



LE SPÉCIALISTE DE LA RANDONNÉE EN LIBERTÉ

LA GRECE

Santorin, Folegandros, Kimolos Et Milos



Un voyage complet dans les Cyclades, où les archipels se dessinent telles des oasis sur la mer Égée. Un quatuor d'îles très contrasté : Santorin la volcanique, avec ses petits villages blancs accrochés à la falaise face à la plus belle caldeira du monde. Le charme fou de Folégandros, plus confidentielle avec ses belles plages et criques sauvages et son paysage minéral, Kimolos, petit paradis oublié où il fait bon se ressourcer et enfin Milos, la plus occidentale des Cyclades, berceau de la fameuse Vénus, réputée pour son littoral exceptionnel. Quatre îles si proches et cependant très différentes.



14 jours – 13 nuits – 11 jours de marche.

JOUR 1 - SANTORIN (ou Héraklion).

Hébergements : pension ou hôtel. Repas libre.

Vol pour Santorin, transfert en bus local ou taxi pour Oia, village de carte postale situé au nord-ouest de l'île, réputé pour ses couchers de soleil inoubliables. C'est l'un des plus beaux villages de l'île ; il offre une vue superbe sur la caldeira. Installation pour 3 nuits dans une pension confortable avec piscine. En fonction de votre heure d'arrivée, découverte du village et balade jusqu'au petit port d'Ammoudi.

NB : Vous avez la possibilité d'arriver à Héraklion, nous consulter.

JOUR 2 – SANTORIN : LE SENTIER DE LA CORNICHE DE OIA A FIRA.

3h environ + 300m / - 300m 12km

Hébergement : pension. Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir

Randonnée la plus classique, la plus facile et la plus spectaculaire de votre séjour. Progressant sur un sentier en balcon au-dessus de la caldeira, vous dominez un paysage exceptionnel. Après avoir quitté Oia, vous gagnez la chapelle du prophète Elie (Profitis Ilias). Passage sous la montagne Noire (Mavro Vouno), puis le long de la crête de Mouzakia, pour traverser ensuite les villégiatures d'Imerovígli et de Firostefáni, et parvenir à Firá, capitale de l'île. Visite des musées et de l'église, promenade dans les ruelles touristiques, puis retour à Oia avec le bus local ou à pied pour profiter des lumières exceptionnelles avant le couchant.

JOUR 3 – SANTORIN : AU CŒUR DE LA CALDEIRA, VOLCAN DE NEA KAMENI ET ILE DE THIRASSIA.

Hébergement : pension. Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir

Vous avez deux possibilités pour visiter les îles de la caldeira.

➤ **En « mode mini croisière organisée »**

Au programme, le volcan, les sources thermales, l'île de Thirassía et en final le pittoresque village d'Oia vu d'en bas. De Fira, vous descendez à pied "Ta skalià", le vieil escalier qui conduit au vieux port (environ 20 min de descente).

Vous embarquez sur un bateau traditionnel : il longe les falaises colorées de la caldeira, accoste au cratère actif de Néa Kaméni afin de vous permettre de balader une quarantaine de minutes autour des différents petits cratères. Le bateau rejoint



ensuite la petite île de Paliá Kaiméni et ses sources thermales, l'occasion de profiter d'un bain chaud et soufré...

Escale pour le déjeuner sur l'île de Thirassía dans la baie de Korfos, aménagée avec de nombreuses tavernes. Par un large escalier, vous pourrez accéder au village de Manolás, à pied. Au retour, débarquement possible au petit port d'Amoundi (plutôt qu'à celui de Fira) et remonter à pied jusqu'à l'hôtel (environ 30 min).

➤ En randonnée

3h30 environ **+400m / - 400m**

Si vous n'aimez pas la foule et les excursions trop touristiques.

Vous rejoignez à pied le port d'Ammoudi, embarquez pour Riva, le petit port de Thirassía. Vous rejoignez ensuite la crête faîtière de l'île qui domine la caldeira. Vous suivez alors la corniche vers le nord et parvenez à Manolas, bourg principal de Thirassía.

Ce joli village, encore typique, offre un panorama superbe sur la caldeira. Descente par un large escalier aux nombreuses marches au port de Korfos (baignade possible) où vous réembarquez pour Ammoudi, le port d'Oia.

JOUR 4 – TRAVERSEE POUR FOLEGANDROS, INSTALLATION A CHORA

1h00 environ

Hébergement : pension. Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir.

Traversée (environ 2 h, bateaux plus rapides en été) de Santorin jusqu'à Karavostasis, le port de Folégandros. Navette locale pour monter à Chora, village principal de l'île, animé les soirs d'été. Installation en pension pour quatre nuits. Découverte de cette bourgade, forteresse pittoresque, qui a gardé son caractère médiéval : placettes ombragées, petits commerces, jolies façades accolées, ruelles fleuries de bougainvilliers... Au coucher du soleil, montée à l'église de la Panagia (XIIIe siècle) qui domine le village. Panorama sur toute l'île et vue plongeante sur les falaises de la côte nord.

JOUR 5 - FOLEGANDROS : BOUCLE ANGALI, UN PARCOURS JALONNE DE CHAPELLES

3h30-4h environ **+300 m/ - 300m**

Hébergement : pension. Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir

Départ à pied de Chora en direction de l'Ouest. La petite crique de Fira précède le hameau de pêcheurs d'Angali avec ses trois tavernes. Très bel itinéraire en balcon vers Agios Nikolaos, une chapelle en terrasse sur la mer avec des tamaris et du sable gris. Retour en boucle par un itinéraire à l'amont d'Angali qui relie des terrasses et rejoint la chapelle d'Agia Paraskevi.



JOUR 6 - FOLEGANDROS : PLAGE DE KATHERGO ET BAIE DE LIVADHI

4h30 environ +300m /- 300m

Hébergement : pension. Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir.

Départ à pied de Chora. Traversée des quartiers sud du village et montée à la chapelle Deftera Parousia située au pied du versant est de la colline d'Agios Elefterios. Descente dans la cuvette d'Agios Pnevma puis dans le vallon de Gherou Thoma. Du hameau de Livadhi, vous cheminez jusqu'à la sublime plage de Kathergo, blottie au pied des falaises. Retour à Livadhi par le même itinéraire. Une petite route en pente douce vous conduit en suite vers la baie de Livadhi puis le port de Karavostasis. Remontée à Chora avec la navette locale.

JOUR 7 - FOLEGANDROS : ANO MeRIA – SENTIER BALCON DE LA BAIE DE LIVADAKI

4h environ - 350m à-450m

Hébergement : pension. Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir

Bus local ou taxi jusqu'à Agios Andréas d'où, à pied, l'on rejoint la chapelle d'Agia Anargiri, perchée sur une colline. De là, un agréable sentier vous conduit vers la petite baie encaissée de Livadaki pour une pause baignade rafraichissante. Vous remontez par un chemin en lacets en direction du phare d'Aspropoutan puis traversez à flanc le versant sud de la colline de Trachillas. Près de la chapelle d'Agia Fotini, il rejoint une piste qui remonte vers Ano Mèria et les anciens moulins de Stavros. Retour à Chora avec le bus local ou en taxi.

JOUR 8 – TRAVERSEE POUR KIMOLOS – CHORIO ET VILLAGE DE PECHEURS DE GOUPA

2h environ +100m / - 100m

Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir

Vous quittez Folégandros, direction Kimolos via l'île de Milos. Traversée d'environ 1 h pour rejoindre le port de Milos, à votre arrivée, un court transfert en taxi vous conduit au port de Pollonia situé à 10 km, où vous reprenez un bateau pour rejoindre en 20 min, Kimolos. Accueil par votre hébergeur à la descente du bateau et court transfert jusqu'à l'hôtel situé à l'écart du village, face à la mer. Installation pour trois nuits dans ce havre de paix. En fonction de l'horaire, petite balade de mise en jambe jusqu'au village de Chorio. Au détour d'une rue, vous trouverez peut-être une église byzantine, blanche ou naturelle mais toujours aussi charmante ; bien entendu, des chats, des portes et volets bleus, des marquages blancs au sol, des petites places animées avec quelques très bonnes tavernes. A votre retour, passez par le village de pêcheurs de Goupa, une vraie carte postale avec ses



garages à bateaux colorés puis terminez cette journée sur la plage d'Alyki face à votre hôtel.

JOUR 9 – KIMOLOS : ROCHER INSOLITE DE SKIADI – PLAGES DE MAVROSPILIA

4h environ +400m / - 400m

Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir

Vous rejoignez le village de Chorio avant de prendre la direction du Nord-Ouest de l'île. Après un long cheminant sur une piste, vous atteignez au niveau d'un collet, le début d'un très beau sentier pavé et taillé dans la roche qui vous conduira vers le rocher de Skiadi, un étonnant champignon minéral.

Descente panoramique vers la mer par un beau kaldérimi ; là aussi l'érosion a façonné le littoral de petites criques, petites falaises, arches de toute beauté. Après une pause sur la plage de sable de Mavrospilia, retour à votre hébergement à Alyki.

JOUR 10 – KIMOLOS : PLAGES DE MONASTIRIA ET SOUFI

4h30 environ +250m / - 250m

Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir

Au départ de votre hôtel, vous rejoignez le village de Chorio. Cette randonnée facile vous mène aux plages de Monastiria et Soufi dans le nord de l'île. Sable fin, tamaris, baie protégée, Soufi est certainement l'une des plus belles plages de l'île. Retour par le même itinéraire ou en bateau-taxi. Il est également possible de prévoir pour cette journée, une excursion organisée jusqu'à Polyagios. La plus grande île inhabitée de la mer Égée représente également un habitat pour des espèces rares de plantes et d'animaux, pour lesquelles elle a été intégrée au réseau Natura 2000 de biotopes protégés.

JOUR 11 – BATEAU POUR MILOS – BALADE COTIÈRE DE LA CÔTE NORD

2h30 environ Faible dénivelé positif

Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir

Transfert matinal pour le port de Psathi, puis embarquement pour une courte traversée jusqu'au port de Pollonia. À la descente du bateau, court transfert privatif pour le départ de la balade. Vous retrouverez vos bagages à l'hébergement. Depuis Fylakopi, un site minoen épars (environ 2000 ans av. JC), splendide balade côtière sur le tuf blanc, agrémentée de nombreuses criques, arches marines et syrmata (garage à bateaux, en grec). Vous terminez à la plage de Sarakiniko, l'un des sites naturels les plus impressionnants de l'île. Retour en taxi, en bus ou poursuite à pied jusqu'à l'hôtel situé dans le centre d'Adamas, la capitale de l'île.



JOUR 12 – MILOS : ADAMAS – KLIMA – TRIPITI – CATACOMBES ET THEATRE – PLAKA

4h30 environ +500m

Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir.

Par les collines puis par de petites routes, vous rejoignez Klima, un joli port de pêche, avec ses garages au-dessus de maisons aux balcons et escaliers de bois bariolés. Montée aux “catacombes” du village de Tripiti puis visite des ruines bien conservées d’un théâtre romain qui surplombe la baie de Klima. Un beau chemin pavé monte à Plaka, bourg aux ruelles charmantes avec des maisons éclatantes de blancheur, des courettes fleuries et plusieurs églises pittoresques. Il est dominé par un château fort vénitien en ruines, et par l’église de Koimisi tis Theologou, d’où la vue sur toute l’île est superbe, particulièrement au coucher de soleil. Retour à Adamas en bus local ou taxi.

JOUR 13 – FERRY POUR SANTORIN

Hébergement : pension. Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir. Environ 2h de ferry

Embarquement à bord d’un ferry (Horaires variables selon la période). Environ 2 h 15 de traversée pour rejoindre le port d’Athinios à Santorin. Vous rejoignez ensuite Oia où se situe votre hébergement en bus local ou taxi privé. Installation à Oia.

NB : Si vous repartez par Héraklion, correspondance en fin d’après-midi pour le port d’Héraklion.

JOUR 14 – FIN DU SEJOUR A SANTORIN (ou Héraklion)

Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir

Temps libre en fonction de votre vol retour, transfert en bus ou taxi et fin du voyage.

NB : Les temps de marche, quand ils sont donnés, le sont à titre indicatif, et calculés pour des marcheurs moyens hors pauses et temps pris pour le pique-nique.

Information concernant les ferries

Les horaires des ferries grecs, et parfois leurs jours de rotation, ne sont connus que très tardivement, voire quelques jours seulement avant le départ en basse saison (avril, mai, septembre et octobre). De même, ces horaires peuvent changer à la dernière minute. Cependant, afin de vous permettre d’acheter vos billets d’avion au meilleur prix, nous vous confirmons votre voyage selon le programme standard



(réalisable dans la majorité des cas), même si nous n'avons pas toutes les informations relatives aux ferries lors de votre inscription. Si les rotations des ferries ne permettent pas d'effectuer le voyage standard, nous aménagerons alors votre programme afin que votre voyage soit le plus proche possible de celui proposé initialement. D'avance, nous vous remercions pour votre compréhension.



- L'exploration de quatre îles aux attraits différents.
- L'impressionnante caldeira de Santorin.
- Les superbes paysages côtiers de Milos.

› DATES et TARIFS

D'avril à octobre.

Formule nuit + petit déjeuner

Chambre individuelle : (selon la saison et/ou prestation choisie)

› LE PRIX COMPREND

- Les traversées en ferry (excepté la traversée entre Kimolos et Milos).
- L'hébergement tel que décrit.
- Les petits déjeuners.
- Les transferts terrestres prévus au programme.
- Les documents de voyages tels que décrits (un exemplaire pour deux à quatre personnes).
- L'assistant de voyage « Mon Roadbook ».

› LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le vol pour Santorin ou Héraklion aller et retour.
- Les traversées en ferry entre Santorin et Héraklion aller-retour, si vous arrivez à Héraklion.
- La traversée en bateau de Kimolos à Milos le J8 ,et de Kimolos à Milos le J11
- Les frais d'inscription (+15€ par personne)
- Les frais d'envoi à l'étranger (+20 € par dossier)

LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied
32 Place Limozin 43170 SAUGUES

Tél : +33 (0)4 71 74 47 40 | contact@lapelerine.com | <https://www.lapelerine.com>




- L'assurance annulation/interruption de séjour/perte de bagages et l'assistance.
- Pour toute inscription à moins de 15 jours du départ, les frais de traitement prioritaire du dossier. (+45 € /dossier)
- Tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique "Le prix comprend".

Vos dépenses sur place :

- Les déjeuners et dîners : de 15 à 25 € par personne.
- Le transfert en taxi de l'aéroport à l'hôtel à Santorin : environ 35 € le trajet.
- L'excursion en bateau dans la caldeira de Santorin : de 20 à 35 €, selon l'option choisie.
- Le bateau pour l'îlot de Thirassía : environ 2 € le trajet.
- Les transferts terrestres (bus, taxis) : entre 35 et 75 € par personne en fonction des transports utilisés.
- La traversée en bateau de Kimolos à Milos : 2,20 € par personne.
- En cas de modification de traversée de votre part ou celle de la compagnie (cause météo, changement d'horaires...), un réajustement tarifaire pourra vous être demandé.
- Les taxes de séjour par nuit, par chambre à régler en espèce à l'hôtelier : 1,50 € à 2 € (pensions, hôtels 1 ou 2*) ; 5 € (hôtels 3*) et 10 € (hôtels 4*).
- Les entrées dans les monuments, musées...
- Les boissons.
- Les pourboires

> NIVEAU


 **Niveau 2** En moyenne, marche de 5h par jour sur des chemins, pistes ou sentiers vallonnés n'excédant pas plus de 600m de dénivelé positif cumulé.

- Votre profil : vous pratiquez la marche de temps à autres sur chemins ou sentiers.

Ce circuit s'effectue sans guide/accompagnateur et sous votre propre responsabilité. Nous vous fournissons toutes les indications nécessaires au bon déroulement de votre circuit, mais nous ne pouvons en aucun cas être responsables d'une erreur d'itinéraire ou d'un départ trop tardif le matin qui pourrait poser des problèmes pour arriver à l'étape suivante.

> ACCES



 Arrivée directe sur Santorin ou sur Héraklion, en Crète, les vols sont plus nombreux et meilleur marché. Puis vous rejoignez l'île de Santorin en ferry le J2.

- **Arrivée** : aéroport de Santorin ou d'Héraklion.
- **Départ** : aéroport de Santorin ou d'Héraklion.

› LES TRANSFERTS INTERNES

- Traversées en ferry. En cas de modification de traversée de votre part ou celle de la compagnie (cause météo, changement d'horaires...), un réajustement tarifaire pourra vous être demandé. Il sera à régler sur place.
- Transferts en bus locaux, à régler sur place.
- Navette de l'hôtel le J 8 et 11.
- Transfert en taxi privatif le J 11.
- En basse et moyenne saison, les bus étant moins nombreux, le taxi devient le moyen de transport le plus facile ; ils sont à régler sur place.

› HEBERGEMENTS

- À Santorin (4 nuits) : pension de bon standing à Oia dans le nord de l'île dans un quartier calme. Elle dispose de belles chambres confortables avec terrasses, avec salles de bains privatives, climatisation, TV, wifi et petit frigo. Le petit-déjeuner est pris dans une taverne située à proximité de l'hébergement. Agréable piscine extérieure.
- À Folégandros (4 nuits) : pension de style cycladique située à 150 du charmant village de Chora. Chambre confortable avec salle de bain privative décorée simplement avec du mobilier en bois et pourvue d'une terrasse ou balcon. TV, climatisation, petit réfrigérateur, connexion wifi.
- À Kimolos, (3 nuits) : Petit hôtel, situé à 50 mètres de la plage d'Aliki. A l'écart du centre de Chorio, cet hébergement accueillant propose une excellente cuisine réputée dans toute l'île. De style cycladique les chambres sont spacieuses et équipées de tout le confort.



- À Milos (2 nuits) : hôtel situé à proximité du port d'Adamas et de toutes les commodités. Chambres confortables rénovées avec salles de bains privatives, climatisation et TV. Belle terrasse dans le jardin pour prendre le petit-déjeuner.

Important : en raison d'une très forte demande à Oia (Santorin) et à Milos, et d'une capacité d'hébergement limitée à Hora (Folégandros,) vous pourrez loger dans un hébergement autre que celui indiqué sur le bon de réservation, mais voisin et de confort comparable.

› RESTAURATION

- Les petits déjeuners sont pris soit à l'hébergement soit à la terrasse d'une taverne toute proche.
- Les déjeuners et les dîners sont libres. Vous pouvez préparer vos pique-niques ou déjeuner dans des tavernes à la fin de vos randonnées certains jours. Pour le soir, vous aurez le choix entre de nombreuses tavernes.
- Boissons : dans la plupart des endroits où vous séjournerez, l'eau est potable et ne nécessite pas d'être traitée. Par ailleurs, vous aurez de multiples occasions de déguster un verre d'ouzo ou de samos

› TRANSPORT DES BAGAGES

- Pendant les randonnées, portage léger de vos affaires de la journée (gourde, appareil photo, pique-nique de midi, vêtement de protection...).
- Pendant les transferts (bus locaux, taxi, bateau) : vous vous occupez vous-mêmes de vos bagages excepté le Jour 12 où ils seront transportés à l'hôtel par un taxi.

› BALISAGE ET SENTIERS

Ils sont assez faciles à suivre mais sont inégalement tracés et balisés. Un minimum d'expérience en orientation pour savoir utiliser les documents fournis (cartes et roadbook) est nécessaire.

L'application Mon Roadbook est disponible sur ce circuit ; elle vous permet en plus du roadbook papier, d'être guidé tout au long de votre séjour via une application mobile à télécharger sur votre smartphone.



› FORMALITES ADMINISTRATIVES

Pour les ressortissants français, belges, luxembourgeois et suisses : carte nationale d'identité ou passeport valide, et couvrant la durée du séjour.

Pour les personnes majeures de nationalité française, les cartes nationales d'identité délivrées entre le 2 janvier 2004 et le 31 décembre 2013, même si elles présentent une date périmée ont, sans modification du document, une validité de 15 ans.

Dans ce cas, nous vous recommandons de télécharger à l'adresse suivante : <http://media.interieur.gouv.fr/interieur/cni-15ans/document-a-telecharger-grece.pdf>

Conseil : privilégiez l'utilisation d'un passeport valide à une carte d'identité portant une date de validité dépassée, même considérée comme valide.

— Pour les ressortissants canadiens, veuillez consulter le site du gouvernement canadien

<http://voyage.gc.ca/voyager/avertissements>

— Pour les autres nationalités, veuillez vous renseigner auprès des autorités consulaires grecques dans votre pays.

Les passeports doivent être en parfait état (pas de taches, agrafes, trombones, marques, déchirures...).

Informations concernant les mineurs

Vous voyagez avec des enfants

Les mineurs français sont soumis aux mêmes obligations que les personnes majeures (visa, passeport...) : voir ci-dessus.

— Formalités de sortie du territoire français

Pour sortir du territoire, tous les mineurs résidant habituellement en France (quelle que soit leur nationalité), s'ils ne sont pas accompagnés par un titulaire de l'autorité parentale, devront présenter les trois documents suivants :

- pièce d'identité : carte d'identité ou passeport selon les exigences du pays de destination ;



- autorisation de sortie du territoire signée par l'un des parents titulaire de l'autorité parentale (formulaire Cerfa n° 15646*01 à imprimer depuis le site www.service-public.fr et à compléter) ;
- photocopie du titre d'identité du parent signataire.

La santé

Vaccins obligatoires : Pas de vaccin obligatoire.

Vaccins conseillés : Nous vous recommandons fortement d'être à jour des vaccinations classiques : diphtérie-tétanos-poliomyélite +/- coqueluche, tuberculose, fièvre typhoïde, hépatites A et B.

Dentiste et médecin

Nous vous recommandons d'effectuer une visite de contrôle avant votre départ.

Consulter notre fiche conseils de guides : la vaccination

Pour plus d'info :

www.diplomatie.gouv.fr/ ou www.pasteur.fr/

ou les sites canadiens : www.phac-aspc.gc.ca/ ou voyage.gc.ca/

Carte Européenne Assurance Maladie (CEAM)

Vous voyagez dans un Etat de l'Union européenne, de l'Espace économique européen (UE/EEE) ou en Suisse. Avant votre départ, procurez-vous la carte européenne d'assurance maladie (CEAM). Elle vous permettra d'attester de vos droits à l'assurance maladie et de bénéficier d'une prise en charge de vos soins médicaux, selon la législation et les formalités en vigueur dans le pays du séjour.

Nominatif et individuel, le formulaire est à demander auprès de www.ameli.fr .

› DOSSIER DE VOYAGE

Nous vous fournissons un carnet de route avec :

-un itinéraire très détaillé de votre circuit avec : une estimation des horaires, les hôtels ou petites pensions avec leurs numéros de téléphone.

-1 bon d'échange pour chaque prestation prévue au programme.

-la carte au 1/100 000^{ème} avec votre itinéraire tracé au stylo dessus.

-une étiquette pour vos bagages avec votre nom écrit dessus **à mettre impérativement sur le sac qui sera transporté d'un hôtel à l'autre.**

-Tout ce dossier vous sera envoyé après versement du solde de votre voyage.



Δ Ce circuit s'effectue sans accompagnateur et sous votre propre responsabilité. Nous vous fournissons toutes les indications nécessaires au bon déroulement de votre randonnée, mais nous ne pouvons en aucun cas être responsables d'une erreur d'itinéraire ou d'un départ trop tardif le matin.

› CARTOGRAPHIE

Vous trouverez sur place si vous le souhaitez des cartes de chaque île au 50000^{ème}. Mais il peut être intéressant de vous procurer avant de partir une carte générale des **Cyclades au 150 000^{ème}** (Ed. Freytag & Berndt) qui vous permettra au cours de la navigation de repérer la multitude d'îles rencontrées.

› LISTE DES AFFAIRES À EMPORTER

Votre sac (sac marin ou sac de sport, roulettes bienvenues, mais valise proscrite) ne doit pas dépasser 15 kg. Vous pouvez laisser des affaires de rechange dans un petit sac à l'hôtel à Héraklion pour le retour. Votre sac à dos doit être suffisamment grand pour contenir vos affaires de la journée (gourde, pique-nique, appareil photo, coupe-vent, tee-shirt de rechange...).

Vêtements

-de bonnes chaussures de trekking. Le terrain est souvent caillouteux, il faut donc avoir des semelles qui protègent la plante des pieds.

-un chapeau

-un foulard pour protéger le cou

-une veste coupe-vent (gore-tex ou micro pore) et/ou un vêtement de pluie

-un pull-over chaud ou une veste polaire

-deux chemises, dont une à manches longues (soleil)

-deux pantalons dont un léger pour la marche et un ou deux shorts

-sous-vêtements et chaussettes de rechange

-des chaussures de détente (baskets ou nu-pieds)

A noter que cette liste de vêtements est à adapter suivant la saison. En plein été, le pull-over chaud ou la veste polaire n'est peut-être pas nécessaire...

Divers et petit matériel

-un sac à dos (**contenance 35 litres idéal**) pour vos affaires de la journée



- une gourde (1,5 l. minimum), l'idéal étant un réservoir à eau souple, avec pipette, de 2 l. (type **Platypus**, solide, léger, peu onéreux : réhydratation permanente!!!)
- un bâton de marche télescopique
- de bonnes lunettes de soleil (réverbération)
- bol plastique avec couvercle hermétique (salades "grecques") et fourchette
- couteau de poche
- maillot de bain et serviette, éventuellement sandalettes plastique
- stylo, épingles de sûreté
- sacs plastique pour compartimenter les affaires
- un petit réveil de voyage
- nécessaire de toilette + nécessaire de couture
- papier WC
- petite pharmacie personnelle : Elastoplast ; petits pansements ; deuxième peau ou Compeed (pour d'éventuelles ampoules) ; crème solaire pour le visage et les lèvres; antalgique (Aspirine, Doliprane...) ; Locabiotal ou Lysopaïne (maux de gorge) ; anti-inflammatoire (Voltarène) ; boules Quiès ; tous vos médicaments personnels habituels.

MODIFICATION DE RESERVATION :

ATTENTION !

Des frais de dossier (50 €) seront retenus pour tout **changement sur la réservation** déjà effectuée (type de chambre, date de départ, nombre de personnes...).

Les réservations éventuelles de **nuits supplémentaires** en début ou en fin de randonnée doivent se faire **obligatoirement à l'inscription** et être spécifiées sur le bulletin de réservation. Une fois les dossiers confirmés, ces réservations devront se faire directement auprès de l'hébergement concerné et être payées sur plac



- Grèce : Les Cyclades Paros, Naxos, Amorgos
- La Crête : Montagnes Blanches et Mer Emeraude
- La Crête : Sur les traces de Zeus

Si nous n'avons pas répondu à toutes vos questions,
- appelez-nous au +33 (0)4 71 74 47 40 –

FICHE TECHNIQUE PLUS DETAILLEE AU MOMENT DE L'INSCRIPTION

LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied
32 Place Limozin 43170 SAUGUES

Tél : +33 (0)4 71 74 47 40 | contact@lapelerine.com | <https://www.lapelerine.com>

