



# Forêt Noire, Rando et Remise en Forme

## ALLEMAGNE



Une découverte tout en douceur du coeur de la Haute Forêt Noire à partir du village de Menzenschwand. Nos randonnées d'un niveau très accessible, vous feront découvrir les essentiels de la Haute Forêt Noire tout en restant dans des endroits sauvages et à l'écart du tourisme de masse. Au retour des balades vous pourrez profiter de la piscine chauffée (intérieure et extérieure) et de l'Espace Forme et Bien-Être du petit établissement thermal le " Radon Revital Bad " situé à quelques minutes à pied de l'hôtel dans un environnement naturel unique. Vous serez accueillis dans notre hôtel confortable à Menzenschwand. Une immersion dans une nature sauvage, des paysages très variés, des montagnes typiques, des traditions ancestrales, des forêts paisibles, un SPA revitalisant et une délicieuse cuisine locale, ... Détente, découverte et remise en forme seront au menu de vos journées !



6 jours / 5 nuits  
5 jours de marche



1 à 14 personnes



En étoile



★★★



Hôtel



Code : 1156

### LES POINTS FORTS :

- L'Espace Forme et Bien-être
- Les plus beaux et des plus typiques villages de la Haute Forêt Noire.
- Hotel confort équivalent 3\*\*\*



## PROGRAMME JOUR PAR JOUR

### JOUR 1 : MENZENSCHWAND - HINTERDORF

Accueil le dimanche vers 18h à l'hôtel dans le village de Menzenschwand-Hinterdorf (880m).

Ce petit village thermal situé en fond de vallée est composé principalement de vieilles fermes et de belles maisons typiques de la Forêt Noire tout en bois. Vous dormirez au calme, au beau milieu d'une large et majestueuse vallée où serpentent des petits ruisseaux. C'est l'endroit idéal pour se ressourcer. Installation pour 5 nuits.

### JOUR 2 : RESERVE DU FELBERG - HOCHKOPFHUTTE- ZWEI SEEN BLICK - FARNWITTE

Randonnée sauvage au coeur de la Réserve Naturelle du Feldberg : forêts « mystérieuses ».

Montée progressive en balcon sur le vallon de Menzenschwand pour rejoindre la Hochkopfhütte située au pied du Hochkopf (1308m). Nous traversons la tourbière du Hirschbäder pour rejoindre le Zwei-Seen-Blick (1301m) qui offre un point de vue exceptionnel à la fois sur le plus grand lac (Schluchsee) et le plus célèbre lac (Titisee) de la Forêt Noire. On continue à travers la tourbière de pente de Farnwitte d'où nous avons un beau point de vue sur le Feldberg (plus au sommet de la Forêt Noire à 1493m). Passage à un dernier point de vue sur le vallon de Menzenschwand avant de rejoindre le chemin en balcon qui nous ramène à notre Gasthaus. Temps libre pour profiter de l'espace bien-être du Radon Revital Bad.

▲ 4h de marche, + 440m/-440m de dénivelé

### JOUR 3 : HERZOGENHORN - KRUNKELBACHHUTTE - SPIESSHORN

Ascension de l'Herzogenhorn (1413m - le 3ème sommet de la Forêt Noire).

Montée progressive dans le vallon du Krunkelbach pour déboucher sur la crête dégarnie de l'Herzogenhorn (la corne du duc). Magnifique panorama impressionnant à 360° sur toute la Forêt Noire dont les plus hauts sommets (Belchen, Seebuck, Feldberg...), les Vosges, le Jura, les Alpes Bernoises... Descente à travers la tourbière du Krunkelbach pour rejoindre la pittoresque Auberge de Montagne du Krunkelbachhütte entouré de prairies et de pâturages. L'après-midi dernière montée en forêt pour atteindre le sommet du Spiesshorn orné d'un petit kiosque duquel on a une belle vue plongeante sur la vallée de Menzenschwand que l'on rejoint ensuite par une piste facile. Temps libre pour profiter de l'espace bien-être du Radon Revital Bad.

▲ 5h de marche, +550m/-550m de dénivelé

### JOUR 4 : COL DU HOCHKOPF - SEEBUCK - FELDBERG - FELDSEE

Ascension des deux plus hauts sommets de la Forêt Noire : le Seebuck et le Feldberg.

Transfert au col du Hochkopf (18km / 20mn). Nous commençons par une montée progressive qui nous amène à la Bismarckdenkmal qui offre une vue plongeante sur le Feldsee et la Raimartihof, puis au Seebuck. Arrivée au sommet du Feldberg, point culminant de la Forêt Noire où vous pourrez admirer un panorama unique sur la vallée du Rhin, les Vosges, la partie septentrionale de la Forêt-Noire et si le temps le permet, jusqu'aux Alpes suisses. Descente au bord du Feldsee, petit lac de montagne sauvage et romantique niché au fond d'un cirque glaciaire où se cachent de sensationnelles orgues granitiques. Après une pause à la Berggasthof Raimartihof, une auberge paysanne typique aux plafonds bas et à l'architecture traditionnelle tout en bois, construite en 1710 en pleine nature. Retour au col du Hochkopf et transfert à Menzenschwand. Temps libre pour profiter de l'espace bien-être du Radon Revital Bad.

▲ 4h30 de marche, +390m/-390m de dénivelé



## **JOUR 5 : LAC DE SCHLUCHSEE**

Découverte du plus grand lac de Forêt-Noire : Le Schluchsee

Transfert en voiture personnelle au col Äulener Kreuz pour descendre ensuite dans le vallon du Krummenbach que l'on suit jusqu'aux rives du lac du Schluchsee. Le chemin passe devant la Ferme Auberge Unterkrummenhof située sur la rive du lac qui invite à faire une pause. L'après-midi le Seerundweg (sentier du tour du lac) nous emmène à Aha au nord du lac. Retour sur Menzenschwand par Äule et Äulemer Kreuz. Temps libre pour profiter de l'espace bien-être du Radon Revital Bad.

▲ 4h30 de marche, +300m/-300m de dénivelé

## **JOUR 6 : VALLON DU MENZENSCHWANDER ALB**

Cirque glaciaire et cascade du vallon du Menzenschwander Alb.

Traversée du village et montée progressive dans le vallon jusqu'au fond du cirque glaciaire qui ferme la vallée. Situé au pied du massif du Feldberg et de l'Herzogenhorn c'est un des plus grands cirques glaciaire de Forêt Noire. Passage au Ruckenhütte, point culminant de la matinée à 1243m avant de rejoindre le fond de la vallée pour découvrir les impressionnantes cascades formées par le torrent Menzenschwander Alb qui, en descendant du Feldberg, a creusé un canyon sur près de 500m de long et 30m de haut ! Retour à l'hôtel en longeant le Menzenschwander Alb. Fin du séjour vers 12h00 à l'hôtel.

▲ 2h30 de marche, +360m/-360m de dénivelé

### **IMPORTANT ITINÉRAIRE :**

- La procession d'une voiture personnelle est obligatoire pour ce circuit.
- 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...). Votre satisfaction et votre sécurité sont les éléments qui prédominent dans ces décisions de modification.

### **NUITS SUPPLÉMENTAIRES :**

Possibilité de demander des nuits supplémentaires à l'hôtel (tarifs sur demande, nous consulter).



## **PERSONNALISER SON VOYAGE :**

Un autre séjour existe dans cette même région : [Traversée de la Haute Forêt Noire en liberté](#)

Avec la « Gästkarte », qui vous sera fournie par l'hôtelier, vous aurez un accès libre au petit Centre de Remise en Forme le « Radon Revital Bad » très bien équipée et situé à 10 mn à pied de l'hôtel. L'établissement thermal offre une atmosphère chaleureuse et intime, combinée avec une architecture moderne et des vues panoramiques sur la nature environnante.

Deux sources d'eau minérale jaillissant de la vallée « Krunkelbachtal » adjacente fournissent le Spa avec de l'eau minérale. Il y a un bassin principal, situé à moitié en intérieur et à moitié en extérieur, avec une très belle vue sur les montagnes et les pâturages depuis la partie extérieure. La température de l'eau fluorée est de 33°C. A l'intérieur de ce bassin principal, se trouve un petit bassin, de faible profondeur, destiné uniquement jacuzzi avec une température de 38°C.

L'entrée de base donne accès à la piscine et au jacuzzi, à l'Espace détente, coin lecture, réparti dans un jardin attenant au centre.

Revital-Sauna : il y a trois saunas finlandais construits en bois kelo, le nec plus ultra pour la fabrication de sauna. Le kelo est un bois de pin qui tient sa couleur argentée de l'air sec des régions polaires dans lesquelles il pousse. Ce bois complètement sec et au parfum si particulier est idéal pour le sauna.

Deux saunas intérieurs : un à 70°C et un à 90°C Un sauna à l'extérieur dans le jardin à 90°C.

Bien-être et équilibre :

Coutume finlandaise depuis plus de 2000 ans, le sauna est une tradition sociale et familiale au pays des lacs glacés et des forêts bleues. Il se pratique régulièrement et procure à ses utilisateurs de nombreux bienfaits: il calme les nerfs, aide à chasser le stress et élimine les tensions musculaires. Facteur de relaxation, il évacue la fatigue et redonne joie de vivre et tonus grâce à son action sédatrice. Les vertus du sauna sur le cœur ont fait l'objet de nombreuses études démontrant l'action bénéfique de ce soin sur la circulation sanguine et la peau. Dans les pays germaniques, ainsi qu'en Europe centrale, le port du maillot de bain est prohibé, pour les femmes comme pour les hommes. Un Solarium payant est également à disposition. Possibilité de louer des serviettes de bains directement au centre.

Massages : Le Radon Revital Bad propose également de nombreuses variantes de massage... (voir tarifs dans "option").

## **FICHE PRATIQUE**

### **NIVEAU PHYSIQUE :**

➤ Marcheur Régulier

Pour marcheur motivé, en forme, pratiquant une activité physique variée et régulière.

2h30 à 5h de marche par jour avec des dénivelés positifs allant de 300m à 550m par jour.

### **NIVEAU TECHNIQUE :**

L'altitude maximale atteinte est 1493m (le Feldberg) le Jour 04.

Aucune difficulté terrain particulière.



### **ENCADREMENT :**

Vous êtes en autonomie pendant le séjour, aucun accompagnateur.

### **TOPOGUIDE :**

Votre topo (dossier de voyage) vous sera envoyé par courrier environ 2 à 3 semaines avant votre départ : il récapitulera les contacts utiles et le détail de votre programme jour par jour, ainsi que les points de RV et d'accès à vos hébergements. Votre questionnaire de satisfaction y sera aussi présent. Un seul topo est imprimé et envoyé par groupe. Il est composé d'un livret complet sur la destination. Possibilité d'envoi de plusieurs topos (avec supplément). En cas de réservation de dernière minute ou d'adresse à l'étranger, votre topoguide sera envoyé au premier hébergement de votre séjour et vous sera remis à votre arrivée sur place.

### **HÉBERGEMENT :**

Hôtel Gasthaus typique de Forêt Noire (équivalent 3\* en France).

En Allemagne, peu de chambres sont équipées de 2 lits séparés mais plutôt de lits "de milieu" c'est-à-dire deux lits jumeaux accolés, avec matelas de 90cm et draps et couettes individuelles.

### **RESTAURATION :**

Un petit-déjeuner buffet est servi chaque matin ; riche et copieux, chacun y trouve son bonheur.

Les repas de midi sont à prévoir par vos soins (pique-niques froids possibilité de demander à l'hôtel de vous préparer un pique-nique avec un supplément ou possibilité de prendre un repas chaud dans une des Fermes Auberges auprès desquelles vous passerez selon la saison. Les repas du soir sont pris à l'hôtel.

### **TRANSPORT DES BAGAGES :**

Vous porterez uniquement vos affaires de la journée.

### **TRANSFERTS :**

Les transferts cités dans le programme nécessitent un véhicule.

### **GROUPE :**

A partir d'un participant (avec supplément en chambre individuelle)

### **RENDEZ-VOUS :**

Le jour 1 vers 18h à la Gasthaus dans le village de Menzenschwand-Hinterdorf.

### **DISPERSION :**

Le jour 6 vers 12h à l'hôtel.



## MOYENS D'ACCÈS :



### EN VOITURE

Vous pouvez faire le trajet suivant : B31 Freiburg im Breisgau puis Titisee / B317 Titisee puis Bärental / B500 Bärental pour continuer à Aha / L146 Aha et arriver enfin à Menzenschwand.

Pour plus d'informations, consultez le site [www.google.fr/maps](http://www.google.fr/maps)

Carte Michelin au 1/ 200 000ème N° 278 "Pays Rhénans - Rhin Supérieur".



### PARKING

Un parking gratuit est disponible sur place (sans réservation préalable).



### EN TRAIN

Information sur les possibilités de voyages en train sur :

➤ [www.thetrainline.com](http://www.thetrainline.com)

Vous trouverez les informations concernant les horaires de train :

➤ En France auprès de la SNCF: Tél. : 3635 [www.sncf-connect.com](http://www.sncf-connect.com)

➤ En Allemagne : [www.dbahn.fr](http://www.dbahn.fr).

A titre indicatif :

Train régulier entre la gare de Freiburg-im-Breisgau Hbf - gare de Aha Bf via Titisee (temps de trajet moyen : 1h20). La gare de Freiburg-im-Breisgau est facilement accessible depuis Mulhouse. La gare ferroviaire de Aha est la première station sur le Schluchsee, le plus grand lac de la Forêt Noire. Prendre ensuite le bus 7321/9051 à l'arrêt Aha Gh Auerhahn (arrêt de bus situé en contrebas de la gare ferroviaire). Départ 9h32 ou 13h00 ou 17h (le dimanche) avec une arrivée à l'arrêt Menzenschwand-Hinterdorf A à 9h45 ou 13h13 ou 17h13.



### EN AVION

Accès Bâle, Fribourg ou Zurich

Euro Airport Bâle-Mulhouse-Fribourg (60km) [www.euroairport.com/fr/](http://www.euroairport.com/fr/)

Aéroport de Zurich (60km) [www.swiss.com/fr/fr/fly/airport/zurichairport](http://www.swiss.com/fr/fr/fly/airport/zurichairport)

Rejoindre ensuite Fribourg puis Mezenschwand par le train régional puis le bus.

## DATES ET PRIX

### INFORMATIONS DATES ET PRIX :

Départ possible tous les jours du 15/06 au 22/09/24

Prix 1 participant : 930€. (supplément en chambre individuelle inclus)

A partir de 2 participants : 710€/pers.

A partir de 3 participants : 690€/pers.

A partir de 4 participants : 670€/pers.

➤ **A partir de 5 participants : remise privilégiée. Nous contacter.**

➤ Le supplément chambre individuelle est obligatoire pour 1 participant et pour les bases 3 participants.

Pour plus de détails concernant les Privilèges Chemins du Sud, et pour les villes et dates des Salons, vous pouvez consulter notre page : [www.cheminsdusud.com/remises-privileges](http://www.cheminsdusud.com/remises-privileges)

#### Privilèges 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 - remise -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 la Randonnée.

#### Remise Salons - remise -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 - remise -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.

### NOTRE PRIX COMPREND :

- L'hébergement : 5 nuits en hôtel 3\*,
- 5 petits déjeuners,
- 5 dîners,
- La fourniture d'un topo guide (1 dossier pour 4),
- L'accès libre à la piscine thermale chauffée de « l'Espace Forme et Bien-être » du village les J2, 3, 4, et 5,
- Les frais d'organisation.



### **NOTRE PRIX NE COMPREND PAS :**

- Votre transport aller/retour jusqu'au lieu de rendez-vous et de dispersion,
- Les boissons et les déjeuners,
- Toutes les dépenses d'ordre personnel,
- Les visites éventuelles,
- Les assurances annulation et/ou assistance,
- Les frais d'inscription éventuels,
- Les taxes de séjour,
- Le supplément chambre individuelle,
- D'une manière 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 : 220€ /pers.
- Sauna avec la "Gästkarte" : +20€/pers.
- Bien prévoir 2 à 3€ de consigne pour le bracelet + des serviettes.

## **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ**

### **BAGAGES :**

- ✓ 1 sac de voyage par personne (ou valise à roulettes). 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 également le poids à 10-12kg, 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 paire de guêtres (facultatif)
- ✓ 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**

- ✓ Couverts
- ✓ 1 boîte de conservation en plastique de 0,5 litre minimum (impératif même s'il peut arriver qu'elle ne serve pas)
- ✓ 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) ou une gourde filtrante éventuellement. Surtout utile en hiver, si vous souhaitez, prendre 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 (facultatif, 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) et écran labial (le tout systématiquement dans le sac à dos)
- ✓ 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
- ✓ Papier toilette
- ✓ 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)

## **PHARMACIE :**

- ✓ 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)
- ✓ Petits ciseaux (facultatif)
- ✓ Vitamine C (facultatif)
- ✓ Pince à échardes (facultatif)
- ✓ Gel hydroalcoolique antibactérien utile pour se laver/désinfecter les mains.



## FORMALITÉS

### FORMALITÉS :

Durant la randonnée, vous devez être en possession des documents suivants :

- Carte d'identité en cours de validité ou Passeport.
- Carte vitale.
- Dépliant de votre assurance voyage reçu lors de votre inscription (si vous avez souscrit cette assurance auprès de nos bureaux) ou de votre assurance personnelle (numéro de contrat + numéro de téléphone).
- Carte Européenne d'assurance maladie
- Important : contrairement à la plupart des pays de l'Union Européenne, la prolongation de validité de la carte nationale d'identité française n'est pas officiellement acceptée par les autorités.

Vous devez obligatoirement avoir sur vous une carte nationale d'identité avec une date de validité postérieure à votre retour en France, sinon un passeport en cours de validité.

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

Textes complets des assurances envoyés sur demande.



## INFORMATIONS DESTINATION

### CULTURE :

- Capitale : Berlin
- Monnaie : Les Allemands ont l'habitude de tout payer en liquide mais les cartes de paiement sont de plus en plus acceptées.
- Change et paiement : Pour les Suisses et Canadiens, bureaux de change dans les aéroports, aux frontières et dans les gares des grandes villes ouverts de 6h à 22h, même le week-end ! Les commissions sur le change ne varient que très peu d'une banque à l'autre. Pour les retraits en euros aux DAB, en principe, plus de commission si votre compte se situe dans la zone euro ; vérifiez auprès de votre banque si ce n'est pas le cas.
- Décalage horaire : Même heure qu'en France
- Electricité : Même prise qu'en France
- Téléphone :

De la France vers l'Allemagne : 00 + 49 + indicatif de la ville + numéro du correspondant.

De l'Allemagne vers la France : 00 + 33 + numéro du correspondant à 9 chiffres (on ne compose pas le 0).



## NOUS CONTACTER



Notre agence est ouverte du Lundi au Vendredi de 9h à 18h30, et le Samedi de 9h à 17h  
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](mailto:infos@cheminsdusud.com)



57 rue François Gernelle BP 155  
84 120 PERTUIS

Notre agence est ouverte du Lundi au Vendredi de 9h à 18h30, et le Samedi de 9h à 17h



[http://](http://www.cheminsdusud.com)

[www.cheminsdusud.com](http://www.cheminsdusud.com)

Dernière mise à jour : 02/02/2024