



- Provence -

Le îles d'or de Porquerolles à Port Cros

7 jours, 4 jours et demi de marche

Nous vous invitons à partager ce séjour plein de surprises à la découverte des plus belles côtes Provençales et des îles d'Or. Nous randonnons sur la presqu'île de Giens, aux paysages sauvages et préservés, sur un sentier aux allures inattendues de Bretagne avec ses chaos de rochers et ses petits ports de pêche.

Nous poursuivons notre périple sur les îles d'Or : Porquerolles la merveilleuse, son village aux airs Mexicains, ses plages de sable blanc et noir dignes des Caraïbes et Port-Cros la sauvage, Parc National maritime, refuge des mérours, barracudas et biglips. Tous ces sentiers côtiers sont époustouflants, ils nous transportent des calanques à l'eau Turquoise aux plages de sable blanc. La végétation est riche: chênes lièges aux écorces tourmentées et bruyères arborescentes. C'est un vrai bain de nature avant le bain de mer!

POINTS FORTS

- Les plus beaux sentiers de la côte varoise si magnifique et préservée.
- La magnificence des îles d'Or : Porquerolles et Port Cros.
- La richesse et la diversité de la végétation Provençale sous le soleil.

Pour vous inscrire 0.825.38.39.40
ou www.randonnee-plaisir.com

Eté 2009

Mise à jour : 20-01-2009

ITINERAIRE

Jour(s) 01 : Accueil. Le Tombolo de la presqu'île de Giens..

Accueil et installation. Randonnée pour découvrir la partie Est de la presqu'île de Giens. C'est la partie la moins fréquentée qui passe par la pointe des vignettes, la pointe madame, le port des augustins, la tour fondue le Cap Estérel, et la plage de la Badine.

- Hébergement : village club Plein Sud.

Jour(s) 02 : Les Maldives provençales

Randonnée aux " Maldives " provençales: Une splendide randonnée côtière de Bregançon de plages en calanques, puis au fort de Brégançon (résidence présidentielle) pour finir aux plages de l'Estagnols. C'est certainement la plus belle partie de la côte méditerranéenne car ici, on n'a rien à envier aux " Maldives ". Les eaux sont limpides bordées de plage de sable fin.

- Dénivelé plus : 250 mètres

- Dénivelé moins : 250 mètres

- Nb d'heures de marche : 4 et demi

- Hébergement : Village club Plein Sud.

Jour(s) 03 : L'Île de Port Cros : l'île nature.

Transfert en bateau pour l'île de Port-Cros. Rencontre de la mer et de la terre aux parfums provençaux. Cette île, Parc National depuis 1963, est un espace naturel protégé. Notre itinéraire nous offre toute la variété des paysages de l'île.

- Dénivelé plus : 250 mètres

- Dénivelé moins : 250 mètres

- Nb d'heures de marche : 4

- Hébergement : Village club Plein Sud.

Jour(s) 04 : Vieille ville d'Hyères.

Nous vous proposons de participer le matin aux activités de la résidence, aquagym, gymnastique et de profiter de la piscine et de la plage, l'après-midi nous irons visiter la vieille ville médiévale d'Hyères, ces ruelles étroites et vieilles échopes.

- Nb d'heures de marche : 2

- Hébergement : Village club Plein Sud.

Jour(s) 05 : Giens notre petite Bretagne.

Presqu'île de Giens. Transfert jusqu'à Giens et marche entre criques et calanques sur cette presqu'île découpée par les vents, géologie très particulière et végétation riche au senteurs de Provence , petits ports et points de vue sur Porquerolles " la Merveilleuse ".

- Dénivelé plus : 200 mètres

- Dénivelé moins : 200 mètres

- Nb d'heures de marche : 4

- Hébergement : Village club Plein Sud.

Jour(s) 06 : Porquerolles l'île Merveilleuse.

Porquerolles l'île Merveilleuse.

Ile de Porquerolles. Transfert et embarquement à la Tour Fondue pour passer la journée sur l'île merveilleuse de Porquerolles. La randonnée sur l'île nous fera découvrir son village, ses plages de sable doré mais aussi la Pointe du Langoustier qui sépare une plage de sable blanc et une autre de sable noir et sa forêt d'eucalyptus et de chêne liège.

- Dénivelé plus : 200 mètres

- Dénivelé moins : 200 mètres

- Nb d'heures de marche : 4

- Hébergement : Village club Plein sud.

Jour(s) 07 : Départ.

Dispersion.

RENSEIGNEMENTS COMPLEMENTAIRES

VOTRE RENDEZ-VOUS

Rendez-vous :

15h00 à La résidence le Plein Sud 2049 bd Marine 83400 HYERES.Tél: 04.94.01.88.00

Accès :

Accès voiture :

Carte Michelin n° 84 Marseille, Toulon, Nice.

Accès par train :

Horaires indicatifs à vérifier auprès de la SNCF : Paris TGV Depart : 10H16 Arrivé Hyères 14h31

Dispersion :

Séparation en fin de soirée.

ENCADREMENT :

Notre randonnée est encadrée par un guide accompagnateur clubaventure.

Il a été choisi pour son expérience de terrain, sa connaissance spécifique d'une aire géographique et de la culture s'y rattachant, ainsi que pour sa passion à faire découvrir sa région.

ALIMENTATION :

Repas :

Vous découvrirez les spécialités du pays. Les dîners et petits déjeuners sont pris à l'hôtel. Les repas du midi sont pris sous forme de paniers pique-niques préparés par notre hébergement ou notre accompagnateur et consommés sur le terrain.

L'EQUIPEMENT SUR PLACE

Un matériel collectif (boussole, cartes, pharmacie...) est prévu par l'encadrement.

L'EQUIPEMENT INDISPENSABLE

Tenue de rechange confortable et une paire de chaussures légères pour l'étape.

chaussettes coton et (ou) laine. Les chaussettes "type bouclette" vous éviteront souvent l'échauffement prématuré des pieds.

Une paire de chaussures de marche souples déjà utilisées (type trekking avec tige montante et semelle crantée). Evitez de partir en baskets. Ce n'est pas très confortable pour la marche en tout terrain.

Tee-shirt dit respirant (éviter le coton), en carline, en polyester Rhovyl + Modal ou Dunova.

Un pull chaud en laine ou fourrure polaire (la fourrure polaire est très pratique : légère, elle sèche vite et conserve un fort pouvoir calorifique).

Un anorak ou une veste coupe vent avec un capuchon (le Goretex et le Micropore sont les meilleurs tissus).

LE MATERIEL

nécessaire de toilette et serviette de bain.

papier hygiénique.

crème de protection solaire (visage et lèvres).

une assiette, un couteau, couverts, gobelet.

gourde ou thermos de 2 litres minimum.

des sachets plastiques pour classer et ranger vos affaires.

L'EQUIPEMENT UTILE

un équipement photo, une paire de jumelles.

LES BAGAGES

Un sac à dos à armatures souples et muni d'une ceinture ventrale : 30 à 40 litres minimum (affaires de la journée : appareil photo, pique-nique du déjeuner, gourde, vivres de course, veste coupe vent, pull, vêtement de pluie, casquette et crème solaire ...).

SANTE

Pharmacie

Votre accompagnateur dispose d'une pharmacie de première urgence. Toutefois, il est recommandé d'emporter vos médicaments personnels et aspirine, double-peau, élastoplast, pansements, désinfectant local, crèmes après solaire, compresses etc...

POUR ALLER PLUS LOIN

Les Calanques

Avec 20 km de criques et de falaises qui relient Marseille à Cassis, les Calanques sont la fierté des Cassidains, autant que des Marseillais ! Les Calanques ne se laissent admirer qu'à pieds ou par la mer. Aux abords du vieux port de Cassis, on découvre Port Miou, au creux de la première des Calanques. Ce mini port naturel est niché au pied d'anciennes carrières de calcaire, que l'on extrayait il y a encore quelques années pour la fabrication de la chaux. Puis, vient la Calanque de Port Pin, qui se termine par une petite plage abritée. Son eau turquoise et limpide laisse apparaître de magnifiques fonds sous-marins, explorés par de nombreux plongeurs. Juste en face, se dessine la Calanque d'En Vau, la divine, la plus sauvage des trois, dont les hautes falaises blanches hérissées d'aiguilles font le bonheur des adeptes de l'escalade. Le mot Calanque provient du provençal " calanco " qui veut tout simplement dire " escarpé ".

Les Iles d'Hyères

Face au massif des Maures, au large de la presqu'île de Giens, les 3 îles d'Hyères (Porquerolles, Port Cros, île du Levant) sont restées intactes et demeurent aujourd'hui les derniers témoins de ce que fut la côte d'Azur autrefois.

Large de 2 à 3 km et longue de 7,5 km, Porquerolles est la plus occidentale et la plus grande de ces 3 îles. Son relief, élevé face au large avec des Calanques et des falaises qui dominent la mer de 100 m par endroits, s'incline en pente douce et en plages de sable fin vers le nord. D'ouest en est, quatre plaines cultivées sont séparées par des collines couvertes de forêt de chênes lièges, pins d'Alep, eucalyptus, figuiers, oliviers, arbousiers... Il n'y a aucune route sur l'île, seuls les chemins de terre permettent de la visiter.

Partout l'île offre à ses visiteurs une nature magnifiquement préservées où poussent toutes les essences méditerranéennes. En 1971, l'Etat a racheté les 4/5ème de l'île et les a placés sous la responsabilité du parc naturel de Port Cros, tandis qu'un conservatoire botanique collectionne des espèces de lauriers roses, d'amandiers, de mûriers, d'abricotiers, de pêcheurs, aujourd'hui disparus des jardins.

Les 350 habitants qui résident sur l'île vivent de l'agriculture, des vignes, de la pêche et de l'accueil des visiteurs.

Un peu d'histoire

En 1912 ; François Fournier achète l'île de Porquerolles aux enchères. Cet homme de 55 ans appartient à la légende des self-made-men : il quitte son pays, la Belgique, les poches vides, s'affirme comme chef de chantier sur la voie ferrée du Canadian Pacific, participe à l'aventure du canal de Panama et fait fortune comme prospecteur d'or au Mexique. A son retour, il acquiert Porquerolles pour l'offrir à sa jeune épouse et la transforme en un immense jardin. Il plante des vignes, des arbres fruitiers, des champs de céréales, introduit des moutons... A son décès, en 1935, ses enfants ne cèdent pas aux sirènes de l'immobilier et conservent l'île intacte, façonnée comme l'avait rêvée leur idéaliste de père.

Témoins du temps

Du haut du village de Porquerolles, le fort Ste Agathe domine l'ensemble de l'archipel et la rade d'Hyères. Construit en 1531, détruit, reconstruit et agrandi au XIXe siècle, il abrite aujourd'hui une exposition sur l'archéologie sous-marine. On y trouve en autres des trésors, des éléments d'épaves grecques datant de 600 ans avant JC recueillies dans les fouilles effectuées autour des îles, la Madrague de Giens (vaisseau de commerce de la plus haute antiquité qui mesurait près de 30 mètres de long et pouvait transporter 8 000 amphores). Cependant, aucune épave datant du Moyen Age n'a encore été découverte. Par contre, les combats contre les Anglais et les Hollandais au XVIIIe siècle ont laissé des vestiges riches d'histoires passionnantes. Chaque pièce trouvée est répertoriée et traitée pour être conservée ou exposée au fort.

BIBLIOGRAPHIE :

CARTOGRAPHIE :

- N° 34460T Hyères et île de Porquerolles
- 3446ET Le Lavandou et Port-Cros

OFFICE DE TOURISME :

Office de Tourisme:

Forum du Casino - 3 avenue Ambroise Thomas - B.P. 721, 83412 HYERES-LES-PALMIERS cedex

tél. 04.94.01.84.50

Email : info@ot-hyeres.fr

Site internet : www.ot-hyeres.fr

REFERENCES DU VOYAGE

NOMBRE DE PARTICIPANTS : 8 à 14

Le prix comprend :

- L'hébergement en pension complète,
- Les transferts sur place,
- L'encadrement,
- L'accès aux installations (piscine, tennis...),
- Les soirées animées,
- L'assurance rapatriement.

Le prix ne comprend pas :

- Les frais de dossier.

A payer sur place :

- Les boissons,
- Les dépenses personnelles,
- Les visites éventuelles.

Options :

- L'assurance voyage : annulation, assistance et bagages (3% du prix du voyage), multirisques haut de gamme (4.2% du prix du voyage).
- Supplément chambre individuelle : 72€.