

PIEMONTE

Percorsi Occitani : Vallée Maira

8 jours / 7 nuits /



Une des vallées les plus secrètes du Piémont italien qui malgré des montagnes qui culminent à plus de 3000m, n'a pas bénéficié du tourisme blanc. Loin de Turin, cette petite vallée a su garder son patrimoine et son histoire ce qui lui confère une identité propre ou la culture occitane perdue.

C'est d'une idée commune, des hébergeurs de la vallée, et de l'administration, qu'est né un itinéraire touristique divisé en 13 étapes : I Percorsi Occitani.

Ce parcours à travers petits hameaux de montagne aux toit de lauzes habités ou abandonnés, présente un intérêt au niveau naturel mais également d'un point de vue historique. Nous vous proposons aujourd'hui une sélection des plus belles randonnées pour découvrir de manière plus approfondie la vie quotidienne de ces montagnes.



PROGRAMME INDICATIF :

Jour 1 : Macra

Selon votre heure d'arrivée, randonnée de mise en jambe par le sentier **des Cyclamens** qui relie les hameaux de Macra. Installation en chambres d'hôtes et nuit à Macra.

2h30 à 3h de marche. Dénivelées : +/- 200m.



Jour 2 : Macra - Celle di Macra

Randonnée sur le sentier de la Foi et ses nombreux oratoires, une grande boucle reliant les hameaux de Celle di Macra. A travers l'ubac de la vallée, passage par le hameau de Chiesa et la chapelle dédiée à Saint Sébastien. Retour à Macra pour une deuxième nuit.

4h00 à 4h30 de marche. Dénivelées = +/- 450m.

Jour 3 : Macra – Ruata Valle

Par le sentier des Cyclamens, puis de beaux sentiers en balcon, vous gagnerez la chapelle St Pierre puis les hameaux de Caudano avec sa chapelle et son lazaret médiéval. Poursuite vers Ruata Valle.

5h30 de marche. Dénivelées : + 825 m et – 260m.

Jour 4 : Ruata Valle - Elva

Vous continuerez sur le sentier en balcon par les villages perchés de Cucchiales, Ciamino et San Martino, avant de franchir les cols Bettone (1834m) et San Giovanni (1875m) pour parvenir à Elva et son église.

4h30 de marche. Dénivelées = + 550m et – 250m.



Jour 5 : Elva – San Michele di Prazzo

Découverte de l'architecture rurale par les hameaux de Chiosso, montée au col de San Michele (1910m) et descente sur le village de San Michele et son église baroque.

4h00 de marche. Dénivelées : +500m et – 740m.

Jour 6 : Chialvetta et le Col de Sologno Blue

Court transfert pour le petit village de Chialvetta et son petit musée des traditions populaires. Traversée du col Sologno Blue avec un beau panorama sur la Meja, et descente sur le hameau de Preit.

5h30 de marche. Dénivelées : +850m/- 800m.



Jour 7 : La Meja et les alpages de la Gardetta

Court transfert en taxi jusqu'au col de Preit, point de départ du tour de la Meja. Randonnée dans les hauts plateaux d'alpages de la Gardetta, site classé par l'Unesco pour sa géologie puis passage par les fortifications du Valle Alpino (la ligne Maginot italienne). Nuit à Preit.

*4h30 à 5h00 de marche. Dénivelées : +520m et –1050m.
(Variante plus courte possible par le Lago Nero)*

Jour 8 : Marmora – Bassura ou Macra

Court transfert de Preit au hameau de Borgata Superiore. Par le chemin de la «route Napoléon» descente douce à l'ombre des arbres jusqu'au fond de la vallée. Retour possible vers Macra, Cunéo, Nice ou Turin. *4h30 de marche. Dénivelées : + 250m et – 900m.*

NB : Nous recommandons une nuit supplémentaire soit à Bassura (si vous utilisez les transports en commun) ou à Macra (si vous êtes venus en voiture).

FICHE PRATIQUE :

NIVEAU : Moyen, Durée moyenne de 5h de marche jour sur sentiers balisés. Dénivelée moyenne de montée : + 550m par jour

PORTAGE : uniquement les affaires de la journée

HEBERGEMENTS : 7 nuits en chambres d'hôtes et auberges avec parfois douche et wc sur pallier ou à l'étage.

DEBUT DU SEJOUR : le jour 1 à l'hébergement à Macra

FIN DU SEJOUR : le jour 8 après la randonnée à Bassura

CIRCUIT LIBERTE : Départ possible tous les jours du 01/06 au 31/10

En 1/2 pension (boissons non comprises) en chambre double

Base 2 à 3 personnes : 780€/personne

Base 4 à 6 personnes : 735€/personne

Supplément chambre individuelle : +150 €/personne

Nuit supplémentaire à Bassura :

67 Euros en demi-pension et chambre double,

80 Euros en demi-pension et chambre individuelle.

LE PRIX COMPREND :

- L'hébergement : 7 nuits en auberge simple et chambres d'hôtes
- Les 7 diners du J1 au J7 (vin et boissons non compris)
- Les 7 petits déjeuners du J2 au J8
- Les transferts des J6, 7, 8
- La fourniture d'un topo guide pour les randonnées
- Le transport des bagages

NE COMPREND PAS :

- Le transport aller/retour jusqu'au lieu de rendez-vous et de dispersion
- le transfert éventuel entre Bassura et Macra (dernier jour)
- Les repas de midi (possibilité de demander un pique-nique sur place)
- Les boissons et dépenses personnelles
- L'assurance annulation et/ou assistance
- Les frais d'inscription éventuels
- 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 de dossier
- pour toute inscription de 89 à 30 jours du départ : 15 € / personne
- pour toute inscription à 29 jours ou moins du départ : 25 € / personne

NB: Les bons d'échange et le topoguide (1 pour 4 personnes), ne seront envoyés qu'à réception du solde.

Les bons d'échange devront être présentés aux prestataires concernés.

MOYENS D'ACCES :



EN VOITURE:

- Par le Sud, autoroute Nice-Gênes jusqu'à Ventimille (Ventimiglia), puis route vers Cunéo par le Col de Tende. De Cunéo, prendre la direction de Dronero.
- Par le Sud, toujours, rejoindre Barcelonnette et passer le col de Larche, puis descendre sur Cuneo jusqu'à l'entrée de Borgo San Dalmazzo. Suivre alors la route de Dronero.
- Par le Nord, passer le col du Montgenèvre ou le tunnel du Fréjus, contourner Turin par le périphérique, puis prendre l'autoroute A6 en direction de Savona sur 35 km. Sortir en direction de Savigliano, puis Busca et Dronero.

Parking :



TRAIN :

- Par le Sud, trains directs (et ligne ferroviaire splendide !) de Nice (09h23) à Cunéo (13h11) via Breil sur Roya.
- Par le Nord, TGV directs de Paris à Turin puis trains directs de Torino à Cunéo (1h22 de trajet) (un train environ toutes les heures)
- Autocars réguliers de Cunéo à Macra (départs de Cunéo à 9h40, 13h40 et 18h00)
Taxi de Cunéo à Macra sur réservation (70 euros le trajet de 1 à 4 personnes et 120 Euros de 5 à 8 personnes)

Se renseigner auprès de la SNCF au 36 35 ou sur le site www.voyages-sncf.com

AVION :

- Nous recommandons cette solution : Vols pour Nice (navette Air France ou vols low-cost Easy Jet). Autobus directs pour la gare SNCF (lignne 99), puis train direct pour Cunéo (voir ci-dessus)
- Vols pour Turin. Autobus pour la gare de Porto Nuova et train pour Cunéo (un train toutes les heures et trajet de 1h22)
- Autocars réguliers de Cunéo à Macra (départs de Cunéo à 9h40, 13h40 et 18h05)



EQUIPEMENT CONSEILLE :

(À adapter selon les saisons)

- 1 sac à dos confortable (minimum 30 à 40 litres) pour le transport de vos affaires de la journée (appareil photo, pique-nique réparti entre tous les participants, couvert, gourde...),
- Chaussures de randonnée de préférence à tiges et avec des semelles antidérapantes de type Vibram,*
- 1 *pantalon solide,*
- 1 *pull chaud et léger pour les jours de mistral !*
- Chaussettes de laine ou de coton,*
- 1 *short,*
- 1 *maillot de bain,*
- 1 *casquette avec visière pour se protéger du soleil et lunettes de soleil (indispensables)*
- 1 *vêtement de pluie (léger et peu encombrant),*
- Assiette, gobelet, couverts et canif pour les pique-niques,*
- 1 *gourde d'au moins 1 litre : il est conseillé de boire 1,5 à 2 litres d'eau par jour,*
- 1 *lampe de poche, crème solaire, papier hygiénique,*
- Une pharmacie individuelle*

N.B: Vos affaires personnelles transportées devront être contenues dans UN SEUL BAGAGE (de préférence sac à dos ou sac de voyage) n'excédant pas 15kg.

Un supplément de 4€ par étape (à régler directement sur place) sera demandé par le transporteur aux personnes qui se présenteront au départ avec un sac excédant les 15kg.

L'excédent de poids sera placé dans un sac individuel fermé fourni par le transporteur

NOTES PERSONNELLES

NOTES PERSONNELLES



En cas de problème de dernière minute, appelez :
en priorité au 04 90 09 06 06.

***Si vous n'avez pas réussi à nous joindre à ce numéro, vous pouvez ensuite nous
contacter au 06 08 34 36 58***