



Randos autour des lacs italiens : Majeur, Côme et Orta

ITALIE - LOMBARDIE



Une randonnée au pied des montagnes, au bord des grands lacs italiens, réputés pour la douceur de leur climat, et leurs paysages enchanteurs. Sur leurs rivages ponctués de sanctuaires, des villas à l'architecture raffinée et aux jardins luxuriants et parfumés évoquent le romantisme des artistes du XIXème siècle : Flaubert, Dickens ou Byron sur le lac Majeur, Stendhal ou Liszt sur le lac de Côme. Pour votre plaisir, nous avons concocté un succulent séjour, savant mélange de randonnées et de mini croisières sur les lacs.



7 jours / 6 nuits
6 jours de marche



6 à 15 personnes



Semi-itinérant



★★★



Hôtel



Code : 145

LES POINTS FORTS :

- La visite des 3 îles Borromées
- La grande richesse culturelle des sites
- Les hôtels à l'emplacement privilégié (hôtel 4* à Lenno en bord de lac)
- 3 lacs inclus : Majeur, Côme et Orta
- La beauté des jardins visités



PROGRAMME JOUR PAR JOUR

JOUR 1 : MILAN - STRESA

Rendez-vous à 9h à la gare Centrale de Milan. Après avoir laissé les bagages à la consigne, nous partons pour une découverte du centre historique. Il s'agit d'une visite extérieure des principaux monuments de cette ville dynamique parmi lesquels le château des Sforza, l'église de Santa Maria delle Grazie, la Cathédrale, la Galerie Victor Emmanuel II, le théâtre de la Scala entre autres. Transfert en train (1 heure) en fin d'après midi à Stresa au bord du lac Majeur et installation pour 3 nuits en hôtel 2* au cœur de cette charmante petite ville.

▲ 3h de marche en ville

JOUR 2 : ILES BORROMEES

Cette journée est consacrée à la visite les Iles Borromées que nous abordons en bateau privé (courts transferts). La visite commence par l'Isola Bella et son splendide palais baroque ainsi que les jardins à l'italienne avec les dix terrasses spectaculaires dominant le lac. Puis l'Isola Madre, à la fois la plus grande et la plus intime, vous y découvrez un extraordinaire jardin botanique à l'anglaise et un élégant palais. L'île des pêcheurs, plus modeste, offre une atmosphère pittoresque.

En début d'après-midi, une fois de retour à Stresa nous nous rendons en bateau public à l'Ermitage Santa Caterina del Sasso (45mn de traversée aller retour). Ce monastère du XIVème accroché à la falaise offre un très beau panorama sur le lac. Nuit en hôtel 2* à Stresa.

▲ 4h de marche et visite

JOUR 3 : MOTTARONE - LE LAC D'ORTA

Transfert privé (45mn de minibus) au sommet du Mottarone (1491m), d'où la vue à 360° permet d'admirer le lac Majeur, le lac d'Orta et au loin le Mont Rose. Randonnée à travers pâturage et forêt et descente vers le lac d'Orta où nous visitons le "Sacro Monte d'Orta" (site classé à l'Unesco) et ses chapelles baroques. Traversée en bateau (15 mn de bateau aller retour) pour une découverte de l'île de San Giulio depuis le charmant bourg d'Orta. Retour à Stresa en bus privé (1h de transfert).

▲ 5h30 de marche, +100m/-500m de dénivelée

JOUR 4 : CÔME - TREMEZZO - LENNO

Après avoir rejoint Côme en transfert privé (environ 1h de minibus) nous embarquons pour 2h de navigation jusqu'au centre du lac. Ce transfert nous permet d'admirer de près les rives et villages jusqu'à Tremezzo, d'où nous commençons la randonnée. Le long de la riviéra des Azalées, par des chemins pavés nous traversons de nombreux hameaux pour arriver au Sanctuaire de la Madone du Secours qui domine Lenno. Il s'agit du Sacro Monte d'Ossuccio constitué de 14 chapelles, véritables témoignages de l'époque baroque. Descente par la villa Balbiano et le vieux bourg de Lenno et installation à l'hôtel pour 3 nuits.

▲ 3h30 de marche, +350/-350m de dénivelée

JOUR 5 : LES BORDS DU LAC DE CÔME

Départ en bateau en direction Tremezzo (15mn de traversée) puis randonnée vers la chapelle San Martino, point panoramique qui domine les trois bras du lacs face à Bellagio. Après le pique-nique redescende vers la villa Carlotta pour une visite des jardins et des collections d'œuvres d'art situées dans la villa. Retour en bateau jusqu'à Lenno. (15 mn de traversée).

▲ 4h de marche, +350m/-350m de dénivelée



JOUR 6 : BELLANO - VARENNA - BELLAGIO

Traversée en bateau pour rejoindre Bellano (1h de traversée). Randonnée en balcon au-dessus du lac entre Bellano et le village romantique de Varenna aux maisons colorées. Transfert en bateau pour Bellagio (10mn de traversée) qui s'avance entre les trois bras du lac et promenade autour de Bellagio en passant par d'anciens villages de pêcheurs. La journée se finira en beauté avec la visite des jardins de la célèbre Villa Melzi. Retour à Lenno en bateau.(20mn de traversée).

▲ 4h de marche, +300m/-300m de dénivelée

JOUR 7 : LENNO - CÔME - (MILAN)

Transfert pour Côme en bateau (1/2h à 1h30 de transfert selon les horaires). Dispersion à 9 heures à Côme ou à 12h30. Chaque participant pourra choisir l'heure du bateau selon sa convenance personnelle. Trains fréquents pour Milan. Notre accompagnateur sera dans la traversée qui arrive à 9h à Côme.

Selon vos horaires de départs, pour ceux qui le souhaitent, vous pouvez profiter du samedi matin pour visiter la villa Balbianello Cette villa a servi de cadre au tournage de nombreux films dont Casino Royale et Star Wars. (A réserver en amont en ligne par vos soins). Déjeuner libre.

IMPORTANT ITINÉRAIRE :

- Certaines agences dorment à Tremezzo au lieu de Lenno, et font cet itinéraire en 6 jours. Nous avons privilégié une durée en 7 jours qui permet des transferts sereins, même pour votre acheminement retour. Nous travaillons avec un hébergement privilégié à Lenno, partenaire historique de Chemins du Sud, en bord de lac et éloigné de la route (très nombreux passages de voitures le long des hôtels situés en bord de route, tout autour des lacs italiens; notre hôtel donne sur un passage piétonnier agréable et face à l'embarcadère, sans route autour). Hôtel avec charme et caractère, à taille humaine, contrairement aux hôtels d'autres villages comme Tremezzo, où les structures sont plutôt dédiées aux séjours autocaristes.
- Dans notre programme, la visite de l'intérieur de la cathédrale de Milan n'est pas prévue; nous la voyons seulement de l'extérieur : en raison de la disponibilité devenue très compliquée, surtout dans le court créneau que nous avons dans Milan, pour pouvoir prendre le train pour rejoindre les Lacs.
- Les durées de nos randonnées sont données à titre indicatif. Elles peuvent varier en fonction de plusieurs éléments lors du déroulé de notre séjour (niveau des participants, météo, état du terrain, etc...). Les durées de transfert peuvent aussi fluctuer en fonction des conditions climatiques et de l'état des routes.
- Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction et peut être sujet à des modifications dans un souci de qualité. De plus, des situations indépendantes de notre volonté peuvent modifier le déroulement de votre séjour (météo, routes coupées, vols annulés ou retardés, grèves, fêtes locales...). Nos guides feront de leur mieux pour s'adapter à ces aléas, avec leur expérience et leur professionnalisme. Votre satisfaction et votre sécurité sont les éléments qui prédominent dans ces décisions de modification.
- En cas de nombre insuffisant de participants, nous pouvons être amenés à annuler un séjour jusqu'à 3 semaines avant le départ. Nous anticipons au maximum cette prise de décision, parfois à 5-6 semaines de votre départ, afin de vous permettre de vous organiser au mieux. Si vous vous rendez au point de RV du séjour en transport en commun, nous vous recommandons d'éviter les tarifs non modifiables - non remboursables tant que le départ n'est pas confirmé, ou de prévoir une assurance annulation auprès des compagnies de transport.



NUITS SUPPLÉMENTAIRES :

Avant le séjour, nous pouvons vous réserver une nuit dans un hôtel proche de la gare à Milan, et en fin de séjour, à Come (proche de la gare et du centre ville).

Pour avoir un repère, il faut compter environ 160€ par nuit en chambre individuelle et 120-150€ par personne par nuit en chambre de 2 (tarifs indicatifs, variant selon la période et le type de chambre disponible).

Nous consulter. Nous vous recommandons donc de nous communiquer au plus tôt vos demandes de nuits supplémentaires.

PERSONNALISER SON VOYAGE :

Un séjour similaire existe aussi en formule Liberté, cliquez sur ce lien pour en savoir plus : [Randonnée liberté au bord du lac de Côme](#)



FICHE PRATIQUE

NIVEAU PHYSIQUE :

Niveau Marcheur Régulier.

Pour marcheur motivé, en forme, pratiquant une activité physique variée et régulière. 3h à 5h30 de marche par jour. Dénivelée compris entre +100 et +350m, et entre -350 et -500m par jour.

Les temps de marche sont calculées en incluant le temps de balades pendant les visites, les jour 1 et 2. Les durées n'excèdent jamais 4h, pouvant assimiler ce séjour à un niveau 1* finalement (Marcheur Occasionnel). Néanmoins, le jour 3, avec un dénivelé de -530m tout de même, et une journée à 5h30 de marche, implique de qualifier ce séjour avec un niveau plutôt intermédiaire, Marcheur Régulier (niveau 2*).

NIVEAU TECHNIQUE :

Aucune difficulté technique. Globalement sur ce séjour, il y a plus de passages en descente qu'en montée. Certaines descentes sollicitent les genoux. Bâtons conseillés. D'où le niveau 2* sélectionné (Marcheur Régulier).

ENCADREMENT :

Accompagnateur en montagne diplômé, connaissant bien l'Italie.

➤ **La qualité des pique-niques de nos guides, une vraie marque de fabrique.**

A Chemins du Sud, nous pensons qu'une randonnée réussie doit rimer avec plaisir culinaire, et se récompense par le partage d'un bon vin. La découverte d'une région est aussi gustative ! Spécialistes du Sud de la France et de l'Italie, nous tenons à vous faire goûter les spécialités gastronomiques de ces régions. Le pique-nique en est l'occasion : il est devenu un point fort de nos séjours, et est apprécié par nos fidèles randonneurs. Préparés par nos accompagnateurs, ils sont composés généralement de salades savoureuses, saines, équilibrées et copieuses; de spécialités traditionnelles du terroir visité ; d'un vin local; de gourmandises locales, etc.)



HÉBERGEMENT :

Certaines agences dorment dans des hôtels à grosse capacité, avec peu de charme et en bord de route (très fréquentées). Nous vous invitons à bien vous renseigner avant de réserver un séjour dans la région des Lacs Italiens.

Hébergement se fait en pension complète avec des pique-niques le midi.

Nous travaillons avec de petites structures, avec une très bonne table, et qui sont des partenaires de longue date avec Chemins du Sud.

➤ 3 nuits dans un hôtel 2* à Stresa : hôtel familial sur la place principale de Stresa qui possède également une bonne table

➤ 3 nuits en hôtel-résidence 4* à Lenno. Nous avons sélectionné cet hôtel car il s'agit d'une belle bâtisse, idéalement située (en bord de lac, face à l'embarcadère pour prendre notre bateau pour nos randonnées, et loin des routes très passantes). Hôtel avec piscine et bonne table. Les chambres sont hétérogènes, selon les disponibilités au moment de la réservation. Il est possible d'être en une chambre mansardée avec un velux ou d'être en appartement niveau 2* un peu à l'écart du bâtiment principal (Appartements plus spacieux que les chambres, et équipés d'une cuisine).

Au sein d'un même groupe, la répartition des chambres peut différer.

➤ Les types d'hébergement décrits ci-dessus sont donnés à titre indicatif, notamment en ce qui concerne leurs prestations (piscine, etc.). En cas d'indisponibilité dans nos hébergements habituels, nous réservons un établissement de catégorie similaire.

➤ Les inscriptions individuelles sont regroupées en chambre de 2 personnes sauf si vous demandez le supplément chambre individuelle.

➤ En Italie, les chambres individuelles sont généralement composées d'un lit simple (largeur 90cm), ou exceptionnellement d'un grand lit double habituellement utilisé pour 2 personnes.

TRANSPORT DES BAGAGES :

Vous portez uniquement vos affaires de la journée

TRANSFERTS :

En train de Milan à Stresa, en minibus ou taxi privés la plupart du temps, et plusieurs traversées en bateau pour rejoindre les départs de randonnées, mais aussi pour profiter des superbes vues sur les collines environnantes depuis le milieu du lac.

Transferts en train le J1 (1h), en bateau pour les traversées le J2 (45min), le J5 (30min au total), le J6 (1h30 au total) et le J7 (30min); et en minibus privé le J3 (1h45 au total) et le J4 (1h au total).

GROUPE :

De 6 à 15 participants



RENDEZ-VOUS :

Le dimanche à 9h à la Gare Centrale de Milan, devant le « Burger King » qui se trouve à l'étage des départs (vers le quai n°21). Nous déposerons les bagages à la consigne de la gare avant de partir en métro pour visiter le centre historique.

En cas d'arrivée plus tardive, vous appellerez votre guide pour rejoindre le groupe : soit RV à la Gare Centrale au moment de prendre le train pour Stresa (départ entre 15h et 16h30 selon les horaires de train).

Si vous arrivez après le départ du groupe pour Stresa, vous appellerez le guide à votre arrivée et il vous indiquera l'heure du prochain train à prendre pour rejoindre le groupe à Stresa.

Si vous arrivez en voiture, se garer à Milan a un coût très élevé. Nous vous le déconseillons.

Il y a la possibilité de se garer à Come (ville de dispersion) et venir à Milan en train. Information complémentaire dans notre rubrique parking.

➤ Une convocation vous est envoyée par email environ 2 semaines avant votre départ : elle récapitule les informations utiles pour vous rendre au point de RV (coordonnées de votre premier hébergement, prénom et téléphone de votre guide, numéro de notre portable d'urgence, billets d'avion / e-ticket pour les séjours avec vol, etc...).

DISPERSION :

Le samedi à 9 heures à Côme ou à 12h30, chaque participant pourra choisir l'heure du bateau selon sa convenance personnelle. Votre accompagnateur prendra vos billets aux horaires convenus avec vous.

Nombreux trains pour Milan et TGV pour Paris.

MOYENS D'ACCÈS :



EN VOITURE

Vous pouvez consulter votre itinéraire pour Milan ou Come sur :

➤ www.google.fr/maps

Pour Come, plusieurs itinéraires proposés dont un passe par Milan et deux passent par la Suisse.

Pour garer votre voiture, référez vous à la rubrique Parking.

➤ COVOITURAGE

De nombreuses personnes, se rendant au départ de nos randonnées par leurs propres moyens, se rendent compte, une fois arrivée sur place, qu'elles auraient pu faire le voyage ensemble. Il nous est très difficile d'organiser par nous même le covoiturage ne disposant pas toujours des coordonnées de tous les participants et ne connaissant pas leur mode d'accès au point de rendez-vous. De plus, la loi nous interdit la divulgation des coordonnées de nos clients et nous pouvons difficilement jouer le rôle d'intermédiaire. Cependant, soucieux de vous faciliter vos déplacements mais aussi de nous inscrire dans une démarche responsable et respectueuse de la planète, nous vous incitons à consulter les sites suivants qui organisent le covoiturage :

www.covoiturage.fr ou www.covoiturage.com ou www.easycovoiturage.com, etc.



PARKING

Nous déconseillons de venir en voiture à Milan.

Cependant, si vous choisissez cette option, vous pouvez consulter le site suivant pour trouver les parkings disponibles : parclick.fr et vous pouvez réserver en ligne.

Attention aux restrictions de circulation en vigueur dans le centre de Milan. Vous pouvez avoir ces informations sur le site suivant :

[parclick.it/parcheggio/milano-zona-a-traffico-limitato?](http://parclick.it/parcheggio/milano-zona-a-traffico-limitato?_ga=2.126493261.1769625582.1672830391-3816200.1672830391)

[_ga=2.126493261.1769625582.1672830391-3816200.1672830391](http://parclick.it/parcheggio/milano-zona-a-traffico-limitato?_ga=2.126493261.1769625582.1672830391-3816200.1672830391)

Possibilité de se garer à Como, ville de dispersion, au parking de la gare (compter 13€ par jour). Plus d'informations sur leur site web : www.metropark.it/content/metropark/it/parcheggi/parcheggi-per-regione/lombardia/parcheggio-di-como-san-giovanni.html



EN TRAIN

Gare d'arrivée Milan Centrale

Gare de dispersion : Como Lago ou Como San Giovanni.

La gare de Como Lago est située à 300 mètres de l'embarcadère et la gare de Como San Giovanni est située à 900 mètres de l'embarcadère. Cette dernière possède également une consigne bagages au buffet de la gare).

Horaires de train auprès de

www.thetrainline.com/fr

www.trenitalia.com/it.html

www.sncfconnect.com

www.dbahn.fr



EN AVION

Trois aéroports pour rallier Milan :

➤ Milan Malpensa : www.milanomalpensa-airport.com/it/

Pour rejoindre la gare ferroviaire "Centrale", vous pouvez prendre le bus pour 6 à 10€ environ (départs toutes les 20min environ, 45min à 1h de trajet selon la circulation) ou le train pour 13€ par trajet (durée 1h, départs fréquents toutes les 30min environ, horaires sur www.trenitalia.com/trenitalia-france.html)

➤ Milan Linate : www.milanolate-airport.com/en/

Pour rejoindre la gare ferroviaire "Centrale", compter 20-30min de trajet, pour 7€ par trajet. Plusieurs compagnies de navettes (bus)

➤ Milan Bergame : www.milanbergamoairport.it/en/

Pour rejoindre la gare ferroviaire "Centrale", il faut prévoir 1h de transfert en navette aéroport (bus), compter 10€ par trajet environ. Il s'agit de l'aéroport le plus éloigné du centre ville. Départs très fréquents du fait qu'il y a plusieurs compagnies de bus qui font ce parcours.

Pour ces 3 aéroports, il n'est pas nécessaire de réserver en avance votre navette.

Paris/ Milan : www.ita-airways.com, www.easyjet.com



DATES ET PRIX

INFORMATIONS DATES ET PRIX :

REMISES ET PRIVILEGES CHEMINS DU SUD

Remise fidélité -5%

Afin de vous remercier de votre fidélité, nous vous accordons une remise de 5%, appliquée dès votre 3ème séjour (les inscriptions faites via une autre agence comptent aussi !).

Cette remise vous sera attribuée systématiquement pour tous les séjours suivants, et sans durée de validité imposée. Elle est appliquée rétroactivement si elle a été oubliée sur un séjour réservé !

Remise FFRandonnée -5%

Afin d'encourager le développement de la randonnée sur notre territoire et la protection de l'environnement, Chemins du Sud offre une remise de 5% sur tous nos séjours, à tous les adhérents licenciés de la Fédération Française de Randonnée (remise appliquée par notre équipe, avant ou après réservation, dès réception de la copie de votre licence par email).

Remise Salons -5%

Chemins du Sud a un stand sur plusieurs salons du Tourisme en France et en Belgique. Réduction de 5% accordée sur tous nos séjours, pour toute personne nous rendant visite à notre stand. Utilisation de cette remise une fois par Salon, sans obligation d'achat sur place : pas de durée limitée pour l'utiliser.

Remise Groupes constitués de -8% à -18%

La réduction varie selon le nombre de participants. Que ce soit en formule Liberté ou avec un de nos accompagnateurs, partez entre amis ou avec votre club de randonnée, en groupe privatisé, à la date de votre choix.

➤ Si vous avez de jolies photos de votre séjour, ou d'un autre séjour de notre brochure, vous pouvez nous les adresser par mail à photos@cheminsdusud.com en donnant votre « Bon pour accord pour utilisation commerciale ». Si nous les publions sur notre site internet ou notre brochure, nous vous offrons un avoir de 100€ à valoir sur votre prochain voyage (sans limite de validité et cumulable avec nos remises).

NOTRE PRIX COMPREND :

- L'encadrement par un accompagnateur en montagne
- L'hébergement en hôtel en demi-pension
- Les taxes de séjour
- Les pique-niques le midi (sauf le jour 1)
- Les jardins de la Villa Melzi
- Les transferts privés et publics et les traversées en bateau prévus au programme

NOTRE PRIX NE COMPREND PAS :

- L'assurance annulation et/ou assistance (proposées en option à 2%, 3% ou 4%, calculés sur le prix total de votre dossier)
- Votre acheminement aller/retour jusqu'au lieu de rendez-vous et depuis le lieu de dispersion indiqués (sauf si vous avez choisi le vol en option, lorsque celui-ci est proposé)
- Le repas du midi du J1 et du J7
- Les visites : Iles Borromées, Monastère Santa Caterina, Villa Carlotta : budget total de 50€ environ par personne
- La consigne de vos bagages à Milan (environ 10€ par personne)
- Les boissons. A noter que dans les restaurants, l'eau minérale en bouteille payante remplace les carafes d'eau.
- Les frais d'inscription éventuels (15€ par personne, à partir de 90 jours du départ)
- Le supplément chambre individuelle (proposé en option)
- D'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans "Le prix comprend".

FRAIS D'INSCRIPTION :

Les frais d'inscription sont des frais administratifs. Ils sont applicables à chaque personne inscrite.

- Pour toute inscription à plus de 90 jours du départ : pas de frais d'inscription.
- Pour toute inscription à partir de 90 jours du départ : 15 € / personne.

EN OPTION :

Supplément chambre individuelle (sous réserve de disponibilité) : 260€ (sauf pour les départs de début juin à mi-septembre inclus : 280€).



ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ

BAGAGES :

- ✓ 1 sac de voyage par personne (ou valise à roulettes ; préconisée pour les séjours avec transports publics prévus lors des transferts). Un bagage trop volumineux est à proscrire car poserait des soucis d'encombrement du bus ou d'organisation logistique.
 - ✓ 1 sac à dos de 35-40 litres environ à armatures souples avec ceinture ventrale et un dos bien aéré pour votre confort (pour porter vos affaires personnelles de la journée : appareil photo, pique-nique du déjeuner, gourde, vivres de course, veste coupe-vent, pull, vêtement de pluie...). Ce bagage est placé généralement en cabine lors de vos transports aériens éventuels (10kg maximum par personne, habituellement).
- Sur les séjours itinérants ou semi-itinérants, il est demandé de limiter le poids de votre bagage de façon raisonnable, car l'accès malaisé à certains hébergements pourrait compromettre la livraison des bagages. Nous vous invitons également à éviter d'y laisser des objets fragiles et/ou de valeur.



VÊTEMENTS :

Pour le haut du corps, le principe des 3 couches permet de gérer quasiment toutes les situations :

- ✓ une couche légère et respirante
- ✓ une couche chaude
- ✓ une couche imperméable et respirante.

En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par temps de pluie ou vent, il suffit de rajouter cette veste imperméable. Par grands froids ou lors des pauses, la veste polaire est un complément indispensable.

Prévoir des vêtements qui sèchent rapidement et donc éviter le coton. Préférez les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible.

Pensez à vous couvrir avant d'avoir froid, mais surtout à vous découvrir avant d'avoir trop chaud. La sueur est l'ennemi du randonneur, car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés lors des pauses. Ainsi, il est très rare d'effectuer une ascension vêtue d'une veste polaire.

La liste complète et idéale : (à adapter néanmoins suivant la randonnée et la saison, et en fonction de vos habitudes)

- ✓ 1 chapeau de soleil ou casquette, ou foulard
- ✓ 1 bonnet ou bandeau en polaire et/ou un tour de cou
- ✓ 1 paire de gants légers
- ✓ Tee-shirts manches courtes en matière respirante de préférence (1 pour 2 jours de marche).
- ✓ 1 sous-pull à manches longues en matière respirante ou une chemise (parfois, les sommets sont ventés et une petite épaisseur est la bienvenue pendant la pause déjeuner),
- ✓ 1 veste chaude type polaire (voire déperlante) ou type chaude et compressible)
- ✓ 1 veste coupe-vent imperméable et respirante avec capuche
- ✓ 1 cape de pluie éventuelle et/ou sursac
- ✓ 1 pantalon de randonnée solide, ample, confortable, déperlant
- ✓ 1 surpantalon imperméable et respirant
- ✓ 1 short ou pantacourt, confortable et solide
- ✓ Chaussettes de marche (1 paire pour 2 jours de marche). Privilégier la laine ou les chaussettes spécifiques randonnée type bouclette" qui vous éviteront l'échauffement prématuré des pieds
- ✓ 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, avec semelle qui accroche bien au relief et résistante à l'abrasion. Pensez à tester auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps.
- ✓ ou si vous êtes habitués, une paire de chaussures basses type trail, notamment pour les séjours été.
- ✓ 1 maillot de bain et 1 serviette qui sèche rapidement (facultatif en vue d'éventuelles baignades)
- ✓ 1 pantalon confortable pour le soir
- ✓ 1 paire de chaussures de détente légères pour le soir, type baskets, permettant aussi d'être utilisées pour les visites ou balades en ville.



MATÉRIEL :

POUR LE PIQUE-NIQUE – SALADES COMPOSEES

- ✓ Couverts (réutilisables, pas jetables)
- ✓ 1 boîte de conservation bien hermétique en plastique de 0,5 litre minimum. Elle sert d'assiette et de stockage, sans pour autant salir votre sac.
- ✓ 1 gobelet plastique ou aluminium avec anse isolée pour éviter les brûlures avec les boissons chaudes
- ✓ 1 couteau de poche pliant (facultatif)
- ✓ 1 gourde isotherme ou aluminium de 1,5 litres minimum ou gourde souple (déconseillée en hiver). Surtout utile en hiver, prendre également (facultatif) une bouteille isotherme pour emporter thé, café... pendant la randonnée)

AUTRES

- ✓ 1 grand sac plastique à glisser dans votre sac à dos afin de protéger vos affaires des intempéries et/ou 1 sur-sac
- ✓ 1 pochette étanche avec : votre contrat d'assistance, vos papiers d'identité, carte vitale et tout autre document mentionné dans la rubrique formalités
- ✓ 1 parapluie solide et léger (facultatif mais très utile en cas de pluie, ou même de canicule)
- ✓ 1 paire de bâtons de marche télescopiques (selon vos habitudes ou le niveau technique des randonnées, se référer au paragraphe « Niveau Technique » de la fiche technique du séjour)
- ✓ 1 paire de lunettes de soleil de bonne qualité (protection niveau 3 ou 4) couvrant bien les côtés
- ✓ Crème solaire avec un bon indice de protection (30 minimum)
- ✓ Trousse de toilette (brosse à dents, déodorant, etc...)
- ✓ Protections auditives en cire ou en mousse (contre les ronflements de voisinage ou autres nuisances sonores)
- ✓ Mouchoirs
- ✓ 1 frontale ou lampe de poche + couverture de survie : à mettre systématiquement dans le sac à dos, un retard imprévu suite à un incident peut subvenir même au cours d'une randonnée facile
- ✓ Des lunettes de rechange (si vous portez des lunettes de vue)
- ✓ Appareil photo
- ✓ Jumelles (facultatif)
- ✓ Un répulsif anti-moustiques, vraiment nécessaire l'été

PHARMACIE :

Le guide est équipé d'une pharmacie de premiers secours (non destinée à subvenir à vos besoins pour de petits aléas). Néanmoins, il n'est pas autorisé à administrer tout médicament à un participant sans prescription médicale ou accord médical des secours.

Prévenez le guide de toute maladie, traitement ou autre allergie qui pourraient compliquer une prise en charge médicale en cas d'incident, ou tout malaise éventuel qui pourrait vous arriver en cours de randonnée.

- ✓ Vos médicaments habituels
- ✓ Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- ✓ Médicaments contre les troubles digestifs (facultatif)
- ✓ Antistaminiques contre les piqûres d'insectes par exemple (facultatif)
- ✓ Pastilles contre le mal de gorge (facultatif)
- ✓ Bande adhésive élastique en 5 ou 8 cm de large x 2,5 m (facultatif)
- ✓ Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- ✓ Collyre (en cas de poussières ou irritation/sécheresse oculaire)
- ✓ Double peau pour protéger les ampoules aux pieds (facultatif)
- ✓ Pince à épiler (facultatif)
- ✓ Pince à échardes (facultatif)
- ✓ Gel hydroalcoolique antibactérien utile pour se laver/désinfecter les mains.

FORMALITÉS

FORMALITÉS :

- Durant le séjour, vous devez être en possession de votre carte d'identité en cours de validité ou passeport, de votre carte vitale, du numéro de contrat et numéro de téléphone de votre assurance personnelle (en cas de non souscription à notre assurance), et pour les séjours en Europe, de votre carte européenne d'assurance maladie. Très pratique en cas de souci pour l'avance de frais pour les soins dans les pays européens, cette carte est à demander au moins 15 jours à l'avance à votre centre de sécurité sociale.
- Il est possible de voyager dans ce pays de l'Union Européenne, sans passeport, avec une carte nationale d'identité. Date de validité expirée de votre carte d'identité : si votre carte a été délivrée entre le 2 janvier 2004 et le 31 décembre 2013 et si vous étiez majeur(e) au moment de sa délivrance, sa durée de validité a été automatiquement prolongée de 5 ans (accord officialisé entre la France et votre pays de destination).

ASSURANCES :

A l'inscription, vous pouvez souscrire une assurance assistance rapatriement et/ou annulation qui s'ajoute au prix du séjour.

- Assurance annulation : 3% du montant du dossier (elle comprend le remboursement des sommes retenues en cas d'annulation avant votre départ).
- Assurance assistance rapatriement : 2% du montant du dossier.
- Assurance annulation - rapatriement : 4% du montant du dossier.

Textes complets des assurances envoyés systématiquement avec nos emails de paiement d'acompte, et consultables lors de votre réservation en ligne (Document d'Information sur le Produit d'Assurance).

INFORMATIONS DESTINATION

HISTOIRE :

La Lombardie est la région la plus riche, la plus développée et la plus peuplée d'Italie et par conséquent une des plus surprenantes et imprévues pour le touriste qui y arrive sans savoir grand chose de son patrimoine historique, monumental, artistique et naturel.

Milan, grande ville industrielle et commerciale, a tout ce qu'il y a de plus moderne et avancé :

innovation technologique, mode, publicité, design, modèles de vie et "expériences" politiques. Cette grande métropole moderne, dynamique et entièrement projetée vers le futur cache pourtant des trésors architectoniques et artistiques extraordinaires. Le visiteur n'a que l'embarras du choix : du Dôme, au château Sforzesco, du Théâtre de la Scala à la Pinacothèque de Brera.

Les splendides paysages naturels (lacs, Parc du Stelvio), les monuments et les œuvres d'art de très grande valeur abondent dans le reste de la Lombardie.

Chaque époque a laissé son empreinte culturelle et artistique dans les structures urbanistiques, dans les églises et dans les édifices civils de Monza, Varese, Côme, Bergame, Brescia, Pavie, Lodi et Crémone, en offrant tout un éventail de styles : roman, gothique, de la Renaissance, baroque, en passant par les solutions architectoniques et artistiques audacieuses et innovatrices de l'ère moderne.

Nombreux sont ceux qui doivent encore découvrir cet imposant patrimoine culturel et artistique de la Lombardie.



Le Duomo de Milan s'élève majestueux, au cœur de la capitale lombarde, gloire de la foi catholique (3ème église par sa dimension, après Saint-Pierre de Rome et Séville) et chef-d'œuvre des bâtisseurs (six siècles de construction, de 1386 aux restaurations après les bombardements de la Seconde Guerre Mondiale).

Merveille gothique, commandé par un prince Visconti, il présente un mélange étonnant de baroque, classique et néo-classique. La façade gothique est décorée de scènes bibliques et se caractérise par une débauche de sculptures qui a fait naître le surnom de « hérisson ». Les 4 portes secondaires offrent, dans le style baroque, les moments forts de l'histoire milanaise : l'Edit de Milan par lequel, en 313, l'empereur Constantin proclame la liberté du culte, la vie de San Ambrogio (Saint Ambroise), le patron de la ville, évêque du IVème siècle, et certains événements historiques.

L'intérieur impose l'admiration devant la hauteur des cinq nefs. 52 colonnes immenses soutiennent les voûtes. La crypte abrite le cercueil en cristal de San Borromeo. Le clou de la visite est la vue des toits auxquels on accède par ascenseur. Cette fresque majeure fut commandée par Ludovic Sforza (dit-il Moro, le More) à Léonard de Vinci qui était devenu l'ingénieur artiste de la cour de Milan.

Cette œuvre, peinte de 1495 à 1497, se veut être le résultat des préceptes aristotéliens chers aux artistes de la Renaissance: des personnages autour d'un lieu et d'une action unique; mais aussi des préceptes dérivés de Platon: la lumière comme moyen d'unification entre l'humain et le divin. La dernière Cène "L'ultima Cena" représente le moment où Jésus annonce aux apôtres que l'un d'eux le trahira. Par le geste d'un des convives qui traduit le mouvement circulaire des yeux des apôtres autour de la table, se demandant qui d'eux sera le traître, le regard de l'observateur peut participer à cette interrogation tragique.

ATTENTION: Si vous souhaitez visiter, avant ou après la randonnée, la "Cène" au couvent de Santa Maria delle Grazie (non prévu au programme) il faut réserver très longtemps à l'avance.

Renseignements et réservation sur le site du "Cenacolo Vinciano"

GÉOGRAPHIE :

➤ Les lacs Italiens :

La Nature célèbre souvent de somptueuses noces : celles des montagnes et des lacs en Italie du Nord n'ont jamais cessé d'enchanter le voyageur, depuis les Romantiques en quête d'une nature sauvage et somptueuse jusqu'à l'aristocratie européenne venue y trouver un lieu de villégiature privilégié dès le début du siècle.

Le terme général de "région des lac" désigne une vingtaine de lacs de l'Italie du Nord répartis sur quatre provinces : le Piémont, la Lombardie, la Vénétie et le Trentin. Pour la plupart d'origine glaciaire, ces lacs s'étirent aux pieds des Alpes et jouissent souvent d'un climat bénéfique : la réputation de douceur de vivre et de calme salutaire qu'offrent leurs rives n'est plus à faire, même si un destin glorieux leur fut promis dès l'Antiquité et le Moyen Âge.

En effet, disséminés sur un territoire qui comprend la fertile plaine du Pô et que traversent les routes reliant l'Europe du nord à celle du sud, les alentours des lacs ont bénéficié du développement économique, politique et culturel de centres urbains stratégiques tels que Milan et Venise.

Trois de ces lacs sont principalement célèbres : le lac Majeur, le lac de Côme et le lac de Garde.

Le lac Majeur, à cheval sur le Piémont, la Lombardie et le Tessin (Suisse !), constitue la première étape pour qui vient de France, sinon de l'ouest en général. Le climat y est de nature Méditerranéenne, de même que la flore qui donne aux multiples jardins un air proprement exotique !

Jardins, villas et autres palais représentent d'ailleurs l'attrait essentiel des paisibles bourgades qui jalonnent les rives, telles Cannobio, Verbania ou Stresa. Cette dernière offre surtout une vue imprenable sur les îles Borromées : Isola Bella et Isola Madre, écrins de verdure abritant les somptueux palais Borromées ; Isola dei Pescatori, plus sauvage et plus pittoresque.

Si le lac de Côme est le plus profond des lacs italiens, il est aussi celui dont la vision enchanta pour toujours un jeune lieutenant de l'armée napoléonienne, Henry Beyle, avant que ce dernier ne s'illustre sous son nom de plume : Stendhal.

Quelques deux siècles plus tard, l'émerveillement que suscite le reflet des montagnes dans les eaux du lac est intact.

Enfin, plus que partout ailleurs peut-être dans la région, les témoignages de la puissante et prestigieuse influence milanaise (notamment en matière de production et de commerce de la soie) sont nombreux.

D'ailleurs à l'instar de la végétation luxurieuse et du paysage grandiose, les abords du Lac de Côme sont prodigieux pour le voyageur en quête d'émotions et de beauté. La liste des villas, villages et autres havres de paix à découvrir est interminable : Varenna, Bellano, Lecco, etc.

Les Iles Borromées : Isola Bella, Isola dei Pescatori et Isola Madre, les trois principales îles de ce petit archipel, sont universellement connues. L'une offre un aperçu de la civilisation la plus raffinée, l'autre un résumé de l'art de vivre italien, la troisième une vision paradisiaque de la nature.



- STRESA : Dont les ruelles anciennes se serrent autour de la petite piazza Cadorna, est une élégante villégiature entourée de belles villas Art Nouveau.
- BELLAGIO : Sous la domination Napoléonienne, Francesco Melzi, Duc de Lodi, acheta une villa magnifique le long de la côte occidentale de Bellagio, qui devint un lieu de rencontre à la mode pour l'aristocratie lombarde, visitée aussi par des empereurs comme Ferdinand Ier d'Autriche en 1838, le ministre Metternich, le Duc Ranieri de Monaco, qui vint à Bellagio sur le Lario, premier navire à vapeur sur le lac. Les invités les plus célèbres de Bellagio étaient les auteurs italiens Silvio Pellico et Ippolito Nievo et le musicien Franz Liszt, qui a passé ici sa lune de miel avec Marie d'Agoult. C'est d'ailleurs là qu'est née sa fille Cosima, qui fut la femme de Richard Wagner.
- VARENNA : petite cité aux allures romantiques, qui s'échelonne sur un promontoire au débouché de la vallée d'Esino et domine les trois bras du lac.
- SAN PIETRO AL MONTE : Sur les hauteurs de Civate, se dresse au milieu de la montagne l'un des plus beaux monuments romans de Lombardie, la basilique de San Pietro al Monte avec son baptistère du XIème siècle décorée de stucs et de fresques des XIème–XIIème siècle Face à l'église se trouve l'Oratoire de San Benedetto du IXème siècle.

CULTURE :

LES SACRI MONTI

Les Sacri Monti du Piémont et de Lombardie sont des lieux religieux destinés à la foi chrétienne, des groupes de chapelles dispersés dans des environnements naturels du Piémont et de Lombardie dirigés entre le XVIe et le XVIIe siècle et comportant des expressions artistiques pieuses (architecture, sculptures, peintures). Ils ont été érigés dans l'idée de créer en Europe des lieux de prière en alternative aux lieux saints de Jérusalem et de Palestine, de plus en plus difficiles d'accès pour les pèlerins du fait de la rapide expansion de la culture musulmane.

L'UNESCO les a inscrit au patrimoine mondial de l'Humanité en 2003.

Source Wikipédia.

AUTRES INFORMATIONS :

Contrairement à la France, les restaurants italiens facturent en supplément le "pane e coperto" (le pain et le couvert). Comptez de 1 à 5€ au total, selon le standing du restaurant.



NOUS CONTACTER



Notre agence est ouverte du lundi au vendredi de 9h à 18h30, et le samedi de 9h à 17h
(de novembre à janvier inclus : fermeture à 18h en semaine, et tous les samedis)
En cas de problème de dernière minute, appelez :
au **04 90 09 06 06** ou sur notre téléphone d'urgence au **07 77 08 14 68 (7j/7 24h/24)**



infos@cheminsdusud.com



57 rue François Gernelle BP 155
84 120 PERTUIS



www.cheminsdusud.com

Dernière mise à jour : 27/02/2025