

Séjour villages perchés de Ligurie

15 au 21 septembre 2024

En étoile, 7 jours / 6 nuits

5 jours de Randonnées

Hôtel Lago bin 3***

La **région de Ligurie** plus couramment appelée **Ligurie**, est une **région d'Italie** située dans le Nord-Ouest de la péninsule. Son nom vient du peuple antique des **Ligures**, même si ceux-ci occupaient un territoire beaucoup plus étendu que celui de la Ligurie actuelle¹.

La Ligurie actuelle forme un arc de cercle autour de la **mer Ligure** le long de la **Riviera ligure**. Elle est entourée par les **Alpes** et les **Apennins**. C'est une région montagneuse aux nombreuses vallées ouvertes sur la mer qui, en 2006, comptait environ 1,6 million d'habitants.

Elle borde la France à l'ouest (région **Provence-Alpes-Côte d'Azur**), le **Piémont** au nord, l'**Émilie-Romagne** et la **Toscane** à l'est et au sud-est.

La côte est rocheuse et les reliefs sont marqués.

Notre séjour se déroulera à l'ouest de la Ligurie dans les vallées de l'Argentina et de la Nervia, à proximité de la frontière française et à une quinzaine de kilomètres de Vintimille.



Les vallées de l'Argentina et de la Nervia abritent des villages perchés de style médiéval. Ces bourgs ont gardé leurs âmes du moyen-âge, les vestiges du passé, encore ancrés dans ces terres agricoles où est fabriqué le vin Rossese... Ces vignobles sont protégés par la Statue du Redentore perchée sur les sommets Ligures à 2000 m d'altitude les plus au sud des Alpes.

Descriptif de nos randonnées, deux niveaux de marche nous seront proposés chaque jour, si nous sommes un groupe d'au moins 20 participants, un seul niveau pour 15 participants. Le séjour est ouvert à de bons marcheurs (niveau découverte) et très bons marcheurs (niveau sportif).

Jour 1 : Bienvenue en Ligurie

Arrivée des participants dans le courant de l'après-midi. Accueil à l'hôtel et installation. Temps libre pour se reposer du voyage : piscine, balade dans le parc, visite du village de Rocchetta Nervina (à 800m linéaire). En fin de journée vers 19h, pot d'accueil et présentation du séjour avec les guides.



Jour 2 : "La principauté de Seborga"

Visite du village et ascension de la montagne noire

La principauté de Seborga « entre folklore et authenticité », ce village perché, 500 m au-dessus de la mer et de la ville de Bordighera, est devenu en 1963 village indépendant. Les villageois ont élu un prince et ont proclamé leur commune au rang de Principauté.

Nous visiterons le village avant notre départ pour l'ascension de la montagne noire à 600 m d'altitude que nous rejoindrons en traversant la crête boisée de maquis et proposant une vue panoramique sur la côte Ligure.

Par jour de grand beau temps, nous pourrions observer la Corse

✓ *Balade : 150 m de dénivelé / 3h30 / 7 km / visite du village, versant des fossiles et crête panoramique*

✓ *Découverte : 350 m de dénivelé / 5h00 / 10 km / village, tour de la montagne noire et fossile*

✓ *Sportif : 650 m de dénivelé / 6h00 / 15 km / village crête Monte Nero et fossile*

Co-voiturage 30 minutes 20 km depuis l'hôtel



Jour 3 : "Les villages perchés du Val Nervia"

4 villages médiévaux en une journée

6 heures de randonnées historiques en profitant du panorama de la riviera Italienne. Depuis Dolceaqua et son architecture médiévale, nous rejoindrons 4 villages italiens. Nous traverserons les terres agricoles, des crêtes panoramiques avec vue sur les alpes Ligures et sur la riviera Italienne...Visite du musée en plein air de Cassini et de son méridien.

✓ Balade : 150 m de dénivelé / 3h30 / 7 km / 1 village

✓ Découverte : 400 m de dénivelé / 4h30 / 12 km / 3 villages en boucle

✓ Sportif : 650 m de dénivelé / 6h00 / 15 km / 4 villages en boucle

Co-voiturage 10 minutes 5 km depuis l'hôtel



Jour 4 : "Le village des Sorcières & la statue du Redentore"

Les sommets des Alpes Ligures

Nous marcherons sur les sentiers qui arpentent les sommets de la vallée et nous serons toujours observés par la statue du Rédentore haute de 20 m. Nous atteindrons la cresta di Sacarello longue de 3 km et qui domine tout le massif des Alpes Ligures. Nous visiterons le village de Triora et le chemin des sorcières.

✓ Balade : 250 m de dénivelé / 3h30 / 7 km / Triora et chemin du patrimoine

✓ Découverte : 500 m de dénivelé / 4h30 / 12 km / Triora, Réaldo, Verdeggia et les pentes du Sacarello

✓ Sportif : 1000 m de dénivelé / 6h30 / 15 km / Triora et boucle du Sacarello

Co-voiturage 75 minutes 50 km depuis l'hôtel



Jour 5 : "Pietra Vecchia & les Dolomites Ligures"

Vertiges et écrins de beauté

Nous ferons l'ascension du sommet de Pietra Vecchia (Pierre vieille) à 2038 m d'altitude, c'est une randonnée exceptionnelle due aux passages vertigineux qui ont été sculptés par les soldats italiens afin de construire des forts d'observation entre mer et montagnes. Nous pourrons observer l'ensemble de la vallée de l'Argentina et nous surplomberons le lac de Tenarda.

✓Balade : 200 m de dénivelé/4h30 / 7 km / Colle di Melosa et lac de Tenarda

✓Découverte : 500 m de dénivelé / 4h30 / 12 km / Sommet de pietravecchia

✓Sportif : 750 m de dénivelé / 6h00 / 17 km / Via alpina, passage vertigineux de 2km et sommet de Pietra vecchia, en option tour du Torragio très vertigineux (250 m et 4 km supplémentaires)

Co-voiturage 65 minutes 35 km depuis l'hôtel



Jour 6 : "Réserve naturelle du Monte Ceppo"

Les Alpes dans la mer....

Nous partirons en matinée afin de faire l'ascension du Monte Ceppo, sommet dépassant les 1600 m les plus au sud des Alpes et qui représente à lui seul le symbole des Alpes qui se jettent dans la mer. Repas au sommet et visite en après-midi du village de Baiardo (village des Druides)

✓Balade : 150 m de dénivelé/3h30 / 7 km / Sommet du Ceppo Village des druides

✓Découverte : 500 m de dénivelé / 5h00 / 10 km / Boucle du Ceppo et sommet, Village des druides

✓Sportif : 650 m de dénivelé / 6h00 / 16 km / Monteceppo, il coperto , forêt des Cingiale

Co-voiturage 50 minutes 25 km depuis l'hôtel



Jour 7 : "Ce n'est qu'un au revoir"

Après un dernier petit-déjeuner et l'omelette de la « mamma », il est temps de se dire « arrive merci »...



Départ de l'hôtel à 10h00

L'accompagnateur en tant que responsable du groupe, se réserve le droit de modifier le programme proposé selon les conditions météorologiques, le niveau et l'équipement des participants ou tout autre élément pouvant avoir une incidence quant à la sécurité du groupe. Les différentes randonnées du séjour s'effectuent sur des terrains très variés et très différents d'un jour à l'autre.

Attention : L'ordre des 6 journées de randonnées peut être modifié par l'accompagnateur selon les conditions météo. Possibilités de visites touristiques en cas de mauvais temps !

Notre hébergement

Pour la totalité du séjour (6 nuits), nous résiderons à l'hôtel Lago bin (hôtel 3*) qui est situé au milieu de la vallée de l'Argentina, Le décor des chambres reproduit l'atmosphère d'un vieux chalet de montagne. A disposition : les Grands Jardins, le champ/court de tennis (aussi dans la nuit), la piscine avec l'hydro massage et solarium, le terrain de boule, le billard. Le point fort voire très fort est sa restauration typique et gourmande.

Nos repas du midi (Pique-Nique) Buffet du Lago Bin : Salade maison du jour, charcuterie, fromage, pain maison, vin, fruit, café et petits gâteaux pour les encas.



Le transport

Il n'est pas compris dans le prix. Il pourra se faire :

- En voiture sans co voiturage
- En voiture avec co voiturage
- En train, TGV jusqu'à Nice, puis TER jusqu'à Vintimille et enfin une navette privée pourra vous acheminer jusqu'à l'hôtel. Nombre à définir en fonction du nombre de personnes à prendre le train.

A noter que les transferts (des participants et du ou des guides) au départ des marches se feront à l'aide de véhicules du groupe. Il en faudra donc un nombre suffisant pour acheminer l'ensemble des personnes et des guides.

Les prix

Les prix sont conditionnés par la dimension du groupe, un guide pour 15 personnes max et du geste commercial de l'hôtel. Ils sont définis pour des chambres doubles ou Twins. Les chambres individuelles font l'objet d'un supplément de 150 €.

- Pour un groupe de 10 participants, un guide : 820€ / personne
- Pour un groupe de 15 participants, un guide : 740€ / personne
- Pour un groupe de 20 participants, deux guides 800 € / personne
- Pour un groupe de 30 participants, deux guides : 715 € / personne

Pour des groupes de taille intermédiaires, le prix sera ajusté en fonction du nombre exact de participants.

Pour ceux qui utiliseront la navette, le coût est de 30€ A/R /personne. Il faudra prendre rendez-vous, sachant qu'il faut un minimum de 6 passagers par navette (maximum 8). Il faudra peut être prévoir deux tours.

Ce prix comprend :

L'encadrement par un accompagnateur en montagne breveté d'Etat, 15 personnes maximum par groupe

5 jours de randonnées

La fourniture du matériel de sécurité

Les assurances en responsabilité civile

Les repas de midi de J2 à J6 en formule repas du terroir

La demi-pension en hébergement hôtel trois étoiles

Le vin aux restaurants 1 bouteille pour 4 personnes

1 dégustation de vin et un apéritif de départ

1 entrée au Cinéma 3D à Dolceacqua

Ne sont pas compris :

Les dépenses personnelles

Les transports personnels ou en covoiturage : Trajets A/R

Les transports en train et les coûts des navettes Gare de Vintimille/ hôtel A/R.

Les parkings éventuels

Les suppléments en chambre single

Le transport jusqu'au départ des randonnées (co voiturage)

Les en-cas et boissons personnelles

Les suppléments en boisson aux bars

Le pique-nique de J1 et J7

Les assurances en responsabilité civile individuelle

L'assurance annulation

Tout ce qui n'est pas indiqué dans « le Tarif comprend »

PRE-INSCRIPTION :

Nous procéderons d'abord à une phase de pré-inscription qui sera ouverte jusqu'au 15/01/24. Elle permettra de déterminer s'il est possible d'organiser ce séjour. Nombre minimum de participants. Si le séjour est organisé, votre pré-inscription vous engage à vous inscrire définitivement et à régler l'acompte.

Pendant cette phase vous devrez définir si vous envisagez de participer aux sorties découvertes ou sportives.

INSCRIPTION et PAIEMENT :

Vous serez informés individuellement que le séjour sera réalisé. Vous aurez alors à payer votre acompte de 300€/ personne avant le 31/01/24.

Pour le solde dont le montant final vous sera indiqué, il devra être payé deux mois avant le départ du séjour.

ANNULATION

Le séjour n'inclut pas d'assurance annulation. Pour vous couvrir, vous pourrez soit :

- Payer vos différents règlements à l'aide d'une Carte Bancaire de type Visa Premier
- Soit prendre une assurance annulation personnelle
- Soit souscrire au contrat d'assurance annulation groupe proposé par Orgaya. Trois niveaux d'assurance sont proposés, Bronze (22€), Or (26€), Platine (34€) / personne. Pour les participants intéressés, sur demande nous pourrions fournir les couvertures de chaque contrat. Cette assurance groupe ne peut être souscrite que pour un minimum de 10 participants.