

# ÎLES ET CAPS DE LA CÔTE D'AZUR

**7 jours - 6 nuits**  
Séjour de randonnée

- ✓ Plage proche de l'hôtel
- ✓ Des vues panoramiques uniques
- ✓ Les traversées en bateau
- ✓ Le climat doux des printemps et automnes
- ✓ Les plages et criques sauvages

*La Côte d'Azur entre Cannes et Hyères occupe un rivage dont la géologie est très diversifiée. On appréciera ce contraste entre les falaises blanches, ocre ou rouges et les eaux bleues de la Méditerranée, dans un paysage où la végétation apporte couleurs et senteurs... Mais aussi les plages de sable, criques et calanques qui jalonnent le littoral et bien sûr, les nombreuses îles.*

# PROGRAMME DES 7 JOURS



## 1 ACCUEIL AU LAVANDOU & LA CALANQUE DE LA TRIPE

Nous vous accueillons en fin de matinée pour un premier pique nique sur la plage afin de vous présenter le séjour. Puis nous partirons pour une demi-journée de randonnée par le sentier du littoral qui rejoint le cap Benat et la secrète calanque de la Tripe.

- Dénivelé : 200 m - Temps de marche : 3h30

## 2 PRESQU'ÎLE ET CAP SICIÉ

C'est la plus haute falaise du Var, 331m de haut, qui depuis la chapelle ND du Mai, nous permettra de profiter d'un panorama sur les îles d'Or, Giens, au chapelet d'îles qui va de Cassis à Marseille, le cap Canaille et la Sainte Baume. A nos pieds : la rade de Toulon et de nombreuses plages secrètes...

- Dénivelé : 450 m - Temps de marche : 4h30
- 45 minutes de transfert en voiture

## 3 PORQUEROLLES ET LA POINTE DU LANGOUSTIER

Nous commencerons notre itinéraire par une traversée de 25 minutes de bateau afin de rejoindre l'île de Porquerolles. Notre randonnée nous conduira jusqu'à la pointe du Langoustier, nous vous ferons découvrir l'histoire, les plages et les splendeurs de la flore.

- Dénivelé : 200 m - Temps de marche : 4h30
- 25 minutes de transfert en voiture

## 4 ÎLE DE PORT CROS

Depuis notre hôtel, nous rejoindrons le bateau qui nous conduira en 20 minutes sur l'île préservée de Port-Cros où nous emprunterons en partie le circuit des crêtes et le chemin des forts de Port-Man. Nous vous ferons découvrir la faune terrestre, l'avifaune et l'histoire militaire.

- Dénivelé : 300 m - Temps de marche : 5h30
- Pas de transfert en voiture



# PROGRAMME



## 5 CAP LARDIER ET CAP TAILLAT

Une randonnée littorale haute en couleur. Nous emprunterons le sentier des douaniers afin de rejoindre la réserve biologique du Cap Lardier et le site naturel protégé du Cap Taillat, et sa magnifique plage de sable. Vous serez surpris du contraste entre terres agricoles, forêts de pins et le bleu méditerranéen.

- Dénivelé : 350 m - Temps de marche : 5h30
- 15 minutes de transfert en voiture

## 6 ESTEREL ET CAP ROUX

Sur les chemins de Gaspard « le contrebandier », nous réaliserons le tour et l'ascension du sommet du Cap Roux, le bijou de l'Esterel, nous visiterons également la Grotte de St-Honorat. Depuis ces vestiges volcaniques vieux de 250 millions d'années, nous observerons les îles de Lérins.

- Dénivelé : 500 m - Temps de marche : 5h00
- 1 heure de transfert en voiture
- Repas aux saveurs de la mer pour notre dernier soir ensemble !

## 7 CE N'EST QU'UN AU REVOIR...

Petit déjeuner à l'hôtel et dernière balade dans les ruelles du Lavandou pour votre shopping. Départ de l'hôtel à 10h00 et fin du séjour. Option mini croisière autour des îles d'Or ou balade en visio sous marine et dernière baignade sur les plages de la rade des Bormes.

# CARTE



Attention: la faisabilité des randonnées peut être remise en cause en cas de mauvaises conditions météorologiques ou des problèmes d'accessibilité.

## INFOS PRATIQUES

### Niveau des randonnées



Dénivelé : de 200 à 500m ; Temps de marche de 4h00 à 6h00 ; Altitude < à 2250 m ; 5 à 15 km par jour. Portage < à 5 Kg (sac à dos de 30 litres max).

### Climat

Randonnée praticable de septembre à juin. Les variations de température peuvent être importantes de 30° à 10° selon les journées.

### Lieu de rendez-vous

A votre l'hôtel, proche de la plage et du port du Lavandou.

### Accès

Depuis Marseille : Prenez l'autoroute A50 en direction de Toulon, puis suivez la N98 jusqu'au Lavandou.

Depuis Nice : Prenez l'autoroute A8 en direction de Toulon, puis suivez la N98 jusqu'au Lavandou.

Depuis Lyon : Prenez l'autoroute A7 en direction de Marseille, puis suivez les indications pour Toulon et la N98 jusqu'au Lavandou.

### Mode de transport sur place

Pour ce séjour, nous fonctionnons en co-voiturage avec les véhicules des participants.

Pour se rendre sur les îles d'Or, nous utilisons les lignes régulières au départ du Lavandou et de la Tour Fondue, entre 25 et 40 minutes de traversée.

Pour les grands groupes, la taille maximale du bus est de 12 m.

### Fin de séjour

Le séjour se termine à 10h en J7.

### Nos hébergements

Hôtel\*\* chaleureux et méditerranéen, proche de la plage et du port du Lavandou. C'est un endroit idéal pour profiter de tous les atouts de la ville et de la région du Var. Chambres confortables et bien équipées, avec une salle de bains privative avec douche.

A proximité de la rue piétonne, des restaurants et commerces, tout comme l'embarcadère vers les Iles d'Or à 5 minutes à pied, ainsi que la gare routière.

Tous les soirs restaurant au centre ville !

### Repas de midi

Tous les repas de midi sont préparés par les accompagnateurs et/ou les hébergeurs. Pique-nique du terroir.





## L'ÉQUIPEMENT



### Les indispensables

- Sac à dos de 30 litres
- Chaussures de randonnée ou de sport
- Pantalon de montagne , pull ou fourrure polaire
- Coupe vent ou veste de pluie
- Tee-shirt ou tricot de rechange
- Casquette, lunettes de soleil, crème solaire
- Couteau et gourde (1,5 litre minimum)
- En-cas personnel : fruits secs et barres chocolatées
- Petite pharmacie personnelle
- Pour les pique-niques : Boîte hermétique, assiettes, couverts et gobelet

### On vous conseille

- Votre appareil photo
- Un parapluie... quelques fois il peut pleuvoir
- Des tenues décontractées pour le soir
- Serviette et maillot de bain

### Groupes

Nos groupes sont constitués de 6 à 15 personnes par accompagnateur en montagne.

## LES TARIFS

à retrouver sur [www.orgaya.com](http://www.orgaya.com)

### 7 jours - 6 nuits Séjour de randonnée



#### COMPREND :

- L'organisation du séjour, les réservations sur site
- L'encadrement par un accompagnateur breveté d'Etat (15 personnes max.)
- 5 jours et 1 demi-journée de randonnées
- La demi-pension en hébergement en chambre double : hôtel deux étoiles au Lavandou
- Les repas de midi en formule repas du terroir du J2 au J6
- Les repas du soir au restaurant de J1 à J6
- 2 traversées en bateau
- La fourniture du matériel de sécurité
- Les assurances en responsabilité civile

#### NE COMPREND PAS :

- Le transport jusqu'à l'hôtel et pour les randonnées
- Les repas de midi le J1 et J7
- Les boissons et en-cas personnels
- Les suppléments boissons aux bars et restaurants
- Les suppléments en chambre single
- Les dépenses personnelles & pourboires
- Les frais d'entrée dans les monuments, sites touristiques, villas (optionnel)
- Les assurances en responsabilité individuelle
- L'assurance annulation
- Ce qui n'est pas indiqué dans «le Tarif comprend»

#### Nos options

Séjours conçu en co-voiturage en utilisant les véhicules des participants.

#### TRANSPORT EN MINIBUS

Nous vous proposons de réaliser les transferts en minibus de 8 places avec un supplément.

Sur devis à votre demande. [sas.orgaya@gmail.com](mailto:sas.orgaya@gmail.com)

## NOS CHARTES



### Charte de qualité : ORGAYA

Nous vous proposons de découvrir nos activités sportives, accompagnés et coachés par des professionnels brevetés d'Etat, diplômés en géographie physique, en préhistoire, en écologie et en coaching. Nous vous proposons une approche ludique et décontractée. Nous ne recherchons pas la performance. Nous sommes là pour vous faire découvrir la nature, partager notre passion et nos connaissances acquises durant 30 ans d'expérience dans le domaine de la randonnée. Nous sommes à votre écoute afin d'adapter nos prestations à votre condition physique, vos possibilités financières et vos centres d'intérêt. Nos groupes sont constitués de 6 personnes minimum à 15 personnes maximum.

Nos randonnées et balades sont classées en 6 familles selon leur dominante :

- Nature
- Culture
- Découverte
- Familiale
- Technique
- Sportive

### Charte de difficulté

●●●●● Facile, dès 6 ans Dénivelé : de 100 à 250 m ; Temps de marche < à 3h00 ; Altitude < à 2250 m ; Portage < à 3 Kg ( sac à dos de 20 litres max) ; Tous types de chaussures de sport. Sentiers faciles et montées régulières de 15 minutes.

●●●●● Modéré, dès 9 ans Dénivelé : de 250 à 500 m ; Temps de marche < à 4h00 ; Altitude < à 2250 m ; Portage < à 3 Kg ( sac à dos de 20 litres max) ; Chaussures de randonnées conseillées. Sentiers balisés et montées régulières de 30 minutes.

●●●●● Sportif modéré, dès 12 ans Dénivelé : de 500 à 750 m ; Temps de marche < à 5h00 ; Altitude < à 3000 m ; Portage < à 5 Kg ( sac à dos de 30 litres max) ; Chaussures de randonnées obligatoires. Sentiers de montagne balisé ou pas et montées régulières de 30 minutes à 1h00.

●●●●● Sportif Dénivelé : de 750 à 1000 m ; Temps de marche < à 6h00 ; Altitude > à 3000 m ; Portage : > à 8 Kg ( sac à dos de 50 litres max) ; Chaussures de randonnées obligatoires. Passage hors sentiers, éboulis et montées régulières de + d'une heure.

●●●●● Difficile Dénivelé > à 1000 m ; Temps de marche > à 6h00 ; Altitude > à 3000 m ; Portage : > à 10 Kg ( sac à dos de 60 litres et +) ; Chaussures de randonnées obligatoires. Tous types de terrain, montées régulières de 2h00 et +.



## INFORMATIONS LÉGALES

### Assurance annulation-rapatriement

Notre assurance couvre l'organisation et l'encadrement de nos randonnées et visites culturelles. Nous demandons à notre clientèle d'être bien assurée en responsabilité civile individuelle. Vous pouvez contracter avec nos services une assurance assistance-rapatriement et annulation en formule groupe (10 personnes) ou individuelle. Le produit Assurance Loisirs Confort est destiné à garantir les dommages subis par l'assuré avant et pendant le voyage ainsi que les frais restés à sa charge. Le produit peut inclure des prestations d'assistance aux personnes, des garanties en cas d'annulation du voyage, la garantie bagages, la garantie frais d'interruption de séjour ainsi que le versement d'une indemnité en cas d'accident corporel selon les modalités du contrat d'assurance souscrit.

Retrouvez les conditions générales de vente sur [www.orgaya.com](http://www.orgaya.com)

### Inscriptions

Pour des raisons d'organisation et de disponibilité dans les hôtels nous vous demandons d'effectuer votre inscription au moins 3 mois avant la date de départ.

### Séjours sur mesure

Nous créons à votre demande un séjour sur mesure en modifiant le nombre de jours, le niveau de randonnée et la qualité des prestations.

### Règlement & réservations

[www.orgaya.com](http://www.orgaya.com) / [sas.orgaya@gmail.com](mailto:sas.orgaya@gmail.com)

Acompte de 35 % à la réservation

Solde : 21 jours avant la date de départ.

Mode de paiements acceptés : Carte bancaire, Chèque, Virement, chèque vacances

### Nos mentions légales

ORGAYA- OPERATEUR DE VOYAGES

Immatriculation Opérateurs de Voyages

IM006130019 - Atout France

Garantie Financière : 100 000 € GROUPAMA

RCP : HISCOX, 38 Avenue de l'Opéra, 75002 Paris

*Orgaya vous remercie !*