

MENTON, LE BERCEAU DES ALPES



8 jours - 7 nuits
Séjour de randonnée

- ✓ Les sommets du berceau des Alpes
- ✓ L'hôtel près de la plage
- ✓ Les villages perchés et Menton
- ✓ La diversité de la flore
- ✓ Les contrastes des paysages

Le Pays Mentonnais se situe entre Monaco et l'Italie, avec des montagnes de plus de 1300 mètres d'altitude qui plongent dans la mer Méditerranée. Les balades côtières et les balcons reliant les villages perchés offrent une vue sur les falaises calcaires et les eaux bleues de la mer, avec une végétation colorée et parfumée.

Un séjour entre mer et montagne !

PROGRAMME DES 8 JOURS



1 ACCUEIL A MENTON

Nous vous accueillons en début d'après-midi à l'hôtel à proximité de la plage et du centre-ville. En route pour une première balade « City trek de Menton » et apéritif de bienvenue en soirée avec vue sur la mer ! 2h30 de balade. Possibilité de visiter le Musée de la préhistoire et dégustation de Limoncello.

- Nuit en hôtel et repas au restaurant à Menton

2 PANORAMA SUR LA MEDITERRANEE

Depuis les sommets panoramiques, nous observerons les rides de la Méditerranée au milieu d'un jardin botanique qui offre un bel aperçu de la végétation sur des sentiers chargés d'histoire... Possibilité de baignade sur les plages de Roquebrune Cap Martin ou Menton.

- Nuit en hôtel et repas au restaurant à Menton
- 3H30 à 5h00 de marche / 450 m de dénivelé

3 BELVEDERE SUR LA MER

Le village de Sainte-Agnès, parmi les plus beaux de France, accroché à son piton rocheux, est le point de départ idéal pour gravir les belvédères que constituent les premiers sommets des Alpes avec vue « Mer et Mercantour ». Ascension et tour de la pointe Siriccoca.

- 5h00 de marche / 500 m de dénivelé
- Nuit en hôtel et restaurant renommé à Sainte-Agnès et transfert des bagages.

4 BALCONS DU PAYS MENTONNAIS

Une ascension presque alpine vous attend en grimpant la cime de Baudon à 1267 m surplombant la mer. Vous rejoindrez le sommet en profitant du panorama sur le Mercantour et de l'Argentera à plus de 3000 m. Arrivé à la cime, vous observerez sur 360° les Alpes-Maritimes entre mer et montagne.

- Nuit en hôtel et restaurant renommé à Sainte-Agnès
- 5h00 de marche / 600 m de dénivelé.

PROGRAMME



5 DES ALPES A LA MER

Le village de Sainte-Agnès sera le départ d'un périple historique à travers les villages perchés de Gorbio et Roquebrune Cap Martin. Nous rejoindrons les palais et châteaux-forts du Moyen Age, qui sont les premières bâtisses de ces bourgs médiévaux avec des panoramas magnifiques sur la mer, et nous rejoindrons les plages de Menton.

- 4h00 de marche / 200 m de dénivelé positif / 700 m de dénivelé négatif
- Nuit en hôtel et repas au restaurant à Menton, transfert de bagage

6 A SAUTE FRONTIERE

Transfert en train depuis Garavan-Menton pour la gare d'Olivetta San Michele (Italie). Nous ferons une montée en trois étapes, qui nous conduira au village d'Olivetta, où nous visiterons le chemin de l'eau et les moulins. Puis nous prendrons le sentier muletier afin de rejoindre les contreforts du Mont Mulacié au panorama grandiose sur la basse vallée de la Roya. Enfin nous arriverons au refuge de Gambino à 1015 m d'altitude.

- 5h00 de marche / Dénivelé positif 750 m
- Nuit au refuge privé en autonomie, "Repas Italien"

7 BERCEAU DES ALPES

Depuis le refuge nous gravirons le Grand Mont à 1388 m où nous pourrons profiter d'une vue exceptionnelle qui s'étend de la Corse au sommet du Mercantour. Puis nous rejoindrons le col du berceau, où nous serons les témoins de la naissance des Alpes. Tout au long de notre parcours, nous croiserons les traces des bergers et des terres cultivés avec une vue plongeante sur la mer.

- 5h00 de marche / Dénivelé positif 550 m / Dénivelé négatif de 1400 m
- Nuit en hôtel et repas au restaurant à Menton.

8 CE N'EST QU'UN AU REVOIR...

Dernière balade dans les ruelles de Menton pour votre shopping. Fin du séjour à 11h00.

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 300 à 800 m ; Temps de marche de 4h00 à 6h00 ;
Altitude < à 2250 m ; 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 l'hôtel à Menton en début d'après-midi.

Accès

En voiture, Autoroute A8 direction Italie, sortie Menton., direction centre-ville.

En train jusqu'à la gare SNCF de Menton, l'hôtel se trouve ensuite à environ 10 minutes de marche.

Mode de transport sur place

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

Pour certains départs de randonnée nous pouvons utiliser les transports en commun à la charge des participants. Attention pour les grands groupes, la taille du bus ne doit pas dépasser 10m50.

Pour les bus de plus grande taille nous changeons votre programme

Fin de séjour

Le séjour se termine à 11h en J8.

Nos hébergements

- Hôtel 2 ou 3* dans le centre de Menton. Venez séjourner à Menton dans le centre-ville, à proximité de la plage et de la zone piétonne. L'hôtel met à votre disposition des chambres tout confort, lumineuses, calmes et agréables, équipées de la WiFi, d'une télévision et d'une literie de qualité. Salle de bains privative avec baignoire ou douche et WC. A proximité de l'hôtel, vous trouverez de nombreux restaurants et boutiques ainsi que la gare SNCF. Le petit-déjeuner est servi dans l'hôtel. Les dîners se réalisent dans des restaurants à Menton.
- Hôtel auberge au village de Sainte-Agnès. Bâtisse en pierre rustique avec terrasse panoramique. Repas copieux et régional.
- Refuge Gambino : refuge privé limité à 15 places avec cuisine, salle à manger, toilette, dortoir (sans douche). Possibilité de barbecue, tables de picnic dans un cadre forestier et prairie.

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
- Paire de 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.

Groupe de 15 personnes : 1 personne à 50 %

Groupe de 30 personnes : 1 gratuité pour 1 personne

LES TARIFS

à retrouver sur www.orgaya.com

8 jours - 7 nuits Séjour de randonnée



COMPREND :

- L'organisation du séjour, les réservations sur sites
- Un apéritif de bienvenue
- L'encadrement par un accompagnateur breveté d'Etat (15 personnes max.)
- 5 jours et 1 demi-journée de randonnée
- La demi-pension en hébergement en chambre double : 4 nuits en hôtel 2 ou 3 étoiles à Menton, 2 nuits en hôtel auberge à Sainte-Agnès, 1 nuit en refuge privé
- Les repas de midi en formule repas du terroir de J2 à J7
- Les repas du soir au restaurant de J1 à J7
- La fourniture du matériel de sécurité
- Les assurances en responsabilité civile

NE COMPREND PAS :

- Le transport jusqu'à l'hôtel
- Les repas de midi de J1 et J8
- Les boissons et en-cas personnels
- Les suppléments boissons aux bars et restaurants
- Les suppléments en chambre single
- Les dépenses personnelles & les 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

TRANSPORT EN MINIBUS

Pour les groupes, nous organisons le transport des participants ! Nous vous proposons de réaliser les transferts en minibus de 8 places avec un supplément.

Devis sur 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

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 / 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 € GROUPEAMA

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

Orgaya vous remercie !