

ITALIE

RANDONNEE AUX CINQUE TERRE

(niveau débutant)

Pour la Mutuelle Entraîn

Du 2 au 9 octobre 2022



**Entre Levanto et La Spezia, les Cinque Terre font partie des plus belles régions d'Italie !
Il s'agit de cinq villages médiévaux qui dégringolent vers la mer, dos aux pentes escarpées, ou blottis au ras de collines sculptées de terrasses en étages. Leurs noms :
Monterosso al Mare, Vernazza, Corniglia, Manarola et Riomaggiore. Inscrits au patrimoine de l'Unesco, les villages des Cinque Terre doivent se découvrir à pied en empruntant les sentiers de randonnée qui les relient les uns aux autres.**

ATC (Association Touristique des Cheminots) ROUTES DU MONDE

9 rue du Château Landon, 75010, Paris Tél : 01 55 26 93 70 – Télécopie 01 58 20 51 24 – courriel : commercial@atc-routesdumonde.com
Association immatriculée au Registre des Opérateurs de Voyages et de Séjours, sous le n° IM 075110072 par ATOUT France (Ministère du Tourisme) et
comme Association Nationale d'Education Populaire, sous le n° 1959-5, par le Ministre de la Jeunesse et des Sports.
SIREN : 775 678 352 – SIRET : 775 678 352 01191 - APE siège : 5510 Z - N° TVA : FR 24775 678 352

VOTRE PROGRAMME :

JOUR 1 : VOTRE VILLE D'ORIGINE / REGION DE LA SPEZIA

Arrivée par vos soins en cours de journée à l'hôtel dans la région de La Spezia.

Installation à l'hôtel. Rencontre avec votre accompagnateur local pour le briefing sur le déroulement du séjour autour d'un apéritif.

Dîner et logement.

JOUR 2 : LEVANTO-MONTEROSSO

Dénivelé 330 mètres- 3 heures de marche

Petit déjeuner et départ en bus de ligne en direction de La Spezia.

Rendez-vous à la gare avec le guide alpin/randonneur local et départ par le train vers Levanto.

Randonnée Levanto-Monterosso.

Déjeuner sous forme de panier-repas en cours d'excursion.

Train Monterosso - La Spezia + bus jusqu'à l'hôtel.

En soirée dîner et logement à l'hôtel.

JOUR 3 : CORNIGLIA-VOLAISTRA-GROPPO-MANAROLA

Dénivelé 370 mètres- 3H30 heures de marche

Petit déjeuner et départ en bus de ligne en direction de La Spezia.

Rendez-vous à la gare avec le guide alpin/randonneur local et départ par le train vers Corniglia.

Randonnée Corniglia-Volastra-Groppo avec dégustation à la coopérative agricole du village et continuation vers Manarola.

Déjeuner sous forme de panier-repas en cours d'excursion.

Train Manarola - La Spezia + bus de ligne jusqu'à l'hôtel.

En soirée dîner et logement à l'hôtel.

JOUR 4 : SANCTUAIRE MONTENERO + RIOMAGGIORE

Dénivelé 340 mètres- 3H30 heures de marche

Petit déjeuner et départ en bus de ligne en direction de La Spezia.

Rendez-vous à la gare avec le guide alpin/randonneur local et départ par le train vers Riomaggiore.

Randonnée jusqu'au Sanctuaire de Montenero et puis visite du borg de Riomaggiore.

Déjeuner sous forme de panier-repas en cours d'excursion.

Train Riomaggiore - La Spezia + bus de ligne jusqu'à l'hôtel.

En soirée dîner et logement à l'hôtel.

JOUR 5 : CARRARA ET PISA

Petit-déjeuner et départ en bus privé en direction de Carrara.

À Carrara rencontre avec le guide local francophone : matinée dédiée à la **visite de la ville aux carrières de marbre**, entrée à la carrière en activité incluse.

Continuation en car en direction de **Pise** et rencontre avec le guide local pour la visite de la **ville avec sa place des Miracles** – hors entrées, navette depuis le parking pour le centre incluse. Écouteurs pendant la visite de Pise inclus.

Déjeuner au restaurant en cours de journée.

En soirée retour en hôtel, dîner et logement.

JOUR 6 : ILE DE PALMARIA – PORTOVENERE

Dénivelé 200 mètres- 3H00 heures de marche

Petit déjeuner et départ en bus de ligne en direction de Portovenere.

Rendez-vous à l'embarquement avec le guide alpin/randonneur local et départ en bateau vers **l'île Palmaria**.

Randonnée sur l'île et tour en bateau autour des 3 îles, avec un retour sur **Portovenere** pour la visite du village et temps libre.

Déjeuner sous forme de panier-repas en cours d'excursion.

Retour en bus de ligne à l'hôtel.

En soirée dîner et logement à l'hôtel.

JOUR 7 : LERICI + TELLARO + VILLAGES

Dénivelé 150 mètres- 2H00 heures de marche.

Petit déjeuner et départ en bus de ligne en direction de Lerici.

Rendez-vous à Lerici avec le guide alpin/randonneur local à disposition pour la journée dédiée à la **randonnée jusqu'à Tellaro et à la visite des villages**.

Déjeuner sous forme de panier-repas en cours d'excursion.

Retour en bus jusqu'à l'hôtel.

En soirée dîner et logement.

JOUR 8 : RETOUR

Petit déjeuner à l'hôtel et check-out.

Retour par vos soins dans votre région.

Fin de nos prestations.

VOTRE HOTEL :

HOTEL LA BAIA 3*, ou similaire

<https://www.baiahotel.com/>

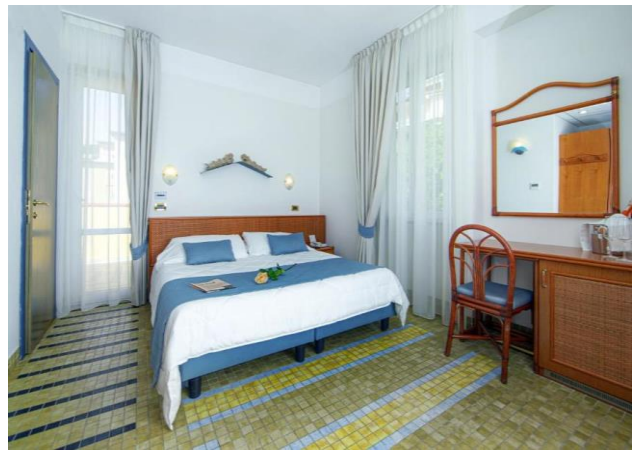
Directement situé sur la mer, l'Hotel Della Baia se trouve dans la baie Le Grazie, à 4 km de Portovenere. Il abrite une piscine extérieure et un restaurant à la carte servant une cuisine méditerranéenne.

Les chambres climatisées sont décorées avec des couleurs claires. Les installations comprennent une télévision et un minibar et certaines chambres possèdent également un balcon surplombant la baie.

Le personnel est à votre disposition 24h/24. Il pourra vous aider à organiser de nombreuses activités de plein air, telles que la plongée sous-marine et avec tuba.

Le Baia Hotel se trouve à 200 mètres d'un arrêt de bus assurant les liaisons avec Portovenere. Le centre-ville de La Spezia est à 20 minutes en voiture.

Adresse : Via Lungomare 111 - Località Le Grazie, 19025 Portovenere, Italie



TARIF TTC PAR PERSONNE

8 jours / 7 nuits – 2 au 9 octobre 2022

Base participants	20	15	10
Tarif adhérents Mutuelle EnTrain	790 €	850 €	960 €
Tarif public	950 €	1 010 €	1 120 €
Supplément single	+200 €		

LE PRIX COMPREND :

- La réunion le jour 1 pour le déroulement du séjour avec apéritif
- 7 nuits en demi-pension en Hôtel 3 * - hors boissons
- 5 déjeuners avec panier repas de l'hôtel en cours des randonnées (1/2 eau incluse)
- 1 déjeuner en restaurant à Carrare ou Pise – hors boissons
- Car privé à disposition pour le jour 5 Carrare et Pise
- Guide randonneur francophone à disposition du groupe pour 5 journées
- Carte Parc + train 5 Terres valable 3 jours
- Carnet de billets ATC bus de ligne (10 billets) La Spezia/province
- 1 demi-journée de visite guidée de Carrara – entrée à la carrière incluse
- 1 demi-journée de visite guidée de Pise – écouteurs inclus
- Navette depuis le parking pour le centre de Pise a/r incluse
- Bateau Portovenere - Ile de Palmaria + tour des 3 Iles /retour à Portovenere
- L'assurance assistance & rapatriement

LE PRIX NE COMPREND PAS :

- Le transport de votre région à l'hôtel, aller-retour
- Le supplément chambre individuelle
- La taxe de séjour locale : +3€ / personne / nuit
- Les pourboires
- Le carnet de voyage papier : + 10 € / carnet en option
- L'assurance multirisques avec extension covid à 3 %
- Les boissons aux repas : supplément 5 € / personne et par repas (¼ vin ½ minérale)
- Les dépenses personnelles et tout ce qui n'est pas indiqué dans le prix comprend

Offre calculée le 09/02/2022, tarif sous réserve de disponibilité au moment de la réservation.

INFORMATIONS & FORMALITES SEJOUR

Concernant les conditions de police et de santé, le voyageur se réfèrera au programme communiqué lors de l'inscription. Toutefois, en raison de l'évolution constantes des mesures sanitaires, il appartient aux voyageurs de vérifier les mesures appliquées par le ou les pays de destination et de la compagnie de transport empruntée avant le départ.

FORMALITES DE POLICE

Pour chaque pays, le ministère des Affaires Etrangères publie des fiches conseils aux voyageurs sur son site internet. Vous y trouverez les dernières recommandations notamment en matière de sécurité, formalités et santé. Les non-ressortissants français ou les binationaux sont invités à consulter le consulat ou l'ambassade des pays de destination.

Nous vous conseillons de consulter jusqu'au jour du départ, les sites de référence

Formalités et durée d'obtention des visas : <https://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs>

FORMALITES SANITAIRES

Les voyages entre la France et les pays étrangers sont possibles selon des modalités qui varient en fonction de la situation sanitaire des pays tiers et de la vaccination des voyageurs. Vous pouvez consulter les sites référencés ci-après pour connaître toutes les informations et recommandations sur les risques sanitaires quel qu'ils soient, du ou des pays visités lors de votre voyage.

Le pass vaccinal est exigé pour les voyages au sein de la France hexagonale, sans correspondance de ou vers l'étranger. Retrouvez les informations sur le pass vaccinal via <https://www.gouvernement.fr/le-pass-vaccinal-mode-d-emploi>.

Pour les voyages à l'étranger, seules les conditions d'entrée de votre pays de destination finale s'appliquent et auxquelles il conviendra de vous conformer. Se renseigner sur : <https://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs>.

De même, il est de votre responsabilité de vous informer au préalable sur les éventuelles restrictions et conditions de retour en France. Dans tous les cas, la réalisation des tests RT-PCR à destination et pour le retour en France relève de la responsabilité du voyageur, et son coût reste à votre charge.

Quant aux autres formalités sanitaires de votre pays de destination, vous pouvez les consulter sur le site : <https://www.pasteur.fr/fr/centre-medical/preparer-son-voyage>

Les Mesures dans les transports :

Jusqu'à nouvel ordre, le port du masque est obligatoire dans les gares et aéroports français et la majorité des aéroports étrangers ainsi qu'à bord des trains et avions, pour toute la durée du voyage. Attention ! La majorité des compagnies aériennes exigent le port d'un masque dit « chirurgical » et certains pays imposent le port de masque de type FFP2 à l'aéroport et à bord. Veuillez vérifier le type de masque requis pour votre voyage sur <https://www.traveldoc.aero/>

Les masques en tissu dits « grand public » ne sont pas acceptés à bord. Vous devez être en possession de vos propres masques. Le nombre de masques doit être adapté à la durée du vol (temps passé dans l'aéroport inclus).

MINEURS : Nous vous recommandons vivement de munir le mineur non-accompagné par ses représentants légaux d'une copie de son livret de famille. Dans le cadre d'un voyage à l'étranger, nous vous informons que le mineur résidant en France et voyageant sans être accompagné par ses représentants légaux, doit être muni en plus de sa pièce d'identité d'un formulaire d'autorisation de sortie de territoire CERFA n° 15646*01. Renseignements sur <https://www.demarches.interieur.gouv.fr/particuliers/autorisation-sortie-territoire-ast>