

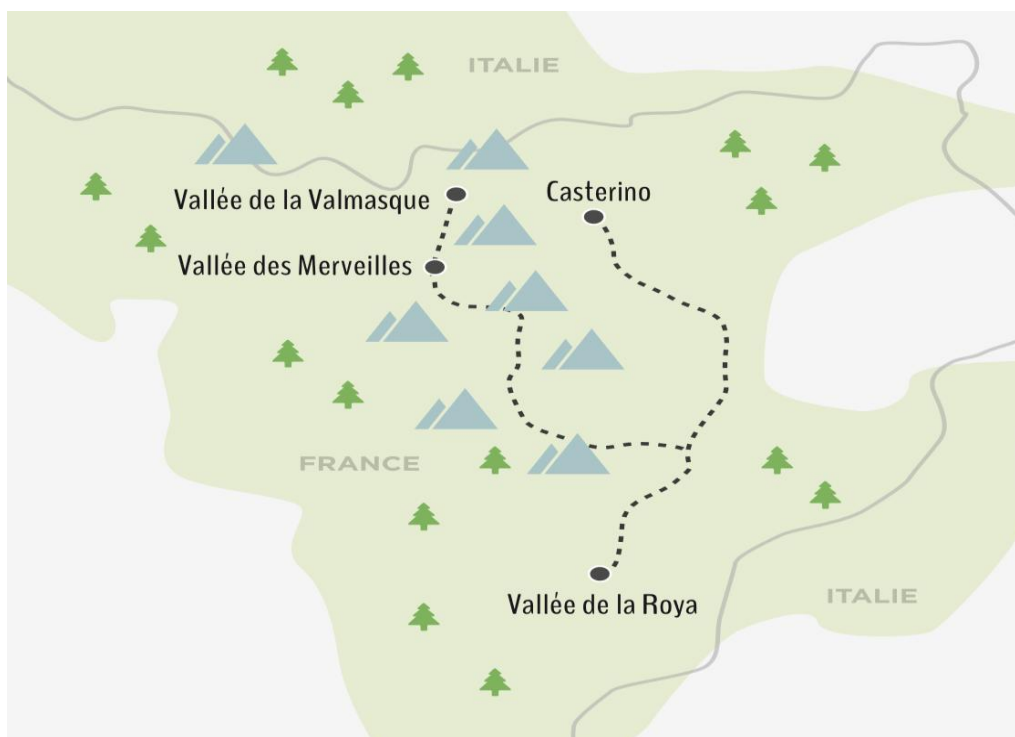


LE SPÉCIALISTE DE LA RANDONNÉE EN LIBERTÉ

LE MERCANTOUR EN ÉTOILE



Depuis la Haute Roya, découvrez le Parc national du Mercantour et la Vallée des Merveilles, version confort. Découverte de la Roya également, vallée d'un autre temps avec ses villages perchés authentiques et empreints d'une grande histoire. Si les bouquetins restent plus discrets, les chamois et les marmottes seront, eux, nombreux sur votre chemin.



6 jours - 5 nuits - 4 jours de marche

JOUR 1 : SAINT-DALMAS-DE-TENDE

Vous êtes attendus à l'hôtel, avant 19 h. Installation pour cinq nuits. Vous serez hébergés dans un hôtel 2 étoiles à Saint-Dalmas-de-Tende, carrefour stratégique entre la montagne ou les sentiers valléens ! Hébergement labellisé « Esprit Parc », vous découvrirez un bel établissement à plus d'un titre !

JOUR 2 : LE CIRCUIT DE FONTANALBE

5h00 de marche

+ 670m / -670 m



Transfert en voiture jusqu'au hameau de Castérino (30 min). 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 Bégo, autrefois considéré comme la demeure des Dieux, puis de sorciers. Vous pouvez découvrir les gravures librement le long de la Voie Sacrée, ou vous joindre à une visite guidée par un accompagnateur spécialiste du site (à réserver en amont sur Internet). **1h de transfert au total.**

JOUR 3 : SAINT-DALMAS-DE-TENDE – LA BRIGUE – TENDE

5h30 de marche

+ 960 m/- 960 m



Départ à pied depuis l'hôtel. Au cours de la randonnée, deux superbes bourgs médiévaux, Tende et La Brigue, chacun chargés d'histoire, vous séduiront tout autant que le parcours à pied. Vous êtes à 800 mètres d'altitude, et la richesse historique des deux villages vous surprendra. La Brigue, son église baroque, ses ruelles entrelacées. Tende, sa cathédrale monumentale, ses vieilles ruelles, et son musée de la Préhistoire (fermé le mardi) qui présente les gravures de l'intrigante vallée des Merveilles, juchée plus haut dans la vallée, au-dessus de 2000 m d'altitude. Retour en train à St-Dalmas-de-Tende.



JOUR 4 : LA VALLEE DES MERVEILLES

7h00 de marche

+ 1000 m/- 1000 m

40 min de transfert au total



Transfert en voiture (20 min) jusqu'au lac des Mesches 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. Ce jour également, vous

pourrez choisir de cheminer librement ou de vous joindre à une visite guidée sur place pour accéder sur les zones réglementées (à réserver en amont sur internet).

JOUR 5 : LA VALLEE DE LA VALMASQUE

5h00 de marche

+ 600 m/- 600 m

1h20 de transfert au total



Transfert jusqu'à Castérino puis jusqu'au parking supérieur (40 min). Au programme : torrents, cascades et lacs pour cette dernière journée au cœur du parc. Contes et légendes toujours au rendez-vous sur votre itinéraire.

JOUR 6 : SAORGE ET NOTRE DAME DES FONTAINES



Pour terminer cette découverte du Mercantour et de la Roya, nous vous conseillons d'aller découvrir la chapelle **Notre-Dame des Fontaines** puis, sur votre route de retour, **Saorge**, magnifique village accroché à flanc de montagne, aux allures de village tibétain. Il ne faudra manquer ni les orgues de la cathédrale, ni le couvent des Franciscains. Fin

de nos prestations après ces visites libres.



- Une grande variété de paysages et de lacs avec une faune et une flore très riche.
- L'incontournable vallée des Merveilles avec ses 40000 gravures préhistoriques.
- Le confort d'un hôtel deux étoiles.

Ce programme reste susceptible d'aménagements.



>DATES et TARIFS

A partir de 2 participants. Un véhicule est nécessaire.

Du 16 juin au 31 octobre 2026. 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).

Prix par personne	:	625 €
Supplément chambre individuelle	:	+195 €

Nuit supplémentaire : Saint-Dalmas de Tende, en ½ pension (hors boissons), à réserver à l'inscription (de 70€ à 135€ selon la saison et/ou prestation choisie)

> LE PRIX COMPREND

- L'hébergement
- Les petits déjeuners du J 2 au J 6.
- Les dîners du J 1 au J 5.
- Les documents de voyages tels que décrits (un exemplaire pour deux à quatre personnes).
- Les taxes de séjour.

> LE PRIX NE COMPREND PAS

- L'acheminement jusqu'au lieu de rendez-vous et depuis le lieu de séparation.
- Le supplément "chambre individuelle", sous réserve de disponibilité
- Les visites guidées, facultatives, sur les sites des gravures (15€ environ, à réserver sur le site dédié).
- L'assurance annulation/interruption de séjour/perte de bagages et l'assistance.
- Les frais d'inscription (+15 € / personne)
- Les frais d'envoi à l'étranger (+20 €/ dossier)
- Les frais de traitement prioritaire pour toute inscription à J-15 (+45 €/ dossier).

>ACCUEIL / DISPERSION

Rendez- vous : Vous êtes attendu à l'hôtel de Saint-Dalmas-de-Tende le J1 entre 16h00 et 19 h00. Si vous arrivez plus tard, pensez à prévenir l'hôtelier.



Fin du séjour : Le J6 après le petit-déjeuner. Les chambres auront été libérées après le petit-déjeuner. Possibilité de laisser vos bagages à la bagagerie de l'hôtel si besoin.

>NIVEAU



Niveau 3. En moyenne, marche de 6h par jour sur des chemins ou sentiers pouvant présenter un dénivelé positif cumulé de +600 à +800m. Certaines journées de marche de nos programmes peuvent présenter peu de dénivelé mais les étapes sont parfois longues (25 / 30 km).

>HEBERGEMENTS

Cinq nuits en hôtel 2 étoiles à Saint-Dalmas-de-Tende, en chambre double ou triple.

En principe (sous réserve de disponibilité) : Hôtel Le Prieuré**. Un accueil charmant dans un ancien cloître. Accès Wifi. Parking privé (gratuit, non gardé). Les chambres sont disponibles à partir de 16 h.

Chambre triple : Si l'hôtel n'a pas plus de chambre triple au moment de votre inscription, le 3ème participant devra s'acquitter du supplément "chambre individuelle"

Information :

Disparues depuis bien longtemps, des petites bêtes (6 mm) appelées « punaises de lit », ont refait leur apparition dans de nombreuses régions de France, à la campagne comme en ville ou dans les capitales européennes. Certains hébergements situés sur des itinéraires de randonnées, en montagne comme en bord de mer en font les frais. Elles sont apportées par les voyageurs qui les véhiculent à leur insu dans leurs sacs à dos, leur valise ou sur leurs vêtements... Cela n'a rien à voir avec l'hygiène. Certains hébergements en ville hors chemins de randonnées subissent ce phénomène. Ces punaises piquent comme des puces ou des moustiques, pendant le sommeil et dans certains cas peuvent provoquer des allergies. En prévention de ces piqûres, une association a choisi un insecticide respectueux de l'environnement et de la santé avec une formule à base de pyrèthre naturel et d'huiles aromatiques, 100% naturel et labélisé Eco-Cert. Nous vous conseillons donc de protéger votre bagage et vos vêtements dès le début du voyage avec un spray. Ce petit contenant pas trop lourd (120 ml) est mis en vente sur certains chemins chez certains hébergeurs ou dans des pharmacies. Ce spray



est à pulvériser essentiellement sur l'intérieur et l'extérieur de l'ensemble du bagage et sur le contenu. Vous pouvez également demander conseil auprès de votre pharmacien qui pourra vous proposer d'autres produits alternatifs.

Vente en ligne : [Comment éviter d'avoir des punaises de lit lors du pèlerinage de Compostelle \(lescheminsverscompostelle.fr\)](http://lescheminsverscompostelle.fr)

[CLAKO punaises & CLAKO Tiques - Clako Punaises \(clako-punaises.com\)](http://clako-punaises.com)

>RESTAURATION

Les petits déjeuners et les dîners sont pris à l'hébergement.

Les déjeuners ne sont pas inclus. Vous pourrez commander votre pique-nique à l'hôtelier (environ 10 €, à commander la veille) ou les composer vous-même dans les petits commerces de Tende (tout commerces) ou St-Dalmas-de-Tende (épicerie, boulangerie).

Les boissons sont à votre charge.

> TRANSPORT DES BAGAGES

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

>TRANSPORT / TRANSFERTS

Un véhicule est nécessaire pour ce circuit. Vous en aurez besoin pratiquement tous les jours. Transferts aller entre 20 et 40 minutes.

> DOSSIER DE VOYAGE

À réception du solde, environ 3 semaines avant le départ, vous recevrez les documents nécessaires à votre randonnée (récapitulatif de réservation, roadbook, carte IGN...). Ils vous permettent d'être parfaitement autonome durant votre circuit. Nous vous conseillons de suivre l'itinéraire indiqué et les éventuelles variantes.

>ACCES

Vous êtes attendus à l'hôtel à Saint-Dalmas-de-Tende **entre 16 h et 19 h**. Si vous arrivez plus tard, pensez à prévenir l'hôtelier.





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 3 jusqu'à Grand Arenas (gratuit), rejoindre la gare SNCF Nice St-Augustin à pied (environ 500 m) puis prendre le train (TER ligne 04) jusqu'à Nice-Ville. Ensuite voir accès "Ferroviaire" ci-dessous.



Train jusqu'à Nice ville, puis correspondance (TER ligne 05 Nice-Breil-Cuneo) jusqu'à Saint-Dalmas-de-Tende. www.sncf.com/fr &

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



L'accès le plus direct est l'autoroute jusqu'à Vintimille, Italie, puis RD6204, Vallée de la Roya, direction Col de Tende. GPS : 44.0583, 7.5868

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 privé à l'hôtel (gratuit, non gardé).

> INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES

Formalités : Carte d'identité (ou passeport) en cours de validité, contrat d'assurance assistance-rapatriement, carte Vitale pour les ressortissants français.

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.

> INFORMATIONS TOURISTIQUES SUR LE MERCANTOUR

Parc national du Mercantour : C'est l'un des 10 parcs nationaux français. Parc de haute montagne avec 7 sommets de plus de 3000 m, c'est aussi le parc le plus riche pour la flore (2000 espèces) et la faune (bouquetins, chamois, mouflons, présence du loup et des Gypaètes...). La diversité géologique et plus de 100 lacs d'altitude confèrent un caractère grandiose aux paysages. Le climat, enfin, issu d'influences alpines et méditerranéennes, fait de cette partie des Alpes un massif vraiment superbe.

Vallée des Merveilles : Le "site des Merveilles" est un véritable musée à ciel ouvert.



Il se parcourt à un rythme doux ; gravures, interprétations et légendes menant elles, bon train...

>BIBLIOGRAPHIE

- « Je m'appelle Bego, je suis une montagne », Musée des Merveilles.
« La vallée des Merveilles, le guide du visiteur », Daniel Riba, Serre Editeur, 1982
« Le mont Bego, vallées des Merveilles et de Fontanalba », guides archéologiques de la France, 1996
« La vallée des Merveilles et les mythologies indo-européennes », Roland Dufrenne, 1997

>LISTE DES AFFAIRES A EMPORTER

Pour le haut du corps

- Tee-shirts
- 1 chemise légère à manches longues
- 1 veste polaire
- 1 veste coupe-vent
- 1 cape de pluie

Pour les jambes

- 1 pantalon de marche
- 1 pantalon de ville
- 1 bermuda ou short

Pour les pieds

- 1 bonne paire chaussures de randonnée, montantes et crantées
- chaussettes.
- chaussures légères pour le soir

Pochette antivol (facultative)

Portée autour du cou ou en ceinture, elle contient : le passeport ou **carte d'identité**, la carte de crédit et votre **contrat d'assurance** si vous n'avez pas contracté celui de notre agence

Pour la tête

- 1 chapeau pour le soleil et/ou foulard



- lunettes de soleil

Divers

- lacets de rechange, aiguille et fil
- 1 trousse de toilette + 1 serviette de bain
- 1 survêtement ou similaire pour la nuit
- 1 maillot de bain
- 1 gourde de 1 litre, légère / isotherme
- couverts (couteau, fourchette, cuillère) + gobelet
- sachets plastiques pour protéger vos affaires ou un grand sac poubelle
- 1 ou 2 bâtons de randonnée peuvent vous aider, télescopiques de préférence car leur usage est strictement interdit dans la zone des gravures.

Pharmacie

- crème solaire visage et lèvres
- Elastoplaste et double peau (Compeed)
- antidiarrhéique (Immodium, Ercéfuryl)
- antalgique (Aspirine, Doliprane)
- collyre (Uveline ou Antalyre)
- médicaments personnels

› TOURISME RESPONSABLE

Dans un monde en constant développement, il peut être pertinent de prendre son temps et de se recentrer sur l'essentiel. La randonnée est une activité proche de la nature et du local, qui invite à la réflexion. Aujourd'hui, le tourisme responsable s'implante dans le paysage, portant des valeurs essentielles pour le monde de demain. La Pèlerine s'engage dans cette démarche en vous rappelant quelques points à garder à l'esprit lors votre séjour de randonnée :

- **Préparez-vous et prévoyez**
 - Informez-vous sur les particularités du lieu visité, la culture, les traditions et respectez la réglementation en vigueur.
 - Explorez en petits groupes de 4 à 6 personnes.
 - Emportez avec vous de l'eau et des collations en quantité suffisante.
 - Evitez les périodes de haute fréquentation
- **Laissez intact ce que vous trouvez**
 - Laissez les pierres, plantes et tout objet naturel, historique ou culturel sur place et dans leur état naturel



- **Respectez la vie sauvage**
 - Observez la faune à distance. Ne suivez pas et n'approchez pas les animaux sauvages.
 - Abstenez-vous toujours de nourrir les animaux sauvages
- **Restez sur les sentiers**
 - Utilisez les sentiers aménagés existants
 - Marchez en file indienne au milieu du sentier, même s'il est boueux ou mouillé
- **Minimisez vos déchets & Gérez-les de façon responsable**
 - Favorisez les contenants réutilisables
 - Rapportez vos restes et déchets de manière à éliminer les traces de votre passage
- **Respectez les autres usagers**
 - Soyez respectueux des autres visiteurs et soucieux de la qualité de leur expérience
 - Soyez courtois. Laissez le passage aux autres sur le sentier



Application mobile gratuite pour signaler un incident sur votre parcours (signalétique, conflit d'usage, pollution...). Un administrateur sera informé automatiquement.

› ASSURANCES

Nos assurances, **Tranquillité CB** et **Tranquillité** sont individuelles et facultatives. Il vous appartient avant ou au cours de votre voyage de contacter personnellement l'assureur qui vous garantit pour votre voyage pour déclencher l'assurance. La prime d'assurance, les frais de visa, les frais d'inscription ne sont remboursables ni par La Pèlerine ni par l'assureur. Pour connaître les modalités contractuelles exactes, en particulier le périmètre des garanties, franchises et exclusions, nous vous recommandons de lire attentivement les conditions contractuelles complètes ainsi que les documents d'informations produits accessibles sur demande auprès de La Pèlerine ou sur le site www.lapelerine.com rubrique « Conditions de Vente ». Un exemplaire du contrat, détaillant les garanties souscrites et la procédure à suivre, vous sera adressé en même temps que la confirmation de votre inscription, ou sur simple demande.

Les assurances proposées doivent être souscrites au moment de l'inscription ou dans les 48h après l'inscription au voyage.

La souscription à nos assurances est accessible à tous, quel que soit votre pays de résidence.



Le Tranquillité (assurance Assistance/Rapatriement, assurance annulation et interruption de séjour) est facturé 4.15 % du prix total du voyage.

Le Tranquillité CB (Les garanties et plafonds viendront en complément de ceux de votre carte Visa Premier, Infinité, Master Card Gold, Platinum, après refus de celle-ci) est facturé 3.15% du prix total du voyage.

En cas d'annulation de votre part des frais d'annulation seront retenus.

Le montant des frais dépend de la date d'annulation :

- 1) plus de 31 jours avant le départ : 15% du montant du voyage.
- 2) entre 30 jours et 21 jours avant le départ : 30% du montant du voyage.
- 3) entre 20 jours et 14 jours avant le départ : 55% du montant du voyage.
- 4) entre 13 jours et le jour du départ : 75% du montant du voyage.

➤➤ En cas d'annulation de la personne avec laquelle vous deviez partager la chambre, le supplément chambre individuelle vous sera facturé. Celui-ci vous sera ensuite remboursé par l'assurance à condition que son supplément soit inférieur au frais d'annulation.

Pour une annulation avant le départ, contactez La Pèlerine au +33 (0)4 71 74 47 40, qui se chargera des procédures.

Durant le séjour, avant toute démarche, contactez **ASSISTANCE MUTUAIDE** au +33 (0)1 45 16 43 47 (que vous ayez souscrit au contrat Tranquillité ou Tranquillité CB).

Si vous avez des questions sur votre contrat, vous pouvez contacter la Hot Line au 05 32 09 21 81.

La non-présentation le jour du départ ou abandon en cours de séjour non justifiés, ne donne droit à aucun remboursement.

Un exemplaire du contrat, détaillant les garanties souscrites et la procédure à suivre, vous sera adressé en même temps que la confirmation de votre inscription, ou sur simple demande.



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 place.



- Alpes Queyras
- Traversée des Aravis
- Vercors, Perle des Pré-Alpes

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

LA PELERINE VOUS SOUHAITE UNE AGREABLE RANDONNEE

