

SUR LES HAUTEURS

RANDONNÉES ET VOYAGES À PIED

v o t r e t r e k c o m m e n c e i c i . . .

LE TOUR DE LA CAPPADOCE

Randonnées accompagnées, en itinérance, sans portage, en pension complète !

Séjour 8 jours, 7 nuits, guide local francophone

En Hôtel *** sur Ankara, et en hôtel ** confortable au cœur de la Cappadoce

Difficulté : 				Saison				Départ garanti 		
2 Chaussures	Hôtel ** et hôtel ***	En itinérance	Sans portage	J	F	M	A	M	J	A partir de 4 personnes
				J	A	S	O	N	D	



Un circuit de randonnée et de découverte dans la plus insolite région de **la Turquie : La Cappadoce**. C'est une véritable merveille unique au monde, où la nature a façonné un paysage extraordinaire. Subissant l'érosion du vent et de l'eau, le sol de cet immense plateau de tuf volcanique, s'est littéralement transformé en un paysage surréaliste fait de cônes, de pics, de canyons et de cheminées de fées...

Avec ses formations géologiques uniques au monde, la Cappadoce est incontestablement un fantasme de la nature et quasiment une autre planète. Dans la roche volcanique, le vent, la pluie et le gel ont sculpté au cours de millions d'années, le plus ahurissant des décors. En parcourant à pied les sentiers dans cette création de la nature, vous découvrirez les richesses historiques s'ajoutant à la curiosité des paysages.

L'homme a vécu là, creusant des habitations dans la roche, des villes souterraines, des églises rupestres et même des monastères richement décorés.

NOS POINTS FORTS

- Accueil et nuit dans un hôtel confortable au cœur de la Cappadoce
- Découverte de la plus insolite région de Turquie : la Cappadoce
- Un itinéraire très complet pour faire le Tour complet de la Cappadoce
- Entrées comprises et guidées pour : la ville souterraine de Derinkuyu, la vallée d'Ilhara,

DATES & TARIFS :

Toute l'année du samedi au samedi (ou autre date pour les demandes à partir de 4 personnes).

DATES	Tarif de Toulouse	Tarif de Paris	Tarif sans aérien

Single : + 120 € par personne

LE TARIF COMPREND :

- le vol international aller-retour,
- les taxes aériennes,
- tous les déplacements en minibus privés,
- l'encadrement assuré par un guide local francophone,
- l'hébergement en hôtel *** sur Ankara, en chambre Twin,
- En Pension en Cappadoce, sur la base de chambre Twin,
- les repas sur place, sauf les repas à Ankara,
- les entrées des musées et des sites mentionnés dans la fiche technique,
- les transferts internes,
- le transport des bagages,

LE TARIF NE COMPREND PAS :

- les assurances personnelles,
- les boissons, l'eau à table dans les restaurants par exemple,
- les repas à Ankara,
- les vivres de course,
- les pourboires d'usage,

FIDELITE :

Nous vous offrons une réduction de 4% dès votre 3^{ème} voyage ou séjour dans les deux années civiles qui suivent la date du départ de votre premier séjour.

REDUCTIONS SUR LE PRIX DU SEJOUR :

***5 mois avant** la date de départ, 4% (pour un montant inférieur à 1200 €) ou 50 € pour un montant supérieur à 1200 €).

***4 mois avant** la date de départ, 3% (pour un montant inférieur à 1200 €) ou 30 € pour un montant supérieur à 1200 €).

(NB : offre valable uniquement pour les séjours en individuel et non cumulable. Ne s'applique pas aux groupes, qui bénéficient déjà de tarifs spécifiques).

REAJUSTEMENT TARIFAIRE :

Les tarifs indiqués sur notre fiche détaillée et sur notre site, ne sont valables que pour certaines classes de réservation auprès des compagnies aériennes. Ces tarifs pourront être modifiés au moment de votre réservation, en cas d'indisponibilité de places dans ces classes. Vous en serez informé très rapidement et votre inscription, ne sera validée qu'après votre acceptation.

REGLEMENT :

À l'inscription : Acompte de 30 % du prix du séjour

Un mois avant le départ : Le solde sans appel de notre part

Chèques vacances acceptés et paiement par carte bancaire possible

LES ASSURANCES :

Nous vous proposons 3 formules d'assurances :

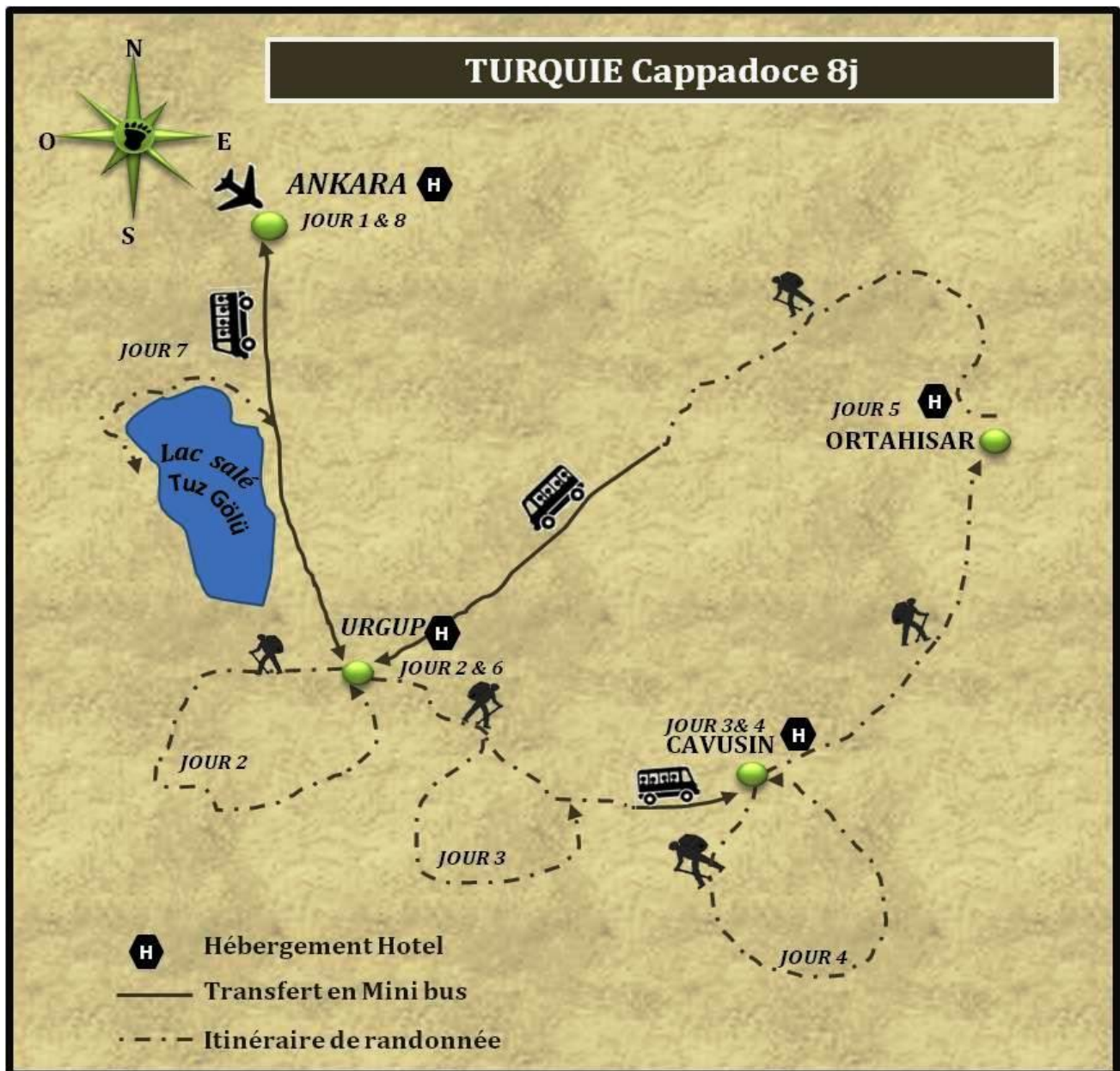
Assurance Annulation + bagages + extension pandémie et épidémie (3,4% du montant du séjour).

Assurance Assistance Rapatriement + RC + pandémie et épidémie (2% du montant du séjour).

Assurance Multirisques : Annulation, Assistance Rapatriement, bagages, Retard transport + interruption séjour + extension pandémie et épidémie : (4,8% du montant du séjour).

Si vous avez votre assurance, il nous faudra une photocopie de votre attestation.

Votre itinéraire



Déroulement du trek

Jour 1 : ANKARA ou KAYSERI

Accueil à l'aéroport et transfert à l'hôtel pour la nuit.

Jour 2 : ANKARA – IHLARA



Après 4h de route, via les rives du lac salé, nous arrivons dans le village de **Belisirma**. Après le repas du midi nous découvrons ce véritable canyon formé par une rivière souterraine voilà des millions d'années. Les moines Syriens fuyant les arabes au 7e siècle y découvrirent un paradis... Ils creusèrent dans les falaises des habitations troglodytiques ainsi que des églises...

3h de marche. Nuit en Pension.

Jour 3 : IHLARA - UZENGI – PANCARLIK



Nous visitons la ville souterraine de **Derinkuyu** creusée sur une profondeur de 57 m, autrefois utilisée par les indigènes dans le but de se protéger des envahisseurs. Visite de **l'église de Pancarlık** aux fresques encore intactes et poursuite de la randonnée en direction des chapelles et églises rupestres de **Kepez et Sarica**. Notre balade nous mène dans la **vallée d'Uzengi**.

4h de marche. Nuit en Pension.

Jour 4 : VALLEES DE ZEMINDERESI ET AVCILAR



Nous commençons la journée par une randonnée dans la **vallée de Zeminderesi** qui termine la matinée dans la vallée de l'amour : des cheminées de fées aux formes phalliques se dressent ici plus suggestives qu'ailleurs... Dans l'après-midi nous poursuivons notre chemin dans la **vallée d'Avclar** : habitations troglodytiques et pigeonniers.

Nuit en Pension à Göreme.

Jour 5 : AKVADI - UÇHISAR - VALLEE DES PIGEONNIERS



Un vol en Montgolfière (facultatif). Transfert au départ de la **vallée d'Akvadi (Vallée Blanche)**. Randonnée à travers les cheminées de fées, et les arbres fruitiers au rythme des chants des oiseaux qui peuplent la vallée. Dans l'après-midi randonnée dans la vallée des pigeonniers au milieu des tufs de couleurs différentes.

Nuit en Pension, 5h de marche.

Jour 6 : VALLEES de PASABAGLAR et KIZILÇUKUR



Départ pour la **vallée de Pasabalar**, un lieu fantastique qui semble présenter une coupe chronologique de la formation des cheminées de fées.

Notre marche se poursuit ensuite dans la **vallée de Kizilçukur**, paysages fantasmagoriques, couleurs variées, vallons et pics innombrables...

En fin d'après-midi nous vous ferons découvrir l'artisanat local

Nuit en Pension. 5/6h de marche.

Jour 7 : CAPPADOCE – ANKARA ou KAYSERI



Dans la matinée nous voyons les formations rocheuses extraordinaires de la **vallée de Dervent** : l'étonnement est à son paroxysme ; des formes à vous en couper le souffle : Derviches tourneurs, chameaux, danseurs, Sainte vierge... Randonnée dans la **vallée de Çat** où se trouvent de centaines de pigeonniers troglodytiques creusés dans la falaise. Continuation vers **Ankara**.

Installation à l'hôtel pour la nuit.

Jour 8 : RETOUR

Transfert à l'aéroport pour le vol du retour.

Note : nous pouvons être amenés à modifier quelque peu l'itinéraire indiqué en cas de force majeure en fonction de la météo, de la date, du nombre et/ou du niveau des participants.

Info trek






NIVEAU : 2 Chaussures

Pour marcheurs pratiquant déjà la randonnée, étapes de 4h à 5h30, sur sentier en montagne

En Cappadoce :

Etape facile, tous les jours, traversée de superbes villages, paysages de cultures et de contrastes marqués entre les versants cultivés et les versants arides, en Cappadoce.

Circuit en étoile tous les jours à partir de notre hôtel.

	NIVEAU	Dénivelé	Temps de marche
		Jusqu'à 400 m	4 à 5h
	2	300 à 600 m	3 à 5h
	3	600 à 800 m	5 à 6h
	4	700 à 1200 m	5 à 7h
	5	1000 m et +	7h et +

PORTAGE :

Pas de portage, uniquement les affaires de la journée.

GROUPE :

De 4 à 12 personnes, pour plus de convivialité et d'échange avec votre guide

ENCADREMENT :

Par un accompagnateur local francophone, assisté d'une équipe locale composée d'un chauffeur de bus.

HEBERGEMENT :

En Cappadoce : randonnée en étoile à partir de notre hôtel **.

En l'hôtel confortable à Ankara *** (en chambre double).

REPAS :

Pension Complète pendant toute la durée du trek, petit déjeuner et repas du soir, pris au restaurant. Parfois, dans un restaurant authentique, avec de véritables spécialités.

Le repas du midi à base de différentes salades, sera préparé par votre guide.

Vous allez goûter les meilleures spécialités de la Turquie.

- les Mezzes : les hors d'œuvre, à base d'anchois marinés, la purée de fève, les aubergines à la tomate et à l'ail, le yaourt au concombre, les feuilles de vignes farcies avec du riz, etc...

- les soupes : potage aux lentilles, potage d'agneau, ...

- les viandes : les boulettes de viandes hachées épicées, poulet grillé, agneau, etc...

BOISSONS :

Thé, café, raki, vin, bière...

Le thé est fourni à tous les repas. Cependant, pendant la randonnée prévoir des cachets pour purifier l'eau.

TRANSFERTS :

Tous les transferts se feront en véhicule privés pour le groupe. En minibus ou en 4X4, selon les terrains.

POURBOIRES :

Il est de coutume de laisser un pourboire à votre équipe locale, composé d'un guide, d'un chauffeur. En fonction de la taille du groupe, prévoyez entre 30 et 40 € par personne, essayer dans la mesure du possible, de faire des enveloppes séparées pour membre de l'équipe locale).

Notes sur le Pays

Information générales :

Superficie : 779 452 km²

Capitale : Ankara

Régime : Démocratie parlementaire, Président de la République

Population : environ 72 millions d'habitants

Religion : musulmane

Langue : le Turc (avec l'alphabet latin), anglais parlé couramment sur les sites touristiques

Monnaie : Livre turque

Devises à emporter : des Euros en cash, qui seront changés sur place en arrivant.

Décalage horaire :

1 heure (par rapport à la France)

CLIMAT :

Climat continental, en Anatolie centrale, en Cappadoce. Circuit à faire de préférence au printemps ou en automne, car les saisons ne sont pas trop chaudes. Cependant l'été, reste chaud, mais avec la végétation, les gorges et les canyons, offrent de nombreux sites pour se mettre à l'ombre.

FORMALITE :

N'oubliez pas votre passeport **et visa obligatoire pour les Anglais**, délivré sur place pour 15 € et vérifier sa validité ou carte nationale d'identité.

SANTE :

Aucun certificat de vaccination n'est exigé pour les voyageurs venant d'Europe.

Etre à jour de ses vaccinations.

Cependant les rappels du tétanos et de la typhoïde sont néanmoins conseillés.

DEPLACEMENT :

En minibus privé pour tous les transferts.

SOUVENIR :

Beaucoup de souvenirs dans les souks à Ankara, artisanat, poterie, bijoux, céramique, faïence, tapis et vêtements, ... Une visite d'un atelier de tapis ainsi qu'un vol en montgolfière au dessus de la Cappadoce au lever du soleil, vous seront proposés.

AERIEN :

Vol régulier au départ de Paris sur Ankara ou Kayséri.

Départ possible des autres villes de Province. N'hésitez pas à nous questionner.

CONVOCATION :

Elle vous sera envoyée quelques jours avant votre départ en mentionnant les horaires de départ et de retour.

SAVOIR VIVRE :

Respecter les coutumes locales dans un pays accueillant, c'est faire preuve d'une grande courtoisie envers ce magnifique pays.

Quelques règles de bonne conduite à connaître :

- l'accès des mosquées et des lieux saints est interdit aux non-musulmans.
- Evitez les tenues provocantes
- Acceptez le thé à la menthe, geste d'hospitalité
- Si vous êtes invité à partager un repas familial, vous vous laverez les mains.
- Mangez avec la main droite, goûtez à tout, mais vous n'êtes pas obligés de tout finir...
- Evitez de boire, de manger, et de fumer en public dans la journée pendant la période du Ramadam.
- Avant de photographier une personne, n'oubliez pas de lui demander son autorisation

Nécessaire et Indispensable

LISTE DU MATERIEL :

- un sac à dos de 35 à 45 litres pour les affaires de la journée
- une bonne paire de chaussure à tige haute (pour un bon maintien des chevilles)
- des chaussettes
- des tee-shirts
- pantalon en toile
- fourrure ou un gros pull
- une veste de type Gore-Tex (imperméable et respirante)
- chaussure légères de détente pour le soir à l'étape
- gant et bonnet en début de saison en Cappadoce
- protection contre le soleil (crème solaire, stick pour lèvres)
- un short
- sous-vêtements de rechange
- une gourde (au minimum 1,5 litre)
- une lampe frontale

- **une petite pharmacie personnelle** : élastoplast, double peau, pansements divers, anti diarrhéique (Immodium ou autre), antalgique (Doliprane ou autre), antibiotique à large spectre, médicament pour la gorge (lysopaine par exemple), pince à épiler, une paire de ciseaux, une boîte de Micropur ou Hydroclonazone afin de traiter l'eau prise dans les sources et les fontaines...
- votre appareil photo
- vos papiers
- et un sac de voyage souple ou une valise

En vous souhaitant un agréable trek ...

Si nous n'avons pas entièrement répondu à toutes vos questions sur ce voyage :

- appelez nous au : 05 61 97 66 04
- un e-mail à : info@surleshauteurs.com
- ou bien un courrier à :

SUR LES HAUTEURS
RANDONNÉES ET VOYAGES À PIED
v o t r e t r e k c o m m e n c e i c i . . .

23, Rue Gambetta
31390 CARBONNE
TEL : 05 61 97 66 04
www.surleshauteurs.com
info@surleshauteurs.com

Agence de voyage N° IM031170004
SARL Sur Les Hauteurs au capital de 15 000€
R.C.P : MMA entreprise, MMA BP27 69921 OULLINS
Garantie financière : Groupama caution
Code APE : 7912 Z SIRET : 828 692 442 000 19
TVA intracommunautaire : FR27828692442