Niveau physique : 2 sur une échelle de 1 à 5 Niveau minimal exigé : 2 Temps de marche : Jour 2 – 6 h 00 / Jour 3 – 5 h 00 / Jour 4 – 5 h 00 / Jour 5 – 5 h 30 / Jour 6 – 5 h 30. Dénivelées : Jour 2 +700 m -700 m / Jour 3 +500 m – 500 m Jour 4 + 500 m - 500 m / Jour 5 + 600 m – 600 m / Jour 6 + 600 m - 600 m. Portage des bagages : non
Encadrement	Nom : CENES Stéphane Diplôme : Accompagnateur en montagne spécialisée du milieu méditerranéen Tél. mobile : 06 10 79 89 97 E-mail : trek@eskapad.info
Taille du groupe	Nombre minimum requis : 6 participants Nombre maximum requis : 14 participants
Type d'hébergement	Hôtel ** en chambre double ou triple. Séjour conditionné sous réserve de disponibilité de l'hôtel.
Repas	Séjour en pension complète avec demi-pension à l'hôtel et pique-nique sorti du sac le midi.
Moyens de transport	Transport en train et bateau
Formalités	Formalités de police : - pièce d'identité obligatoire en cours de validité Formalités sanitaires : Afin de réaliser ce séjour de randonnée dans les meilleures conditions, nous vous conseillons d'effectuer au préalable un bilan médical chez votre médecin généraliste pour confirmer votre aptitude à la randonnée en montagne.

	<p>COVID 19 : Appliquer les mesures en vigueur au moment du séjour imposées par le gouvernement ou la région. Respecter les mesures barrières et la distanciation physique. Porter un masque en complément quand la distance d'un mètre ne peut pas être respectée.</p> <p>Informations à communiquer à l'agence avant le séjour :</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Nom / Prénom / Adresse postale / adresse e-mail à l'inscription en ligne <input type="checkbox"/> Numéro de téléphone portable que vous aurez lors du séjour <input type="checkbox"/> Nom et numéro de la personne à contacter en cas d'urgence <input type="checkbox"/> Copie document d'identité <input type="checkbox"/> Si non souscrite auprès de l'agence, copie attestation d'assurance Rapatriement (avec nom de l'assurance, numéro du contrat, numéro de téléphone 24/24)
Date, lieu et heure du rendez-vous	Le samedi à 18 h à la gare des trains de Moneglia. A l'hôtel pour ceux qui arriveraient plus tôt.
Moyen d'accès au rendez-vous	Par vos propres moyens.
Date, lieu et heure de dispersion	Le samedi matin à 9h après le petit déjeuner
Climat ou météo	Climat de type méditerranéen
Description de l'itinéraire	<p>Jour 1 : Rendez-vous ou à la gare des trains selon l'heure de votre arrivée. Possibilité de déposer les bagages à l'hôtel pour ceux qui arriveraient plus tôt.</p> <p>Jour 2 : Presqu'île de Portofino Transfert en train jusqu'à Camogli et découverte de la presqu'île de Portofino. Passage par la crique de San Fruttuso di Camigli. Retour en train à Moneglia</p> <p>Jour 3 : Moneglia – Bonassola Départ à pied de Moneglia par un sentier au-dessus de la mer. Nous gagnons les petits villages de Déiva Marina et de Framura. Nouveau sentier en balcon jusqu'à Bonassola. Retour en train jusqu'à Moneglia</p>

	<p>Jour 4 : Bonassola – Monterosso al Mare Train jusqu'à Bonassola. Nous gagnons Levanto puis grimpons au Monté Focone à 486 mètres. De là nous rejoignons Punta Mesco qui offre une magnifique sur les villages des Cinques Terres. Retour en train à Moneglia depuis Monterosso Al Mare.</p> <p>Jour 5 : Monterosso al Mare - Riomaggiore Retour en train à Monterosso al Mare (15'). C'est journée Cinque Terre. Nous passerons par les fabuleux villages de Vernazza, Corniglia et Manarola pour rejoindre Riomaggiore</p> <p>Jour 6 : Riomaggiore – Portovenere Train jusqu'à Riomaggiore. Nous allons grimper jusqu'au monte della Madona pour rejoindre le petit village de Campiglia. Descente jusqu'à Portovenere par un sentier en balcon offrant une vue sur tout le golfe de La Spezia. Retour en bateau jusqu'à Monterosso al Mare, puis en train jusqu'à Moneglia</p> <p>Jour 7 : Fin de séjour et dispersion après le petit déjeuner à Moneglia</p> <p>Il n'est bien sûr qu'indicatif, il nous faudra nous adapter aux aléas de la météo ainsi qu'aux conditions de la montagne et des participants. En dernier ressort, l'encadrant reste seul juge du programme qu'il peut modifier en raison d'impératifs de sécurité.</p>
Prix total	730 € / personne
Suppléments et prestations complémentaires	Supplément chambre single, nous consulter, sous réserve de disponibilité. A prévoir, non compris dans le prix : le transfert bateau de Portovenere à Monterosso Al Mare (environ 24 €), le Pass randonnée Cinque Terre (environ 8 €).
Le prix comprend	Les éléments décrits ci-dessus concernant : l'hébergement en hôtel ** en demi-pension (hors vin et boissons), les pique-niques du midi, l'encadrement par un accompagnateur en montagne, les transferts en train du jour 2 au jour 5.
Le prix ne comprend pas	Le transfert bateau de Portovenere à Monterosso Al Mare (environ 24 €), le Pass randonnée Cinque Terre (environ 8 €), les boissons et dépenses personnelles, votre transport aller et retour jusqu'à et depuis Moneglia, les assurances

	personnelles, les boissons, l'équipement personnel, les frais de formalités de police et sanitaires et tout ce qui n'est pas mentionné dans le descriptif du séjour.
Modalités et mode de paiement	Acompte de 30 % à l'inscription Solde à 30 jours du départ Règlements acceptés par virement bancaire, carte bancaire, chèque à l'ordre de Vanoise Voyages ou « chèques-vacances » ANCV La facture finale vous sera envoyée après le séjour.
Assurances	Chaque participant doit être titulaire d'une responsabilité civile ainsi que d'une garantie individuelle multirisque dans le but de se protéger des incidents ou accidents pouvant survenir avant ou pendant la randonnée ou le voyage. Si nécessaire, nous vous proposons plusieurs formules d'assurances, sous réserve que votre domicile est en Europe Occidentale ou dans les Dom : <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> ASSISTANCE : rapatriement / frais de secours et de recherche à 1 % du montant du voyage, <input type="checkbox"/> ANNULATION à 3,5 % du montant du voyage <input type="checkbox"/> Dans le cas d'achat des deux formules, Assistance + annulation à 4,5 %, vous serez également couvert pour l'interruption de séjour, en cas de rapatriement par notre contrat Europ Assistance. Dispositions Générales d'Assurance sur brochures Europ Assistance.
Equipement personnel à prévoir	Equipement de base <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Un sac à dos 20 à 30 litres <input type="checkbox"/> Une veste en polaire type Polartec (si possible coupe-vent) ou Wind Pro (excellent rapport poids/isolation). <input type="checkbox"/> Une veste légère imperméable et respirante type Goretex. <input type="checkbox"/> Un pantalon de trek deux en un (pouvant aussi faire short) <input type="checkbox"/> Un short léger <input type="checkbox"/> Tee-shirts manches courtes et/ou longues, légers et respirants. <input type="checkbox"/> Paires de chaussettes de marche avec renfort aux talons et sur l'avant du pied. <input type="checkbox"/> Une casquette ou un chapeau. <input type="checkbox"/> Des lunettes de soleil (indices au 3 minimum). <input type="checkbox"/> Une gourde, 2 litres minimum (ou poche à eau, pipette). <input type="checkbox"/> Un couteau de poche.

- Une pharmacie individuelle réduite au minimum.
- Un ou deux paquets type Kleenex
- Un kit pique-nique

Chaussures et matériel technique

- Des chaussures imperméables, à tige montante et semelle offrant une bonne adhérence
- Des bâtons de marche télescopiques (facultatifs).

Liste non exhaustive