



# Le Chemin des Lavandes et les villages de Haute Provence

## FRANCE - PROVENCE



*Une immersion au coeur de la Haute-Provence, sur le plateau d'Albion, entre le Mont Ventoux, la Montagne de Lure et le Luberon, en petit groupe. Nous partons à la découverte des paysages colorés des lavandes qui s'épanouissent de mi-juin à fin juillet (approximativement, selon le climat de l'année) et des villages de Haute Provence. Chaque jour, nous marchons avec une thématique différente (dont certains d'entre eux sont consacrés aux lavandes).*

*Ce séjour propose des randonnées faciles qui sollicitent nos 5 sens : les parfums enivrants des lavandes, les nuances de bleus pour en prendre plein les yeux, les chœurs des cigales pour nous chatouiller les oreilles, le marché de Sault pour découvrir les saveurs provençales, et l'élégance des murs de pierres sèches au toucher rugueux.*

*Nous sommes logés dans une chambre d'hôtes très confortable à proximité l'un des plus beaux villages de France, réputé pour ses eaux thermales "Montbrun les Bains".*



6 jours / 5 nuits  
5,5 jours de  
randonnée et visites



6 à 8 personnes



En étoile



Chambres d'hôtes



Code : 1208

### LES POINTS FORTS :

- La grande variété des paysages
- La découverte des petits villages authentiques
- Le joli cadre de notre hébergement
- L'accueil chaleureux et la cuisine créative de notre hôte



## PROGRAMME JOUR PAR JOUR

### JOUR 1 : ORANGE - MONTBRUN LES BAINS

Accueil à la gare SNCF d'Orange à 11h15.

Transfert en bus privé (1h15) à la station verte de Montbrun-les-Bains au pied du Mont Ventoux. Pique-nique et visite du village.

Niché au milieu de collines verdoyantes, ce village arbore les fières façades de ses maisons fortifiées. Nous montons jusqu'aux ruines du château pour profiter du panorama.

▲ 3h de marche, +150m /-150m de dénivelée

### JOUR 2 : AUREL - SAINT TRINIT - AUREL : LA BOUCLE DES LAVANDES

Transfert en minibus jusqu'à Aurel (15mn), superbe belvédère du pays de Sault. Visite de ce charmant petit village de pierres ocre accroché à la colline. Itinéraire en boucle dans un patchwork de forêts de chênes verts et de champs de lavandes. Nous atteignons Saint Trinit isolé au milieu d'une nature authentique et généreuse. Ce petit village abrite une église du XIIème joyaux de l'art roman provençal. Retour à Aurel en minibus (15mn).

▲ 5h de marche, +200m /-200m de dénivelée

### JOUR 3 : SAULT ET LES GORGES DE LA NESQUE - MONIEUX - MONTBRUN LES BAINS

Le matin, transfert en minibus à Sault (20mn). Découverte de son marché provençal, haut en couleurs et authentique. Le marché de Sault se tient tous les mercredis en ville depuis l'année 1515. Durant la seconde guerre mondiale ce marché était une plaque tournante de l'information et de l'approvisionnement du Maquis Ventoux. En fin de matinée, petit transfert en minibus (10mn) au village de Monieux dans les gorges de la Nesque, pour une randonnée en aller-retour. Balade dans le second plus beau canyon de Provence sur un sentier en balcon au dessus des gorges. Au retour, nous faisons un à Monieux. Transfert retour en minibus à Montbrun les Bains (30mn). Unique créneau pour éventuellement profiter des termes.

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

### JOUR 4 : SAUMANE - BANON - MONTBRUN LES BAINS

Transfert jusqu'à Saumane en minibus (1h), petit village au pied de la Montagne de Lure.

Ce parcours est jalonné de vieilles bergeries en pierre sèches qui furent utilisées jusqu'au début des années 50. Un parcours émouvant sur les pas des bergers qui ont inspirés de nombreux écrits à Jean Giono.

Après l'effort, le réconfort : lors du transfert retour, nous faisons une pause à Banon célèbre pour sa librairie "Le bleuet" la plus grande librairie rurale de France, sans oublier le fromage de chèvre enveloppé de feuille de châtaignier.

Retour à notre hébergement en minibus (40mn de transfert).

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

### JOUR 5 : SAVOILLAN - BRANTES - MONTBRUN LES BAINS

Transfert à Savoillan en minibus (10min). Nous partons de Savoillan pour rejoindre Brantes en passant par les crêtes du Rocher du Charles. Découverte de Brantes, l'un des plus beaux villages du Pays du Ventoux. Accroché à flanc de montagne, ce village fortifié nous dévoile ses ruelles étroites, ses chapelles et ses ateliers d'artisanat.

Descente au pont Romain pour une baignade dans les eaux du Toulourenc.

Retour en minibus à notre hébergement (10min).

▲ 5h de marche, +300m/-300m de dénivelée



## **JOUR 6 : SENTIER DECOUVERTE A SAULT - MONTBRUN LES BAINS - ORANGE TGV**

Transfert en minibus à Sault (20mn) pour une balade sur le sentier découverte de la Lavande. Il s'agit d'un sentier aménagé sur un plateau aride et sec avec des panneaux informatifs. Pour compléter le séjour, nous terminons le parcours à la distillerie « Aroma Plantes » pour une visite commentée et profiter des rafraichissements proposés à l'Aromatic'Bar. La lavande n'aura plus de secret pour nous !

En fin de matinée retour à l'hébergement en minibus (20mn) (douche possible) et dernier pique-nique.

Départ en début d'après-midi pour un transfert en minibus à la gare SnCF d'Orange (1h15 de transfert). Arrivée prévue à Orange à 16h.

▲ 2h30 de marche, +150m /-150m de dénivelée

### **IMPORTANT ITINÉRAIRE :**

- Nous avons intitulé ce séjour "Le Chemin des Lavandes", car nous évoluons dans une région reconnue pour la culture des lavandes, et nous marchons parmi les champs de lavandes, notamment les jours 2 et 6. Pour l'intérêt de l'itinéraire et pour assurer une variété lors de votre semaine, nous n'évoluons pas les autres jours parmi les lavandes.
- La floraison des lavandes et par conséquent les dates de récolte dépend du climat et de ses aléas. Nous ne pouvons garantir des champs en fleurs lors de votre séjour, bien que les dates aient été calées sur la période théorique et idéale de floraison.
- 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 :**

- Si vous souhaitez arriver la veille ou rester une nuit après le séjour, nous vous conseillons l'hôtel suivant situé juste en face de la gare d'Orange : BRIT HOTEL LE LOUVRE, 89 Avenue Frédéric Mistral, 84100 Orange, Tel : 04 90 34 10 08 - louvre@brithotel.fr
- Pour rester une nuit supplémentaire dans notre hébergement à Montbrun les Bains, 70€ par personne en chambre de 2 avec petit-déjeuner (pour une chambre individuelle, nous consulter, car la chambre peut varier selon les disponibilités, du fait de la taille de notre maison d'hôtes).



## **PERSONNALISER SON VOYAGE :**

### ➤ LES THERMES DE MONTBRUN LES BAINS.

Si le programme le permet, il vous sera possible de vous relaxer à la station thermale de Montbrun les Bains (entrée et soins à réserver et à régler sur place).

Les eaux de Montbrun-les-Bains sont sulfurées calciques, magnésiennes neutres avec dégagement d'hydrogène sulfuré. Elles proviennent du captage Gipières et sortent à une température de 12°C. Elles protègent contre les allergies, renforcent les défenses immunitaires. Elles facilitent et accentuent la pression hydrostatique.

### ➤ SPA THERMAL & ESPACE AQUA-DÉTENTE

Pour 2022, ouverture et horaires à vérifier sur [www.valvital.fr/Spa-Sejours/Montbrun-les-Bains-Station-thermale-de-Montbrun-les-Bains](http://www.valvital.fr/Spa-Sejours/Montbrun-les-Bains-Station-thermale-de-Montbrun-les-Bains)

Le Spa thermal vous propose son espace Aqua-détente sans réservation incluant piscine thermale, hammam, sauna, terrasse panoramique avec deux jacuzzis et solarium extérieurs, cours collectifs de sport, de relaxation et d'aquagym (selon le planning).

- L'espace Aqua-détente est accessible à partir de 12 ans (mineurs sous la surveillance d'un adulte).

- La baignade n'est pas autorisée pendant les séances d'aquagym.

### ➤ TENUES À PRÉVOIR

Le Spa vous fournit 1 peignoir et 1 serviette. Prévoir un maillot de bain (short de bain, caleçon et shorties interdits), un drap de bain, des sandales, tongs ou claquettes en plastiques propres, le nécessaire pour attacher vos cheveux. Maillots et tongs en plastique sont en vente sur place. Un vestiaire et des casiers sont à votre disposition pour ranger vos affaires (pensez à prendre une pièce de 1€).

Pour plus d'informations, vous pouvez contacter par téléphone le 04 75 28 80 75.

➤ Ce séjour existe aussi en formule Liberté, cliquez sur ce lien pour en savoir plus : [Randonnée bien-être au cœur des lavandes en liberté](#)

## **FICHE PRATIQUE**

### **NIVEAU PHYSIQUE :**

#### ➤ Marcheur Occasionnel

Pour tout randonneur en recherche d'un rythme de marche tranquille, avec un niveau physique et technique restant accessible.

2h30 à 5 heures de balade par jour, faible dénivelée (sauf le jour 4 où le dénivelé est de +500m; il peut être réduit par votre guide, en écourtant une partie de cette randonnée)

### **NIVEAU TECHNIQUE :**

Aucune difficulté technique.



## **ENCADREMENT :**

Accompagnateur en montagne diplômé.

### **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 :**

5 nuits en chambres d'hôtes de charme situées à proximité de l'un des plus beaux villages de France "Montbrun les Bains" sous le signe du confort et de la convivialité.

Notre hôtesse Chantal propose "sa table d'hôte gourmande". Elle nous régale de sa cuisine créative. Elle met un point d'honneur à utiliser les produits issus de son jardin selon les saisons ainsi que ceux des producteurs locaux.

- 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.

## **TRANSPORT DES BAGAGES :**

Vous porterez uniquement vos affaires de la journée.

## **TRANSFERTS :**

Minibus privé de 9 places dont votre chauffeur guide.

Les durées par trajet sont souvent de 15 ou 30min (les jours 2 et 5 par exemple).

Au total dans la journée, 1h à 1h40 de transfert sont prévus les jours 1, 3 et 4. Le Jour 6 est le jour avec le plus de trajet (1h55 au total dans la journée).

Exceptionnellement, si notre hébergement a une chambre supplémentaire disponible, un ou 2 participants pourront se joindre au séjour, en utilisant leur propre véhicule.

## **GROUPE :**

De 6 à 8 personnes (ou 9, ou 10, exceptionnellement : consulter la rubrique Transferts de notre fiche technique)



## RENDEZ-VOUS :

Le lundi à 11h15 à la gare d'Orange (à l'extérieur de la gare au niveau de l'entrée principale, côté rue Pierre Semard). Il n'est pas possible d'arriver plus tardivement, sauf si venue en voiture (car nous partons en minibus juste après le RV, à plusieurs km d'Orange).

- En cas d'arrivée la veille, l'hôtel se trouve généralement en face (sinon proche) de la gare. Il vous sera alors très facile de vous rendre à pied au lieu de RV.
- Pour les arrivées en voiture, consulter la rubrique « Parking » de notre fiche technique.
- En cas d'arrivée en voiture après l'heure de RV, vous devrez appeler votre guide, qui vous enverra le point GPS Google Maps du lieu de pique nique (avec photo de l'endroit) pour les rejoindre. Lieu de RV situé dans la commune de Saint Léger du Ventoux (avec endroit pour se garer aisément).
- 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 suivant à 16h à la gare d'Orange.

## MOYENS D'ACCÈS :



### EN VOITURE

De Marseille prendre l'A55 puis l'A7 en direction de Avenue Charles de Gaulle D17 à Orange. Prendre la sortie 21 Orange Centre et quitter l'A7.

Vous pouvez calculer votre itinéraire sur le site Michelin : [www.viamichelin.com](http://www.viamichelin.com)

Covoiturage :

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, nous vous incitons à consulter les sites suivants qui organisent le covoiturage :

[www.covoiturage.fr](http://www.covoiturage.fr) ou [www.covoiturage.com](http://www.covoiturage.com) ou [www.easycovoiturage.com](http://www.easycovoiturage.com) , etc.



### PARKING

Il est facile de se garer à la gare d'Orange, et gratuitement : il faut se rendre au parking situé au coin de la rue Jean Reboul avec l'avenue Frédéric Mistral. La gare SNCF d'Orange est à 100 mètres.



## EN TRAIN

Gare d'accès : gare d'Orange

➤ **ALLER :**

Départ à 7h43 de Gare Paris Lyon TGV INOUI n°6191. Arrivée à 11h03 à la Gare d'Orange

Horaires de train à titre indicatif sous réserve de toutes modifications (il est indispensable de vérifier auprès de la SNCF Tél. : 36 35 ou <https://www.sncf-connect.com/>).

➤ **RETOUR :**

Départ à 17h57 de la Gare d'Orange (TGV INOUI N°6198). Arrivée à Gare de Lyon à 21h17.

## 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](mailto: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 demi-pension
- Les pique-niques le midi du J1 au J6
- Les transferts prévus au programme
- Les frais d'organisation
- La taxe de séjour

### **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)
- Les visites
- Les boissons
- 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 (seulement 1 à 2 chambres individuelles disponibles pour ce séjour, selon le type de chambres réservées pour chacun des départs) : 310€ pour le départ du 16 juin, 320€ pour les autres départs.

## **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).





## 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)

## **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 écharde (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)

### **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**

### **CARTOGRAPHIE :**

- Carte IGN Banon Sault N°3240 OT
- Carte IGN Mont Ventoux N°3140 ET



## 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](mailto:infos@cheminsdusud.com)



57 rue François Gernelle BP 155  
84 120 PERTUIS



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

Dernière mise à jour : 05/03/2025