

CHYPRE

L'île aux Trésors Antiques

8 jours / 7 nuits / 6 jours de marche



Bienvenue à Chypre, la belle inconnue ! Fresques byzantines d'une rare beauté, régals de mezzés, trésors antiques et richesses marines...

Parcourir Chypre, c'est découvrir une identité divisée, un peuple passionné, une culture, des paysages et un style de vie captivants et plein de surprises. Des chemins du Mont Olympes entre petits villages, cascades et églises à la Péninsule de l'Akamas, fief d'Aphrodite, ce séjour en 8 jours entre montagnes et mer vous emmène pour une découverte tout en douceur de cette île chargée d'histoire.

PROGRAMME INDICATIF :

JOUR 1 : Vol Paris - Larnaka. Transfert de l'aéroport de Larnaka pour l'hôtel à Larnaka. Dîner libre.

JOUR 2 Larnaka - Nicosie (Lefkosia) - transfert à Asinou : randonnée vers Agios Theodoros.

Transfert pour la capitale chypriote : Nicosie. Nous commençons donc cette journée par la visite guidée de la vieille ville, le long des murailles vénitiennes et de la Cathédrale d'Agios Ioannis jusqu'au cœur de la cité. Visite commentée du splendide Musée Archéologique. Cette matinée passée dans la capitale nous montre les splendeurs du passé mais aussi et surtout, le visage actuel du pays et ses problèmes politiques. Nous continuons notre route vers la chapelle d'Asinou, classée au patrimoine de l'UNESCO puis belle balade de mise en jambes jusqu'à Agios Theodoros. Transfert en montagne dans le Troodos en fin d'après-midi et installation pour 3 nuits dans le petit village de Pedoulas, dans un hôtel familial superbement situé.

▲ **1h30 de marche, +250m/-250 m de dénivelée**

JOUR 3 : Psilo Dendro - Cascade Kaledonia - Plateia Troodous - Mont Olympe.

Transfert le matin dans la partie la plus élevée du massif du Troodos avec le Mont Olympe qui culmine à 1 952 mètres. Nous remontons le Kryos Potamos, en passant par la cascade Kaledonia, jusqu'aux kaféneions de Plateia Troodous. Nous poursuivons notre itinéraire, en balcon sur le sentier d'Atalante, puis montons sur les flancs du Chionistra (du grec chioni : neige) ou Mont Olympe, dont on ne fera pas l'ascension complète, le sommet étant zone militaire.

▲ **4h de marche, +600m/-50m de dénivelée**

JOUR 4 : Pedoulas - Chapelle Profitis Ilias Pedoulas - Kalopanagiotis – Pedoulas.

Aujourd'hui nous randonnons dans des sentiers de forêts et visitons le site monastique d'Agios Ioannis Lampadistis, classé au patrimoine de l'UNESCO et qui renferme des fresques magnifiques du XIII et XVIème siècle.

▲ **4h de marche, +250m/-700m de dénivelée**

JOUR 5 : Pedoulas - Monastère de Kykkos - Péninsule de l'Akamas - Bains d'Aphrodite.

Aujourd'hui nous prenons la route direction la Péninsule de l'Akamas. Nous nous arrêtons sur la route pour visiter le monastère de Kykkos. Lorsque que nous arrivons à la Péninsule, petite randonnée côtière jusqu'au célèbre bain d'Aphrodite. Installation en bord de mer pour 2 nuits.

▲ **4h de marche, +450m/-450m de dénivelée**

JOUR 6 : Péninsule de l'Akamas - Fontana Amorosa. Randonnée en boucle en direction du Cap Arnauti dans la zone protégée de la Péninsule de l'Akamas jusqu'à la superbe petite localité de Fontana Amorosa. Le retour par la côte vous offre des vues exceptionnelles sur les criques de l'Akamas.

▲ **5h de marche, +350m/-350m de dénivelée**

JOUR 7 : Une journée "culturelle" et indispensable.

Départ au matin pour le célèbre site antique de Pafos. Visite guidée avec un guide spécialiste des Tombeaux des Rois et des Mosaïques. Pique-nique près de l'Odéon Romain, puis route pour Larnaka en passant par Petra tou Romiou, la plage d'Aphrodite.

JOUR 8 : Vol Larnaka - Paris. Transfert à l'aéroport de Larnaka et vol retour.

FICHE PRATIQUE :

NIVEAU : 4 à 5 heures de marche, entre 200 et 600 mètres de dénivellée par jour

PORTAGE : uniquement les affaires de la journée

ENCADREMENT : accompagnateur en montagne diplômé

GROUPE : de 5 à 15 personnes

HEBERGEMENT : Pension complète (excepté les déjeuners et dîners du J1 et J8) en hôtel** en chambre double (exceptionnellement triple)

RENDEZ-VOUS : le Jour 1 à l'aéroport de Larnaka

DISPERSION : le Jour 8 à l'aéroport de Larnaka

DATES ET PRIX :

Consultez les dates et prix et les séjours confirmés sur notre site :

<http://www.cheminsdusud.com/>

Supplément single : 115 € par personne

Prix indiqué avec vol au départ de Paris

Départ de province possible : nous consulter

LE PRIX COMPREND :

- Le vol aller/retour Paris – Larnaka
- L'encadrement par un guide diplômé français ou chypriote
- L'hébergement en pension complète (excepté les déjeuners et dîners du J1 et J8)
- Les transferts aéroport - hôtel les J1 et J8
- Les transferts durant le séjour
- La visite guidée de Nicosie et de Pafos par un guide francophone

LE PRIX NE COMPREND PAS :

- Les frais d'inscription éventuels
- Les déjeuners et dîners du J1 et J8
- Les boissons et dépenses personnelles
- Les visites
- L'assurance annulation et/ou assistance
- 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 € par personne
- pour toute inscription à 29 jours ou moins du départ : 25 € par personne

INFORMATIONS TOURISTIQUES

FORMALITES ET SANTE

Formalités

Passeport ou carte nationale d'identité en cours de validité.

Santé

Pas de vaccin obligatoire. On conseille toutefois d'être à jour dans ses vaccinations « universelles », recommandées en Europe pour tout le monde : tétanos, polio, diphtérie, hépatite B.

INFORMATIONS PAYS

Climat

Le climat de Chypre est de type méditerranéen, avec des demi-saisons courtes, des étés secs et chauds. En juillet et août, les températures peuvent atteindre 35° C, mais les brises marines atténuent un peu la chaleur. Les hivers sont tempérés dans les plaines avec des températures autour de 17° C en moyenne. La saison de faibles pluies s'étire de novembre à janvier. La température de l'eau ne descend jamais en dessous de 16°C. On peut se baigner dans la mer d'avril à novembre, et pratiquer de sports nautiques toute l'année. Mieux vaut profiter de la fraîcheur matinale pour faire les excursions et pratiquer des haltes en milieu de journée.

Capitale

Nicosie

Monnaie

L'euro

CHANGE ET PAIEMENT

De nombreux distributeurs automatiques fonctionnent 24h/24 dans les endroits centraux de toutes les villes et les deux principales stations balnéaires d'Agia Napa et Paralimni. On peut sans problème retirer de l'argent et payer avec des cartes Visa et MasterCard. La carte bancaire est largement acceptée dans les hôtels et les restaurants, surtout la Visa.

DÉCALAGE HORAIRE

Le décalage horaire entre Chypre et la France est de moins 1 heure.

ELECTRICITÉ

Le réseau électrique fonctionne en 240 volts et les prises sont incompatibles avec les appareils français.

TÉLÉPHONE

De la France vers Chypre : 00 + 357 + indicatif de la ville + numéro du correspondant.

De Chypre vers la France : 00 + 33 + numéro du correspondant (sans le 0 initial).



EQUIPEMENT CONSEILLE

Nous vous conseillons lors de votre départ d'être vêtu d'une tenue confortable et de chaussures que vous pourrez utiliser sur place (le soir ou lors d'étapes dans des villes et villages).

Bagages : l'ensemble de vos bagages doit être réparti dans 2 sacs : 1 sac à dos et 1 sac de voyage avec cadenas (+ 1 pochette pour vos papiers).

Sac à dos : Choisir un sac à armatures souples, muni d'une ceinture ventrale et de torse. Il ne doit pas être trop volumineux (30 à 40 litres minimum).

Vous l'utilisez en cabine dans l'avion et le portez chaque jour pendant les marches.

Pendant le vol, il contient ce qui est lourd et fragile ou très utile : lunettes de soleil, appareil photo et pellicules, veste, livres, revues, Attention : durant le vol, il ne peut contenir aucun objet pointu ou tranchant ou liquide, quel qu'il soit (couteau, fourchette, épingle, lime, ciseaux, médicaments personnels, éventuellement trousse de toilette, bombes pressurisées, etc....) sous peine de confiscation et destruction par les aéroports. Pendant les marches, ce sac que vous portez contiendra le nécessaire de la journée. Sur place le guide vous indiquera ce que vous devez prendre avec vous pour chaque étape. Sac de voyage C'est le sac qui voyage dans la soute de l'avion (sac marin, sac de voyage, grand sac à dos...). Durant le vol, il contiendra couteau, fourchette, épingle, lime à ongle, ciseaux, médicaments personnels, éventuellement trousse de toilette, bombes pressurisées, etc....). Pendant les marches, il contiendra les affaires que vous n'utilisez pas pendant la journée.

Transporté par véhicule ou bateau lors du changement d'hébergement, ou laissé à l'hôtel, vous le retrouvez le soir. Le poids de ce sac ne doit pas dépasser 15 kg. Nous vous demandons de respecter scrupuleusement ce poids limité. Pochette antivols Portée autour du cou ou en ceinture : Passeport valide ou Carte Nationale d'Identité valide ; dépliant de votre assurance voyage reçu lors de votre inscription (si vous avez souscrit cette assurance) ou votre assurance personnelle ; devises ; carte de crédit ; papiers personnels.

Liste du matériel à ranger dans votre sac marin le jour du départ :

Bien entendu, la liste des vêtements doit être adaptée en fonction de la saison choisie.

- Un chapeau en toile pour le soleil et un foulard (pour se protéger le cou)
- Une paire de lunettes de soleil de bonne qualité
- Un bonnet (pour certains transports en bateau - printemps/ automne)
- Le buste sous-vêtements en coton
- Une chemise légère à manches longues
- Un chandail de laine ou mieux une fourrure polaire, c'est plus léger et confortable et souvent plus chaud
- Une veste coupe-vent imperméable avec capuchon
- Une cape de pluie

Les jambes un pantalon de marche ample en toile légère (coton ou coton polyester). Évitez les jeans qui sont relativement inconfortables pour la marche un short ou un bermuda

- Un maillot de bain + une serviette de bain
- Des chaussettes de coton et (ou) de laine (si possible à bouclettes)
- Une paire de chaussures légères pour les étapes et les transferts
- Une paire de chaussures de marche souples déjà utilisées à tige montante de préférence (type trekking - bonne tenue de la cheville - et semelle crantée – type Vibram).

Évitez de partir en baskets, ce n'est pas très confortable pour la marche en tout terrain

Divers : une lampe frontale légère et ampoules de rechange ; un petit réveil de voyage

Une boîte plastique hermétique pour les piques niques type Tupperware (environ 1 litre + des couverts et un gobelet une paire de lacets de rechange nécessaire de toilette minimum

- Une tenue de rechange confortable pour l'étape
- Des affaires de rechange du papier toilette
- Des épingles de sûreté ; du fil et une aiguille

- Quelques sachets plastiques pour protéger vos affaires
- Deux gourdes de 1 litre (légères et isothermes) ou 1 gourde et 1 bouteille plastique

Pour les pique-niques : une boîte plastique hermétique plate type Tupperware (1l environ) ; un gobelet ; des couverts et un couteau pliant type Opinel (les deux en bagage de soute pour l'avion et non en cabine), votre "Carte européenne d'assurance maladie".

Une petite pharmacie individuelle : crème solaire visage + lèvres - élastoplaste + double peau (Compeed), anti diarrhéique, Immodium et Intétrix, antalgique : aspirine, Doliprane, collyre, Uveline ou Antalyre, médicament pour la gorge : Locabiotol, Lysopaine, pastilles Valda, somnifère léger, antibiotiques à spectre large - produit anti moustiques, pince à épiler, médicaments personnels, couverture de survie, une paire de bâtons de marche télescopiques



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 07 77 08 14 68