Une randonnée confortable dans les Dolomites, parmi les plus belles montagnes du monde.
Votre 1ère base est Pocol (Cortina d'Ampezzo), pendant 4 jours, au coeur d'une multitude de massifs dolomitiques, comme le Tofane, les Cinque Torri ou le parc de Fanes ; puis vous passerez deux jours autour des fameuses Tre Cime de Lavaredo, emblème somptueux des Dolomites.
Chacun de ces massifs recèle une multitude de randonnées de tout niveau ; c'est pourquoi nous avons choisi ces deux sites, pour la variété des paysages et les randonnées tous azimuts dans un rayon assez proche, évitant ainsi de longs déplacements.
Le côté culturel n'est pas oublié pendant ce séjour, avec, si vous en avez le temps, la visite du musée ethnographique des « Règles d'Ampezzo » et les galeries du Musée à ciel ouvert de la « Grande Guerre » au passo Falzarego.

PROGRAMME

Jour 1 : Accueil à Cortina d'Ampezzo
Transfert par le bus jusqu'à Pocol (6 km de Cortina). Installation pour 4 nuits à l'hôtel. Présentation par l'accompagnateur de la semaine de randonnée.

TYPE D'HEBERGEMENT : en hôtel

Jour 2 : Les Cinque Torri
Du Passo Falzarego, 2105m, montée à la Forcella (col) Averau, 2435m, avec un très beau passage sous les falaises d'Averau, jusqu'à laForcella Nuvolau et le refuge Averau. Nous descendons ensuite au refuge Scoiattoli, étonnant balcon face au Tofane et aux Cinque Torri, étonnantes tours de pierre, royaume de l'escalade. Descente (facile) jusqu'à Cian Zopé, 1732m. Bus retour à Pocol (5 min).

HEURES DE MARCHE : 4h00
DÉNIVELÉ + : 350 m
DÉNIVELÉ - : 715 m
TYPE D'HEBERGEMENT : en hôtel

Jour 3 : Le Lac de la Croda da lago
Début de la randonnée au Passo Giau, 2236 m. Nous passons 3 petits cols ce matin pour nous diriger vers le haut plateau de Mondeval, son alpage et sa vue imprenable. Une fois l'alpage traversée, nous franchissons le col Ambrizzola et descendons jusqu'au pittoresque lac de la Croda da Lago/Lac Federa, 2046 m, où nous déjeunerons. Nous continuons notre descente le long du bucolique sentier dans la forêt traversant une rivière en cours de route. Court transfert en fin de journée pour rentrer à Pocol.

HEURES DE MARCHE : 4h30 à 5h
DÉNIVELÉ + : 350 m
DÉNIVELÉ - : 900 m
TYPE D'HEBERGEMENT : en hôtel

Jour 4 : Traversée du massif du Tofane
Elle commence à 1985m d'altitude, passe sous le col dei Bois et la face sud de la Tofane de Rozes par l'Alta via1, puis rejoint le refuge Dibona et sa terrasse idéalement située face aux Cinque Torri. Descente ensuite via un beau sentier boisé jusqu'à Pocol.
Sac allégé. Vous retrouvez l'ensemble de vos bagages à la fin de l'étape.
Dîner et nuit en refuge ou hôtel au Passo Sella.

HEURES DE MARCHE : 4h00
DÉNIVELÉ + : 350 m
DÉNIVELÉ - : 630 m
TYPE D'HEBERGEMENT : en hôtel

Jour 5 : Tre Cime, faces Ouest et Nord
Transfert privé le matin pour le lac d'Antorno. Vous déposez vos bagages à l'hôtel puis prenez le bus jusqu'au refuge Auronzo, 2330m. Passage de la Forcella de Mezzo, 2324m ; descente ensuite vers la face Nord des Tre Cime, le petit col Forcellina et ses lacs à 2245m. Nous rejoignons ensuite le val Rinbon, pour une descente qui nous conduira au val de Rinbianco, pour un retour à l'hôtel, après cette randonnée où nous aurons côtoyé les Tre Cime par l'Ouest et le Nord.

HEURES DE MARCHE : 4h30 à 5h
DÉNIVELÉ + : 450 m
DÉNIVELÉ - : 860 m
TYPE D'HEBERGEMENT : en hôtel

Jour 6 : Les Tre Cime de Lavaredo, face est et sud
Depuis le refuge Auronzo que nous rejoignons en bus, nous partirons à pied pour le grand tour des Tre Cime, une étape mythique au milieu des aiguilles, tours et autres sommets. Traversée jusqu'au refuge Lavaredo, sous les Tre Cime ; puis tour du Mt Paterno et de la Croda Passaporto par le col de Büllelejoch et les lacs dei Piani. Nous rejoignons ensuite le refuge Locatelli et la face nord des Tre cime, le spectacle est grandiose ! Retour à Auronzo par le col de Lavaredo, puis bus pour le lago d'Antorno au terme d'une journée exceptionnelle.

HEURES DE MARCHE : 4h00 à 4h30
DÉNIVELÉ + : 590 m
DÉNIVELÉ - : 590 m
TYPE D'HEBERGEMENT : en hôtel

Jour 7 : Vallée sauvage de Popéna
Dernière demi-journée où nous marchons vers la vallée sauvage de Popéna, une superbe petite vallée où nous retrouverons le calme des montagnes, loin de la foule. La vue du col est spectaculaire. Redescente à Misurina et fin du séjour.

HEURES DE MARCHE: 4h00
DÉNIVELÉ + : 400 m
DÉNIVELÉ -: 400 m

Nous pouvons être parfois amenés à modifier un peu l'itinéraire indiqué : soit au niveau de l'organisation (problème de surcharge des hébergements, dédoublement des groupes, modification de l'état du terrain -éboulements, sentiers dégradés, etc), soit directement du fait du guide (météo, niveau du groupe, ...), ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et pour un meilleur confort !

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Rendez-vous le J1 à Cortina à 16h30 à la gare routière de Cortina d'Ampezzo.

Accès :

En avion :

Vols Paris – Venise
Se renseigner sur les horaires et les billets :

- Air France : 0892 70 26 54 ou consultez www.airfrance.fr/
- Easyjet : 0 820 42 03 15 ou consultez https://www.easyjet.com/fr
- Vueling : 0034 931 51 81 58 ou consultez www.vueling.com/fr

Exemples d'horaires :
Aller Paris - Venise :
Vols Air France - Départ Paris CDG 09h00 > Arrivée Venise 10h45
Bus Cortina Express pour rejoindre Cortina d'Ampezzo (environ 2h de trajet)
Pour connaître les horaires des bus, consultez le site
http://www.cortinaexpress.it/index.php/linee-autobus-cortina/?lang=en
Retour Venise - Paris :
Vols Airfrance - Départ Venise 20h30 > Arrivée Paris CDG 22h20

En train :

Train depuis Paris avec une ou deux correspondances.
Se renseigner sur les horaires et les billets :

- La SNCF : 36 35 ou connectez-vous sur www.voyages-sncf.com
- Les chemins de fer italiens : connectez-vous sur www.trenitalia.it ou www.ferroviedellostato.it

Exemples d'horaires : (il faut partir un jour avant)
Aller Paris Gare de Lyon - Venise :
Départ Paris Gare de Lyon 10h41 > Arrivée Turin 16h18 / Départ Turin 17h17 > Arrivée Munich 20h28
Retour - Venise - Paris :
Départ Venise 21h16 > Arrivée Munich 06h10 / Départ Munich 06h23 > Arrivée Francfort 12h13.

En bus :

Bus Paris – Venise
Se renseigner sur les horaires et les billets :

- Flixbus : 01 76 36 04 12 ou connectez-vous sur www.flixbus.fr

Exemples d'horaires :
Aller Paris - Venise :
Bus Flixbus : Départ Paris Bercy 18h15 > Arrivée Venise 10h20 (le lendemain)
Retour Venise - Paris :
Bus Flixbus : Départ Venise 18h30 > Arrivée Paris Bercy 10h30 (le lendemain)

En voiture :

Consultez votre itinéraire sur www.viamichelin.fr. Mais le mieux, c'est de venir en train ou en avion !

Retour en taxi collectif, à se partager, pour retrouver sa voiture à la fin du circuit.

Garer sa voiture :
Possibilité de garer sa voiture pour la semaine devant le 1er hôtel à Pocol.

DISPERSION

Dispersion le J7 à Cortina vers 15h à la gare routière de Cortina d'Ampezzo.
Pour ceux qui arrivent directement en voiture, rendez-vous à 17h à la réception de l'hôtel. Vous pouvez arriver à partir de 14h et vous installer. Possibilité de garer sa voiture pour la semaine devant le 1er hôtel à Pocol. Retour en taxi collectif, à se partager, pour retrouver sa voiture à la fin du circuit.

NIVEAU

Facile à moyen.
De 2 à 5/6 h de marche
300 à 700 m de dénivelé positif
300 à 1000 m de dénivelé négatif dans la journée
Pas de passage technique, chemins et sentiers faciles à moyens.

Le séjour se déroule en semi-itinérance, avec un seul changement d'hôtel.

HEBERGEMENT
4 nuits en hôtel 3* confortable à Pocol (6 km de Cortina) avec sauna, hammam (à réserver et régler sur place) et wifi.

2 nuits en hôtel 3* confortable au lac Misurina (hôtel Sorapiss ou équivalent). Hébergement en chambre de 2 (exceptionnellement 3 en cas de nombre impair), avec salle de bain.

Pour le départ du 06/08/2023 au 12/08/2023, vous serez hébergé 6 nuits en hôtel 3* confortable à Pocol (6 km de Cortina) avec sauna, hammam et wifi.

Restauration :
En demi-pension du dîner du J1 au petit-déjeuner du J7. Pique-nique à midi, du J2 au J7.
Repas du soir et petit déjeuner servis chauds ; pique-nique à midi ; vivres de course.

TRANSFERTS INTERNES

Concernant l'organisation du séjour, pour maintenir le meilleur rapport qualité prix et une grande souplesse d'organisation, nous proposons aux participants qui viennent en voiture de réaliser quelques transferts en lieu et place des bus publics prévus.

Cela s'accompagne d'une réduction sur le séjour. Bien entendu, si aucune voiture n'est disponible, les transferts sont faits en taxi et bus publics.

PORTAGE DES BAGAGES

Séjour en semi-itinérance. Vous ne portez qu'un petit sac avec vos affaires de la journée.

GROUPE
De 6 à 13 participants.
Groupe privatisé de 6 personnes et + : date de départ à votre convenance, en fonction des disponibilités d'hôtels. Nous consulter.

ENCADREMENT
Un accompagnateur en montagne français diplômé d'Etat.

MATERIEL FOURNI

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR
Équipement :
- Un "Goretex" + une fourrure polaire
- Une cape de pluie ou un "Goretex"
- Un pull chaud ou une fourrure polaire
- Un pantalon de marche
- Un short
- Un maillot de bain (facultatif)
- Un bonnet, un bob, une paire de gants, trois bonnes paires de chaussettes
- Un survêtement ou une tenue confortable pour le soir
- Une paire de chaussures de montagne confortables, tout terrain, avec bonne semelle, contrefort et bonne imperméabilité
- Une paire de tennis, style jogging : pour le soir, ou éventuellement pour marcher en cas de frottements intempestifs avec vos chaussures de marche (attention : elles ne remplacent cependant pas vos chaussures de montagne ...)
- Un sac à dos confortable (maximum 50 1 litres)
- Un petit sac à dos pour la journée
- Une gourde d'1 litre
- Une paire de bonnes lunettes de soleil
- Une mini-trousse de toilette, une mini-trousse de pharmacie
- Affaires personnelles : autres vêtements et serviette de toilette

LE PRIX COMPREND
- l'hébergement en chambre de deux en demi-pension
- la nourriture en pension complète du dîner du J1 au petit-déjeuner du J7 (avec pique-niques le midi)
- les taxes de séjour
- l'encadrement par un accompagnateur en montagne français
- les transferts en bus locaux
- le transfert en taxi de Pocol au lac Misurina

LE PRIX NE COMPREND PAS
- l'acheminement
- les boissons
- les assurances
- les visites de sites

- le taxi retour sur Pocol pour ceux qui viennent en voiture
- tout ce qui n'est pas indiqué dans " Les prix comprennent "