

# Les Météores et les montagnes de l'Épire

Grèce

Code voyage : GRCGV0002

Vélo et randonnée accompagnés • Voyage itinérant

8 jours • 7 nuits • Rien à porter • Niveau : 2 / 5

*Les Météores © François Ribard*

Un des plus beaux séjours de Grèce. Des Météores, extraordinaire ensemble de pitons de grès au sommet desquels sont implantés les célèbres monastères, partons à la découverte - à vélo et à pied - de la région la plus authentique et préservée de Grèce, la plus spectaculaire aussi. Cap sur l'Épire ! Gorges vertigineuses où vivent les plus prestigieux mammifères d'Europe, rivières aux eaux limpides, forêts luxuriantes ... Voici la Grèce côté Balkans ! Un patrimoine riche et préservé : monastères, ponts en arche, villages hautement pittoresques... Un séjour qui allie culture et histoire à la splendeur des paysages, sans oublier l'une des traditions culinaires les plus inventives de Grèce.

## Points forts

- Visite des Météores en VTT électrique (site classé au Patrimoine de l'UNESCO)
- Descente des gorges de Vikos et de l'Aoos qui font partie des plus beaux canyons d'Europe
- Le patrimoine architectural des villages de Zagori
- Des ponts « œuvres d'art » et des monastères construits sur le rocher

# PROGRAMME

---

*Attention ! Toutes les informations données, et qui ne correspondent pas à des prestations comprises dans le prix, doivent être vérifiées et n'engagent pas la responsabilité de Grand Angle.*

## **J1 • Arrivée à Ioannina**

Prise en charge à l'aéroport de Ioannina transfert jusqu'aux Météores où nous passerons la première nuit. Présentation de votre séjour et repas. En cas d'arrivée tardive, nuit à Ioannina

**Nuit en hôtel 3\* à Kastraki (Météores) ou à Ioannina (selon l'heure d'arrivée).**

## **J2 • Les Météores**

Quelle meilleure entrée en matière pour commencer ce séjour que la visite des Météores ! Le VTT électrique est le moyen de transport idéal pour profiter pleinement de ce panorama unique.

Visite de monastères et déjeuner à la taverne avant de reprendre la route jusqu'à Tsepelevo.

*2h, 25 km à vélo, 100% petite route, +300m, -300m de dénivelé.*

**Nuit en chambre d'hôte 3\* à Tsepelevo.**

## **J3 • Les gorges de Vikos**

Pas de VTT électrique au programme de cette journée, nous allons descendre les gorges de Vikos du village de Kipi jusqu'au village de Vikos.

Une randonnée pédestre incontournable au cœur du parc national. Avec ses 13 kms de long, ses 1000 m de profondeur et 12 m de large dans sa partie la plus étroite, les gorges de Vikos font partie des gorges calcaires les plus belles d'Europe.

*4 à 5h de marche, +400m, -300m de dénivelé.*

**Nuit en chambre d'hôte 3\* à Tsepelevo.**

## **J4 • La randonnée des ponts**

On vous a concocté une randonnée VTT UNIQUE pour découvrir les ponts arche classés des Zagori (Hatsifi, Plakidas, Kokoros, Konitsa) et les anciennes voies commerciales de l'époque Ottomane avec la traversée des villages de Kipi, Koukouli, Aristi, Kidonia et Konitsa.

*4h, 35 km à vélo, 60% petite route - 40% piste, +600m, -800m de dénivelé.*

**Nuit en hôtel 3\* à Konitsa.**

## **J5 • Randonnées dans les gorges d'Aoos**

Une journée qui allie à la fois randonnée pédestre et VTT électrique pour découvrir les gorges d'Aoos. Départ du petit village de Vrisochori. Nous remonterons entre des marnes calcaires et des forêts de hêtres jusqu'à l'alpage de Kotsanou (1700 m d'altitude) puis nous traverserons ensuite les contreforts du Timfi jusqu'au monastère de Stomio que nous ne manquerons pas de visiter. La vue est imprenable sur le canyon de l'Aoos et sur les arêtes du Ploskos. Redescente jusqu'à la rivière Aoos où nous attendent les VTT électriques pour regagner notre hôtel.

*Randonnée pédestre : 5h, 15 km, + 800m, -1200m de dénivelé.*

*Retour VTT électrique facile : 11 km, -200m de dénivelé.*

**Nuit en hôtel 3\* à Konitsa.**

## J6 • Kidonia - Papigo

Randonnée pédestre ralliant le vieux village de Kidonia à la magnifique bourgade de Papigo. Cet itinéraire emprunte un sentier muletier conforté pendant la période Ottomane.

Nous redescendons ensuite jusqu'à la rivière émeraude de Vikos pour rejoindre le vieux pont de Konitsa. La qualité de l'eau nous pousse à vous proposer de finir le tour par une descente en raft très facile (en option - 25€/pers).

*Sans raft : 3h30 de marche, 15 km, +150m, -600m.*

*Avec raft : 2h30.*

**Nuit en hôtel à Konitsa ou en gîte d'étape à Pades selon disponibilité.**

## J7 • Le tour du Timfi en VTT électrique

Départ du village de Pades. L'itinéraire est constitué de 100% de petites routes de montagne qui serpentent autour du Timfi. Nous nous arrêterons pour visiter les cascades lagon de Katappaktes.

Une succession de petits villages, cols et brèches nous amènera jusqu'à Tsepolovo (point final de la randonnée) qui est sans conteste l'un des plus beaux villages de Zagori.

Une randonnée entre montagne et gorge qui clôturera en beauté votre tour d'Epirus. Une rétrospective en forme de carte postale qui permet d'avoir une vue d'ensemble du massif !

*4h, 45 km à vélo, +600m, -800m de dénivelé.*

**Nuit en hôtel ou chambre d'hôte à Tsepelovo.**

## J8 • Fin du séjour

Transfert aéroport de Ioannina.

## Itinéraire

Ce séjour est guidé et combine randonnées VTT à assistance électrique et randonnée pédestre. Nous pouvons parfois être amenés à modifier quelque peu l'itinéraire indiqué, notamment à cause des disponibilités dans les hôtels. Faites-nous confiance, ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et un meilleur confort !

# QUELQUES PRÉCISIONS

---

*Attention ! Toutes les informations données, et qui ne correspondent pas à des prestations comprises dans le prix, doivent être vérifiées et n'engagent pas la responsabilité de Grand Angle.*

## Niveau 2 / 5

Facile à moyen. Le circuit se fait majoritairement sur des pistes et de petites routes communales. Il y a un véhicule qui vous suit en cas de coup de fatigue. Peu de difficultés techniques.

## Transport des bagages

Le transport de bagage est compris. Vous ne portez que vos affaires de la journée, dans un petit sac ou une sacoche, avec le pique-nique et les vivres de course. Vous retrouvez le soir vos bagages à l'hébergement.

## Groupe

De 3 à 8 personnes.

## Durée

8 jours, 7 nuits, 6 jours de vélo/ramonnée.

## Période de départ

Du	Au
19/05/2019	26/05/2019
16/06/2019	23/06/2019
04/08/2019	11/08/2019
08/09/2019	15/09/2019

## Encadrement

Un accompagnateur en montagne diplômé VTT francophone.

## Confort

### ► Hébergement

En chambres d'hôtes ou hôtels confortables (3\* normes locales) en chambre de deux.

### ► Restauration

Ce séjour comprend les diners des J1, 2, 3, 5 et 6 et les petits déjeuners et les déjeuners (pique-nique ou taverne) des J2 à J7 inclus.

Merci de nous préciser, à l'inscription, toute allergie alimentaire ou régime spécial ; nous ferons au mieux pour adapter vos repas.

## Rendez-vous / Dispersion

### ► Rendez-vous

Le J1 dans l'après-midi à l'aéroport de Ioannina.

## ► Dispersion

Le J8 après le petit-déjeuner, à l'aéroport de Ioannina.

## Prolongez votre séjour

Il vous est tout à fait possible d'ajouter une nuit supplémentaire avant ou après votre séjour à Ioannina.

Ioannina est également à moins de 100 km des côtes de la mer Ionienne : Parga, Syvota et même Corfou (aéroport international) accessible par Igoumenitsa. Vous souhaitez prolonger votre séjour par quelques jours en bord de mer ? Nous sommes à votre écoute pour définir votre projet avec vous.

## Votre budget

### ► Les prix comprennent

- l'hébergement et demi-pension en chambres d'hôtes ou hôtels confortables
- les transferts aéroport le J1 et J8 (un seul transfert pour le groupe)
- la demi-pension sauf les dîners de J4 et J7
- l'encadrement
- les transferts
- le pique-nique du midi des jours 2 à 7 inclus
- les taxes de séjour

### ► Les prix ne comprennent pas

- les vols
- les boissons
- les dîners des J4 et J7
- la location du VTT électrique ainsi que le casque
- le supplément chambre individuelle
- les transferts non compris
- les dépenses personnelles
- les assurances
- les frais d'inscription
- tout ce qui n'est pas indiqué dans " Les prix comprennent "

### ► Options, suppléments et réductions

- location de vélo (+ casque) : 295 €
- supplément chambre seule : 280 €
- nuit supplémentaire à Ioannina en nuit et petit-déjeuner :  
50 € par personne en chambre de deux, 100 € en chambre seule

## Assurances

Vous pouvez souscrire une assurance complémentaire carte bancaire (CB), ou annulation + interruption de séjour et/ou une assistance rapatriement facultatives.

**L'assurance annulation + interruption de séjour** vous couvre hors frais de dossier, d'inscription et hors taxes aériennes. Elle vous rembourse les frais d'annulation retenus par nous, dans les cas et sous les conditions figurant sur le contrat : 2,7% du montant du séjour.

**L'assistance rapatriement** comprend les frais de recherche et de secours, une assurance "frais médicaux" et une assistance rapatriement : 1,2% du montant du séjour.

**Assurance annulation + interruption de séjour + assistance rapatriement** : 3,6% du montant du séjour.

**Assurance complémentaire CB** pour l'achat du séjour avec une CB multiservices proposant les



garanties Annulation et Assistance Rapatriement (Gold Mastercard, Visa Premier, Infinite Platinum, American Express). Elle vous rembourse la franchise et la part des dommages excédant le montant indemnisé par votre assurance CB : 2.7 % du montant du séjour.

**Assurance annulation + interruption de séjour + assistance rapatriement** pour les non-résidents européens. Nous consulter pour toute demande.

Ces contrats sont souscrits pour vous auprès du groupe Assurinco.

*Grand Angle n'intervient que comme intermédiaire entre vous et Assurinco ; il vous appartient de faire les démarches nécessaires auprès de l'assurance ; nous pouvons cependant bien volontiers vous y aider.*

## La location du vélo

### Les spécificités du VTT FUJI VTT électrique FUJI Ambient

- Batterie Bosch Power Pack 400W ou 500w
- Vitesse max : 27 km/h
- Cadre aluminium
- Transmission Shimano
- Fourche Rock Shox Blocable
- Freinage à disques hydraulique
- Roues 26, 27,5 ou 29 pouces
- Poids : 23 kg



### Les spécificités du VTT Haibike SDURO HardSeven Batterie Yamaha 500 W

- Vitesse max : 27 km/h
- Cadre Aluminium
- Transmission Shimano
- Fourche Suspendue XCM-LO, Débattement 100mm
- Freinage à disques hydraulique
- Roues 27,5 ou 29 pouces
- Poids 21 kg



## Accès

### ► En avion

Les vols ne sont pas compris dans le prix du séjour, mais nous restons à votre disposition pour vous les réserver.

## Baignade

Un certain nombre de nos voyages se prêtent à la baignade, en cours d'étape ou en fin de journée. Ce serait dommage de ne pas en profiter. Nous soulignons cependant que vos encadrants ne sont pas maîtres-nageurs ; ces baignades se font donc sous votre responsabilité et à vos risques et périls.

## Photos

Vous faites de belles photos ! N'hésitez pas à nous envoyer un CD, une clé USB, un lien [Dropbox](#) ou [WeTransfer](#) de vos plus belles photos réalisées lors de votre voyage. Le fait pour vous de nous communiquer des photos implique que vous acceptez que vos photos soient utilisées à titre gracieux sur nos différents supports (catalogue, site internet, fiche technique, etc...).

## Récit de voyage

Vous souhaitez partager vos meilleurs moments du voyage et faire profiter de votre expérience la communauté de randonneurs ? Transmettez-nous votre récit et quelques photos illustrant vos propos que nous publierons pour vous sur notre [blog](#).

## Tourisme responsable

### ► Agir pour un Tourisme Responsable - label ATR

Grand Angle est un membre actif de l'association ATR « Agir pour un Tourisme Responsable », dont la conformité avec le label a été vérifiée par Ecocert Environnement.

Les valeurs communes du label, partagées par tous ses membres, sont représentées par : la transparence (entre le client et l'agence de voyage), le partenariat (entre les prestataires locaux et l'agence de voyage) et la cohérence (synonyme de bonne communication au sein de l'équipe de l'agence de voyage).

Être membre d'ATR nous engage à :

- Promouvoir un tourisme de qualité
- Respecter l'environnement, le patrimoine et les populations locales
- Sensibiliser les voyageurs aux coutumes locales
- Informer les voyageurs en toute transparence sur leurs conditions de voyage

Pour plus d'information sur [l'association ATR](#).

Pour préparer au mieux votre voyage, nous vous invitons à prendre connaissance de la [charte éthique du voyageur](#).

### ► La Charte Européenne du Tourisme Durable dans les Espaces Protégés

En 2014, Grand Angle a été l'un des premiers tours opérateurs à être certifié au titre de la Charte Européenne du Tourisme Durable, créée et développée par Europarc, la Fédération des espaces protégés européens, regroupant Parcs Naturels Régionaux, Parcs Nationaux et réserves naturelles.

La Charte Européenne a pour vocation de développer sur des espaces protégés un tourisme de qualité, durable et responsable, dans le respect de l'homme et de son environnement. Être certifié au titre de la CETD est une reconnaissance de notre engagement dans le tourisme et le développement durables ancrés sur les territoires, sur les plans économique, social et environnemental.

La certification est une attestation de la confiance que portent les Parcs à notre entreprise et à sa démarche.

Le partenaire de Grand Angle dans cette certification est le [Parc Naturel Régional du Vercors](#).

En savoir plus sur la [Charte Européenne de Tourisme Durable](#)

# À EMPORTER DANS VOS BAGAGES

---

## Équipement

### Pour le vélo

- Un cuissard court et un legging que vous pourrez glisser dans votre sac à dos en cas de froid
- Des gants de vélo
- Des lunettes de soleil (contre le soleil, l'air, les moucherons)
- Des tee-shirts ou maillots de vélo en matière respirante et séchage rapide
- Un sous-pull (mêmes recommandations que le tee-shirt)
- Chaussettes confortables spéciales vélo.
- Une paire de chaussures de sport antidérapantes adaptées au vélo et à la marche.

Nota : les vêtements techniques synthétiques sont très performants. De nouveaux vêtements en laine de mérinos sont aussi apparus ; ils sont très performants et agréables à porter, et présentent l'avantage de ne pas développer les odeurs de transpiration (marque Icebreaker, Ruka, etc...) !  
D'une manière générale, éviter le coton, qui refroidit lorsqu'il est mouillé.

### Contre le soleil et la pluie

- Crème et lunettes de soleil
- Chapeau, casquette ou bob (casque)
- Un coupe-vent

## Vêtements

- Un pull ou une fourrure polaire
- Un pantalon confortable
- Un short
- Un survêtement ou vêtement de rechange
- Une chemise légère en coton à manches longues
- Une paire de chaussures basses de randonnée à enfiler à l'étape et pour les randonnées des J3, J5 et J6
- Vêtements de rechange et linge personnel
- Trousse de toilette
- Un maillot de bain
- Une mini-pharmacie : médicaments personnels, élastoplaste, bio gaze ou "2ème peau", gaze, désinfectant, arnica en granules et aspirine en cas de petits bobos ...

## Bagages

- Un bagage suiveur : un sac à dos ou un sac de voyage en bon état



# INFORMATIONS PRATIQUES

---

## Le pays

Pays : Grèce (République hellénique)

Capitale : Athènes

## Formalités

### ► Papiers

Les voyageurs, mineurs inclus, doivent être en possession d'une carte nationale d'identité ou d'un passeport (ressortissants de l'UE).

### ► Santé

Se munir de la carte européenne d'assurance maladie, à demander à votre caisse d'assurance maladie au moins 15 jours avant le départ. Les conditions sanitaires sont analogues à celles de la France.

## Adresses utiles

### Consulat de Grèce

23, rue Galilée

75016 Paris

Tél. : 01 47 23 72 33

### Office de Tourisme de Grèce

3 avenue de l'Opéra

75001 Paris

Tél. : 01 42 60 65 75

## Téléphone

Code téléphonique depuis la France : 00 30.

## Décalage horaire

Il y a une heure de plus, lorsqu'il est 12h00 en France il est 13h00 en Grèce.

## Climat

Chaud, mais plus frais le soir. Il fait beau, en Épire Des orages sont cependant possibles. Au printemps et à l'automne, prévoir un équipement un peu plus chaud pour la nuit.

## Langue

Parler le Grec moderne est un atout certain pour entrer plus avant dans les relations avec une population volontiers liante. L'anglais est universellement parlé. Le Français beaucoup moins.

## Devise

L'Euro = €

## Bibliographie

- L'été grec : de J. Lacarrière, Plon