

MERCANTOUR & MERVEILLES

Depuis Castérino, découvrez le parc national du Mercantour et la Vallée des Merveilles, version confort. Légendes et Histoire en pleine nature, à la découverte des sites superbes de la vallée des Merveilles. Si les bouquetins restent plus discrets, les chamois et les marmottes seront, eux, nombreux sur votre chemin. L'hébergement en hôtel*** vous enthousiasmera également, tout en boiserie, il présente un style montagnard et une atmosphère chaude. En fin d'après-midi, vous pourrez profiter du sauna ou vous relaxer dans une douce ambiance.

>PROGRAMME

FL197

6 jours - 5 nuits - 5 jours de marche

JOUR 1 : CASTERINO

Accueil à **Castérino**, à l'hôtel*** à partir de 14h00. Installation et repas.

JOUR 2 : LE CIRCUIT DE FONTANALBE.

Voici 5000 ans environ, des peuples de pasteurs ont marqué d'une empreinte indélébile leur passage. Ce site grandiose, émaillé de nombreux lacs, est en plus dominé par le Mont Bègo, autrefois considéré comme la demeure des Dieux, puis de sorciers. Déjeuner au refuge de Fontanalba avant la découverte des gravures.

Dénivelés : + 500 m / - 500 m. Temps de marche : 5h00 de marche

JOUR 3 : UN PIED EN FRANCE, UN PIED EN ITALIE.

Au départ d'une route militaire jalonnée de forts désormais recouverts de tapis d'edelweiss, vous irez à la rencontre des lacs et jouirez de magnifiques panoramas



sur le Parc du Mercantour et son jumeau italien, le Parco Naturale delle Alpi Marittime. 2 itinéraires au choix dans le topoguide.

+ 990 m/- 990 m * 5h00 à 5h30 de marche ou + 700 m/- 700 m * 4h30 à 5h00 de marche

JOUR 4 : LA VALLEE DE LA ROYA.

Un transfert de 30 minutes en voiture personnelle ou en navette est nécessaire pour redescendre dans la vallée. Au cours de la randonnée, deux superbes bourgs médiévaux chargés d'histoire vous séduiront tout autant que le parcours à pied.

Dénivelés : + 860 m / - 860 m. Temps de marche : 5h30 de marche.

ou

Randonnée en boucle sur le sommet culminant à proximité de Casterino : le Mont Chajol, avec au programme alpages et vue panoramique. Cet itinéraire reprend en partie celui du J3.

+ 800 m/- 800 m * 4h30 de marche

JOUR 5 : LA VALLEE DES MERVEILLES.

Un court transfert en voiture personnelle ou en navette pour une journée de randonnée inhabituelle pendant laquelle nous côtoierons le dieu Taureau et autres déesses... Découverte de ce site préhistorique, classé Monument Historique, et qui présente des milliers de roches gravées dans un paysage surprenant.

Dénivelés : + 800 m / - 800 m. Temps de marche : 7h30 de marche

JOUR 6 : LA VALLEE DE LA VALMASQUE.

Au programme : torrents, cascades et lacs pour cette dernière journée au cœur du parc. Contes et légendes toujours au rendez-vous sur votre itinéraire. Fin du séjour après la randonnée.

Dénivelés : + 500 m / - 500 m. Temps de marche : 5h30 de marche

Ce programme reste susceptible d'aménagements.



- Cadre exceptionnel avec une grande variété de paysage . . .
- Les lacs et la faune
- Les sites des gravures préhistoriques.

LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied

32 Place Limozin 43170 SAUGUES

Tél : +33 (0)4 71 74 47 40 \ contact@lapelerine.com \ www.lapelerine.com



L'hôtel*** tout en boiserie. L'accès au Spa inclus dans notre tarif.

>DATES

Du 20 juin au 31 octobre. Dates soumises à la disponibilité hôtelière au moment de la réservation et de l'accès sur le site. Nous pouvons réaliser ce séjour début juin, sous réserve de certains aménagements (enneigement).

Départs hors juillet/août :

Visites guidées des Merveilles : Les visites guidées des gravures rupestres des Merveilles ont lieu tous les jours entre le 1^{er} juin et le 30 septembre. **Pas de visite guidée en octobre.** Une réservation sur le site internet dédié est nécessaire afin de garantir la disponibilité. Vous trouverez toutes les informations dans le dossier liberté.

Transferts sur place : Hors juillet/août, il n'y a plus de navette ; un véhicule est donc nécessaire.

>LE PRIX COMPREND

* L'hébergement en hôtel***, en chambre double « standard » et en ½ pension, pour 5 nuits.

* L'accès au spa de l'hôtel

* Un topo guide et une carte au 25.000^{ème}. (un exemplaire pour deux à quatre personnes).

* La taxe de séjour.

>LE PRIX NE COMPREND PAS

* Le transport pour se rendre à Castérino et les courts transferts sur place.

* Les visites guidées facultatives, sur les sites des gravures (15 €/visite tarif 2022).

* Le supplément chambre individuelle

* Les boissons et les dépenses personnelles.

* Les assurances.

* les frais d'inscription

* les frais d'envoi à l'étranger




>ACCUEIL / DISPERSION

Rendez- vous : : Le J1 à l'hôtel de Castérino (06430, commune de Tende) à partir de 14H00 (avant 19h00, sinon pensez à prévenir l'hébergement).

Fin du séjour : Le J6 après la randonnée, à Castérino. Pour les personnes non véhiculées, possibilité de laisser vos bagages à la bagagerie de l'hôtel pour la journée. Libération de la chambre après le petit déjeuner.

>NIVEAU

 **Niveau de difficulté :** Rien de très difficile au plan physique. Accessible à tous ceux qui ont déjà l'expérience de la randonnée sur plusieurs jours. **Au total 5 à 6 heures de progression environ chaque jour, au rythme de la découverte.**

>HEBERGEMENTS

5 nuits en hôtel***, en chambre double « standard ». Pour les coordonnées, vous référez à la feuille de route jointe au dossier, au moment du solde.

Espace bien-être : : Cet hôtel propose un « lounge » et un petit Spa pour vous détendre après les randonnées, ainsi que des massages bien-être. L'accès au Spa est inclus dans notre tarif mais les éventuels soins restent payants.

>RESTAURATION

Repas : Séjour en ½ pension (hors boissons), du dîner du J1 au petit-déjeuner du J6.
- Les petits déjeuners et les dîners sont pris au restaurant de l'hôtel.
-Les pique-nique ne sont pas inclus dans nos prestations. Vous pourrez les commander directement auprès de l'hôtelier, ou prendre des déjeuners au refuge des Merveilles ou de Valmasque (en saison). Il n'y a ni boulangerie ni épicerie au hameau de Castérino.
- Les boissons sont à votre charge.

>PORTAGE

Uniquement vos affaires pour la journée et le pique-nique du jour.



>TRANSPORT / TRANSFERTS

Pour ce programme, de courts transferts avec votre véhicule sont nécessaires les J 4 (facultatif) et J 5. En juillet/août, il existe des navettes payantes pour monter jusqu'au départ des randonnées.

>VOS DEPENSES SUR PLACE

Les transferts sur place.

Les éventuels soins et massages à l'espace bien-être de l'hôtel.

Les déjeuners.

Les boissons.

Les pourboires.

>ACCES

Vous êtes attendus à l'hôtel à Castérino (06430, commune de Tende) **avant 19 h**. Si vous arrivez plus tard, pensez à prévenir l'hôtelier.

Hors juillet/août, un véhicule est nécessaire.

— Aérien

Aéroport international Nice-Côte d'Azur, à 15 minutes du centre-ville. Nombreux vols sur ligne régulière et low cost. : www.nice.aeroport.fr

Pour rejoindre la gare SNCF de Nice ville : Tramway ligne 2 jusqu'à la gare SNCF Nice St-Augustin (gratuit) puis prendre le train jusqu'à Nice-Ville. Ensuite voir accès "Train + navette ou taxi" ci-dessous.

— Train + navette ou taxi

Gare SNCF de Nice ville puis TER ligne 05 Nice/Cunéo jusqu'à St-Dalmas-de-Tende ou Tende.

Horaires & tarifs : www.ter.sncf.com/sud-provence-alpes-cote-d-azur ou Tél : 0800 11 40 23

Ensuite, **navette de ligne régulière (uniquement en juillet/août)** pour monter à Castérino.

Zestbus ligne L23 – www.zestbus.fr – Tél : 04 04 93 35 93 60 – 2 €/trajet tarif 2023.

LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied

32 Place Limozin 43170 SAUGUES

Tél : +33 (0)4 71 74 47 40 \ contact@lapelerine.com \ www.lapelerine.com



Attention, pensez à bien vérifier l'horaire de la dernière navette (info non disponible au 15/03/23)

*ou Taxi BOUERI : 06 12 82 17 84. **Important** : Il faut réserver les taxis au moins 48h à l'avance. **Vous ne trouverez pas de taxi sur place.***

Si votre train arrive de bonne heure, descendez à la gare de Tende. Le village médiéval est très beau. Vous y trouverez également le musée des Merveilles.

— Routier

L'accès le plus direct est l'autoroute jusqu'à Vintimille, Italie, puis RD6204, Vallée de la Roya, direction Col de Tende.

Attention : Le col de Tende est fermé pour une durée indéterminée, l'accès via l'Italie n'est possible que via Turin - Savone-Vintimille - Vallée de la Roya

Parking gratuit (non gardé) en face l'hôtel.

FICHES DETAILLEE AU MOMENT DE L'INSCRIPTION

