

## LES CANARIES L'ÎLE DE LA GOMERA



La Gomera est probablement, parmi toutes les îles, celle qui produit chez le visiteur la plus grande sensation d'exotisme. C'est sans doute la plus belle et l'une des moins connues des Islas Canarias : elle n'a pas d'aéroport et son accès, plus difficile, la préserve du tourisme de masse. On y arrive par la mer, après un voyage court et agréable depuis le port de Los Cristianos à Tenerife.

Île occidentale des Canaries, La Gomera offre, malgré sa petite surface, 373 km<sup>2</sup>, une grande variété de climats et de types de végétation. Le centre de cette île, pratiquement ronde (elle forme un cercle de 383 km), est un plateau au relief ondulé dont le pic le plus élevé est la Coline de Garajonay (1 487 m). De ce plateau, rayonnent de profonds ravins creusés par l'érosion qui, ajoutés aux terrasses gagnées à la montagne pour étendre la surface agricole, modèlent et donnent son caractère à cette île.

Le haut plateau central abrite, protégé par une couverture de brouillard qui le cache une bonne partie de l'année, une forêt singulière et épaisse toujours verte, qui contraste avec les paysages secs des zones basses de l'île.



8 jours - 7 nuits - 6 jours de randonnée

### JOUR 1 : LA GOMERA

Arrivée à La Gomera et transfert à Agulo

### JOUR 2 : Agulo - Vallehermoso

Première rando dans le nord de l'île, les parois d'Agulo, le barrage de Las Rosas, et la superbe descente dans la vallée de Vallehermoso.

Etape de 13 Km

M : 800 m

D : 700 m

### JOUR 3 : Vallehermoso - Las Hayas

Aujourd'hui, premier contact avec La Laurisilva, très belle ascension au-dessus de Vallehermoso, et arrivée dans le hameau de Las Hayas, des hôtes privilégiés.

Etape de 11 Km

M : 900 m

D : 200 m

### JOUR 4 : Las Hayas - Valle Gran Rey

Magnifique descente dans l'impressionnant canyon de Valle Gran Rey, baignade possible toute l'année !

Etape de 8 Km

M : 100 m

D : 1000 m

### JOUR 5 : Valle Gran Rey - Chipude

Encore de magnifiques canyons, mais en montée, jusqu'à Chipude, on ne peut plus rural.

Etape de 8.5 Km

M : 1050 m

D : 50 m

### JOUR 6 : Chipude - El Cedro

Journée du Parc National de Garajonay, et logement au cœur de la forêt.

Etape de 10.5 Km

M : 500 m

D : 600 m



## JOUR 7 : El Cedro - San Sebastian de La Gomera

Très belle randonnée, qui démarre du centre de la laurisilva, passe par les rochers emblématiques de l'île, pour arriver à la capitale tranquille de l'île.

Etape de 18 Km

M : 300 m

D : 1100 m.

## JOUR 8 : Retour au port ou à l'aéroport.

*L'île possède un réseau de sentiers très bien balisés, pour que le randonneur puisse se perdre tranquillement au cœur de sa luxuriante laurisilva, ses nombreux canyons et vallées, et ses plages de sables noirs. La Gomera est un paradis pour les randonneurs. Séjour 100% itinérant, des logements ruraux confortables (hôtel rural, auberge et maisons rurales), transfert des bagages quotidien.*

### DATES

Du 1<sup>er</sup> septembre au 30 juin.

### LE PRIX COMPREND

- L'hébergement en « Nuit + petit déjeuner »
- Carnet de route remis au premier hébergement
- Les transferts J1 et J8 pour rejoindre votre hébergement ou le port
- Les frais d'organisation et de réservation
- L'assistance sur place par notre représentant local

### LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le vol et les taxes
- Les assurances
- Tous les dîners et déjeuners
- Les boissons
- La traversée A/ R en bateau Tenerife ↔ La Gomera
- Toutes les dépenses d'ordre personnel
- Les visites éventuelles
- Les frais d'inscription et les frais d'envoi à l'étranger
- D'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique "Le prix comprend".




## ACCUEIL / DISPERSION

Le 1<sup>er</sup> jour est celui du rendez-vous, même si c'est le soir, et le dernier jour est celui de la fin du séjour, même si c'est un matin. Le nombre de nuits est le nombre de nuits réel entre le point de rendez-vous et la fin du séjour.

Le 1<sup>er</sup> jour à l'embarcadère de Goméra par notre réceptif local.

Le dernier jour après le petit déjeuner à l'Hébergement à San Sebastian.

## NIVEAU

 La Gomera est île exigeante pour le randonneur. Les dénivelés sont importants entre chaque vallée et canyon, ainsi qu'une petite déviation peut parfois s'avérer lourde en termes de dénivelé. Le climat peut très vite changer. Vous pouvez partir dans la purée de pois dans la Laurisilva, et vous retrouver sous un soleil de plomb après une heure de marche. Toujours avoir de bonnes protections solaires, des protections contre la pluie et le froid. Veillez à bien toujours avoir de l'eau en suffisance, et à manger également.

En général, dans les villages que vous traverserez, il y a souvent des petits bars ou épiceries qui pourront vous ravitailler.

## HEBERGEMENT

Auberge, hôtel rural de charme et maison rural.

## RESTAURATION

Les petits déjeuners sont servis à l'hébergement.

Pour les repas du soir si formule B&B, vous pourrez les prendre dans les nombreux restaurants à proximité.

Pour ce forfait, les repas de midi, les dîners et les boissons restent à votre charge.

Pour les repas de midi vous pourrez acheter tout ce qu'il faut dans l'un des magasins du village.

## TRANSFERTS LOCAUX ET PORTAGE

Votre bagage sera transporté d'étape en étape par notre réceptif local.

Vous randonnez avec un petit sac à dos pour la journée (vêtements de protection, tee-shirt de rechange, pique-nique de midi, gourde, appareil photo, ...).



Accès avion : c'est le mode d'accès que nous vous conseillons. Nombreux vols pour Tenerife au départ de France (Paris, Lyon, Marseille, Mulhouse, ...), de Belgique, de Suisse...

Arrivée de préférence à Ténérife Sud (de Reina Sofia car il est situé à quelques kilomètres de l'embarcadère sinon aéroport nord de Los Rodeos).

Attention : prévoir un vol qui arrive avant 17 h 00 pour pouvoir prendre au pire le dernier bateau pour La Gomera : départ : 19 h 00).

Aéroport de Tenerife => Embarcadère de Los Cristianos : transfert en taxi (moyen le plus rapide et le plus direct).

- depuis l'aéroport sud : compter environ : 30 €/ voiture de 4 personnes ; 20 minutes de trajet.

- depuis l'aéroport nord : compter environ : 90 à 100 €/ voiture de 4 personnes ; 1 heure de trajet.

Moins pratique mais moins cher : vous pouvez également emprunter les bus locaux depuis l'un ou l'autre des 2 aéroports direction Santa Cruz bus N° 102 et aller jusqu'au terminal des Autobus et descendre jusqu'au niveau le plus bas pour acheter les billets de bateau. Après achat, bus gratuit jusqu'à l'embarcadère du bateau. Le bus part 1h30 avant le départ de chaque bateau.

En cas d'arrivée tardive sur Tenerife (après 19 h 00) le Jour 01 ou de décollage très tôt le matin du Jour 08, vous serez obligés de passer la première ou dernière nuit sur Tenerife en hôtel en nuit + petit déjeuner à proximité de l'aéroport (plus de liaison bateau La Gomera => Tenerife).

Embarcadère de Los Cristianos => La Gomera (port de San-Sebastian-de-la-Gomera) : Vous pouvez acheter l'aller-retour. Le dernier bateau part à 20 h 00. Vous devez acheter votre ticket dans un des guichets situés à l'embarcadère. Choisir la compagnie en fonction des horaires (tous les tarifs se tiennent à peu près). 2 compagnies :

- soit Naviera Armas : env. 50 € et durée de la traversée 1h (ne prend pas de voiture).

- soit Fred Olsen : env 75 € A/R et durée de la traversée 55 mn (prend les voitures).

- 1ère liaison bateau à 8 h 30 et dernier départ à 18 h 30.

## DOSSIER DE VOYAGE

Un dossier (un pour 2 personnes) vous sera remis à votre arrivée. Nous vous fournirons la liste d'hébergement. Sur place à l'hébergement, notre réceptif local parlant français vous remettra le reste de votre dossier : photocopies de carte au 1/ 35 000<sup>ème</sup>, descriptifs jour par jour en français.

N'hésitez pas à lui demander des précisions sur les itinéraires : il accompagne également des groupes guidés et connaît parfaitement l'île.



***Attention*** : ce programme 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.*

## FORMALITES

Carte Nationale d'Identité ou Passeport en cours de validité (les Canaries sont rattachées à l'Espagne qui est membre de l'Union Européenne et adhérente des accords de Schengen. Les marchandises, les capitaux et les voyageurs circulent librement d'un pays européen à l'autre. Pour les Français ainsi que les ressortissants de l'Union Européenne, une carte d'identité ou un passeport en cours de validité est suffisant pour entrer en Espagne).

Les informations mentionnées ne sont qu'indicatives pour les ressortissants Français. Elles peuvent être sujettes à modification sans préavis de la part des autorités concernées. Il est donc prudent de les vérifier auprès des consulats dans le mois précédant le départ. Pour les ressortissants d'autres nationalités, se renseigner auprès de l'ambassade d'Espagne de votre pays.

**IMPORTANT** : pour les enfants, une Carte Nationale d'Identité, un Passeport ou l'inscription sur le Passeport des parents est indispensable.

## LISTE DES AFFAIRES A EMPORTER

*Nous vous conseillons lors de votre départ d'être vêtu d'une tenue confortable et de chaussures que vous pourrez utiliser sur place.*

**Bagages** : l'ensemble de vos bagages doit être réparti dans 2 sacs : 1 sac à dos et 1 sac de voyage avec cadenas (+ 1 pochette pour vos papiers).

**Sac à dos** : Choisir un sac à armatures souples, muni d'une ceinture ventrale et de torse. Il ne doit pas être trop volumineux (30 à 40 litres minimum).

Vous l'utilisez en cabine dans l'avion et le portez chaque jour pendant les marches.

Pendant le vol, il contient ce qui est lourd et fragile ou très utile : lunettes de soleil, appareil photo et pellicules, veste, livres, revues...

**Attention** : durant le vol, il ne peut contenir aucun objet pointu ou tranchant ou liquide, quel qu'il soit (couteau, fourchette, épingle, lime, ciseaux, médicaments personnels, éventuellement trousse de toilette, bombes pressurisées, etc. sous peine de confiscation et destruction par les aéroports.

Pendant les marches ce sac que vous porterez contiendra le nécessaire de la journée.



**Sac de voyage :** C'est le sac qui voyage dans la soute de l'avion (sac marin, sac de voyage, grand sac à dos - proscrire les sacs rigides ou valises).

Durant le vol, il contiendra couteau, fourchette, épingle, lime à ongle, ciseaux, médicaments personnels, éventuellement trousse de toilette, bombes pressurisées, etc...

Il doit porter l'étiquette bleue "Montagne Evasion" de manière visible.

Pendant les marches, il contiendra les affaires que vous n'utilisez pas pendant la journée.

Laisse à l'hébergement, vous le retrouvez le soir.

Le poids de ce sac ne doit pas dépasser 15 kg.

Nous vous demandons de respecter scrupuleusement ce poids limité.

Pochette antivol Portée autour du cou ou en ceinture : Passeport ou Carte Nationale d'Identité valides ; permis de conduire ; carnet de vaccination ; Carte européenne d'assurance maladie ; dépliant de votre assurance voyage reçu lors de votre inscription (si vous avez souscrit cette assurance) ou votre assurance personnelle ; devises ; carte de crédit ; papiers personnels.

Liste du matériel à ranger dans votre sac de voyage le jour du départ :

Bien entendu, la liste des vêtements doit être adaptée en fonction de la saison choisie.

La tête : un chapeau en toile pour le soleil et un foulard (pour se protéger le cou) ; une paire de lunettes de soleil de bonne qualité.

Le buste : sous-vêtements en coton ou laine ; une chemise à manches longues ; un chandail de laine ou mieux une fourrure polaire, c'est plus léger et confortable et souvent plus chaud ; une bonne veste coupe-vent imperméable avec un capuchon ; une cape de pluie.

Les jambes : un pantalon de marche ample en toile légère (coton ou coton polyester). Evitez les jeans qui sont relativement inconfortables pour la marche ; un short ou un bermuda ; un maillot de bain + une serviette de bain.

Les pieds : des chaussettes de coton et (ou) laine (si possible à bouclettes) ; une paire de chaussures légères pour les étapes et les transferts ; une paire de chaussures de marche souples déjà utilisées (type trekking avec tige montante - bonne tenue de la cheville - et semelle crantée - type Vibram). Evitez de partir en baskets ; ce n'est pas très confortable pour la marche en tout terrain.

Une petite pharmacie individuelle : crème solaire visage + lèvres - élastoplaste + double peau (Compeed) - antidiarrhéique : Immodium et Intérix - antalgique : aspirine, Doliprane - collyre : Uveline ou Antalyre - médicament pour la gorge : Locabiotol, Lysopaine, pastilles Valda - somnifère léger - antibiotiques à spectre large - pince à épiler - médicaments personnels - couverture de survie.

**FICHE TECHNIQUE PLUS DETAILLÉE AU MOMENT DE VOTRE INSCRIPTION**

