

Dolomites, découverte du mystérieux Sud-Tyrol

Le massif des **Dolomites** s'étend majestueusement entre la Vénétie et le Trentin-Haut-Adige. C'est précisément dans cette dernière région, également connue sous le nom de **Sud-Tyrol**, que nous vous invitons à vivre une expérience unique, une semaine suspendue dans le temps. Ces montagnes grandioses, sculptées par des siècles d'érosion, sont inscrites au patrimoine mondial de **l'UNESCO** et nous offrent un spectacle à couper le souffle.

Notre aventure débute dans un hôtel confortable, idéalement niché entre les cimes imposantes du massif de Plose et le Parc Naturel de Puez-Odle. Ce lieu privilégié est le point de départ idéal pour explorer les trésors cachés de cette région. Chaque jour, nous empruntons les sentiers les plus spectaculaires des **Dolomites**, découvrant des panoramas inoubliables, des paysages à perte de vue où chaque recoin semble tout droit sorti d'un tableau. La diversité des parcours permet à chacun de s'immerger pleinement dans la beauté brute de ces montagnes, qu'il s'agisse de **randonnées** douces ou de défis plus audacieux.

Les Dolomites, avec leur caractère à la fois sauvage et raffiné, nous offrent un cadre idéal pour une aventure de **randonnée** inoubliable, au cœur de l'une des régions les plus spectaculaires de **l'Italie**. Pour en savoir plus, veuillez consulter notre article : [Les plus beaux treks en Italie](#)

PROGRAMME

Jour 1 : Accueil et présentation du séjour

Rendez-vous avec votre accompagnateur devant la gare de Bressanone-Brixen. De là, nous serons transférés à l'hôtel où nous passerons 5 nuits.

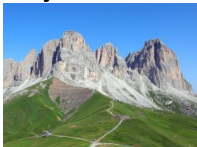
Présentation du séjour par l'accompagnateur suivi de notre premier dîner dans le Sud-Tyrol au coeur des montagnes.

TEMPS DE TRANSFERT : 30 minutes

TYPE D'HÉBERGEMENT : en hôtel***

Jour 2 : Panoramas sur la vallée de Funès et les sommets de l'Odle

Court transfert au Col Rodella. Nous débutons cette première randonnée en forêt avant d'atteindre un beau sentier en balcon qui nous fera profiter d'un beau panorama sur la verdoyante vallée de Funès. En continuant, nous aurons une vue imprenable sur les majestueux sommets de l'Odle.



HEURES DE MARCHÉ : 5h

DISTANCE : 11 km

DÉNIVELÉ + : 690 m

DÉNIVELÉ - : 690 m

TEMPS DE TRANSFERT : 30 minutes

TYPE D'HÉBERGEMENT : en hôtel***

Jour 3 : Eores - Val di Funès - San Pietro

Départ à pied de l'hôtel. Nous descendrons au fond de la vallée d'Eores puis nous entamerons la montée dans une belle forêt pour atteindre le col de Sant'Anton. De là, nous pourrons admirer la très belle Val di Funès en redescendant sur San Pietro.



HEURES DE MARCHÉ : 5h

DISTANCE : 7 km

DÉNIVELÉ + : 410 m

DÉNIVELÉ - : 750 m

TEMPS DE TRANSFERT : 1h

TYPE D'HÉBERGEMENT : en hôtel***

Jour 4 : Ju dà Val (2177 m) - Cabane de Maurerberg

Depuis le Passo delle Erbe, cette journée nous offrira de superbes panoramas sur le massif du Plose puis sur les sommets du Kreuzkofel et le Peitlerkofel juste en face.



HEURES DE MARCHÉ : 5h

DISTANCE : 13,5 km

DÉNIVELÉ + : 600 m

DÉNIVELÉ - : 600 m

TEMPS DE TRANSFERT : 1h15

TYPE D'HÉBERGEMENT : en hôtel***

Jour 5 : Passo delle Erbe, boucle autour du Sass de Putia

Au départ du Passo delle Erbe, nous sommes partis pour l'une des plus belles randonnées des Dolomites. L'itinéraire sera très varié, parfois en forêt parfois en pâturages, avec tout le long des points de vues.

Lors de cette randonnée, nous passerons notamment au col de Göma, un point panoramique où nous admirerons la Cima Dieci, la Marmolada, le Sasso Croce, la Lavarella et les Conturines.



HEURES DE MARCHÉ : 5h30
DISTANCE : 14 km
DÉNIVELÉ + : 710 m
DÉNIVELÉ - : 710 m
TEMPS DE TRANSFERT : 1h15
TYPE D'HÉBERGEMENT : en hôtel***

Jour 6 : Boucle des 3 sommets du massif de Plose

Nous terminerons le séjour en faisant le tour des crêtes du massif de Plose. Sur un chemin de crêtes, avec de magnifiques points de vue sur les sommets environnant, nous atteignons dans un premier temps le Telegraph (2486m). De là, nous continuons, passant devant le refuge Pfannspitz puis son sommet (2545 m). Nous terminons par le dernier et le plus haut sommet, le Mont Gabler (2576 m).

Retour à l'hôtel puis transfert à la gare.

(Pour ceux qui le souhaitent, possibilité de rester une nuit de plus à l'hôtel, voir les options).



HEURES DE MARCHÉ : 5h
DISTANCE : 15 km
DÉNIVELÉ + : 750 m
DÉNIVELÉ - : 750 m
TEMPS DE TRANSFERT : 1h

Les programmes sont donnés à titre indicatif. Des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement (météo, niveau des participants...). Nos accompagnateurs peuvent être amenés à modifier l'itinéraire en fonction de la météo ou si la sécurité du groupe le nécessite.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Rendez-vous à 17h à la gare de Bressanone-Brixen.

Accès

En train :

Gare de Bressanone-Brixen.

(Compter environ 10/11h de trajet depuis Paris avec 2 à 3 escales)

Vérifiez rapidement vos trains, horaires et disponibilités : [Trainline](#)

En voiture :

Vous pouvez vous garer directement à l'hôtel à Bressanone (nom communiquer dans votre convocation). Parking non couvert gratuit.

- Venant de Paris, passer par Innsbruck, le col du Brenner, Brixen
- Par les Alpes, passer par Milan, et prendre la direction Vérone, puis aller sur Bolzano et Brixen.

En avion :

Aéroport de Venise ou Vérone puis bus ou train.

DISPERSION

Fin du séjour vers 17h à la gare de Bressanone-Brixen ou 16h à l'hôtel si vous êtes venu en voiture.

NIVEAU

Niveau moyen (2 chaussures)

Durée des étapes : 4 à 6h par jour

Dénivelé moyen : 600 m à 800m par jour

Dénivelé maximum : 950m

Altitude maximum de passage : 2600m

Nature du terrain : sentiers et terrains variés faciles de moyenne montagne.

HEBERGEMENT

En chambre de 2 avec salle de bain et WC privatif.

Les inscriptions individuelles sont regroupées en chambre de 2 personnes sauf si vous demandez le supplément chambre individuelle.



Toutes les chambres disposent d'un balcon avec une superbe vue sur les montagnes environnantes. Vous aurez votre salle de bain et WC dans la chambre. De plus vous trouverez également un sèche-cheveux, une télévision et un petit coin bureau dans chacune des chambres. L'hébergement dispose d'une connexion WIFI gratuite. L'hôtel au style montagnard est très chaleureux, vous pourrez admirer la vue sur la terrasse ou profiter de ses espaces extérieurs pour vous détendre.



Restauration :





Le propriétaire de l'hébergement vous concocte de bons petits plats à partir de produits régionaux. Influencé par la cuisine italienne, tyrolienne et internationale, le chef vous servira un menu à trois plats à la présentation très soignée.

Les petits déjeuners sont servis sous forme de buffet, ou vous trouverez des pâtisseries, des oeufs, du fromage, de la charcuterie, des yaourts etc. ...

TRANSFERTS INTERNES

En navette public ou privée.

PORTAGE DES BAGAGES

Vous ne portez que vos affaires de la journée.

GROUPE

De 5 à 15 participants.

ENCADREMENT

Par un accompagnateur en moyenne montagne francophone.

MATERIEL FOURNI

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Vêtements :

- 1 chapeau de soleil ou casquette
- 1 foulard
- 1 bonnet et/ou bandeau
- T-shirts (1 pour 2 ou 3 jours de marche). Éviter le coton, très long à sécher ; préférer t-shirts manches courtes (matière respirante) en Capilène (Patagonia), Dryflo (Lowe Alpine), Light Effect (Odlo) etc...
- 1 sous-pull (remarques idem ci-dessus) ou chemise manches longues
- 1 veste en fourrure polaire
- 1 short ou bermuda
- 1 pantalon de trekking
- 1 pantalon confortable pour le soir

- 1 veste style Gore-tex, simple et légère
 - 1 cape de pluie
 - 1 sur-pantalon imperméable (facultatif)
 - 1 maillot de bain
 - Des sous-vêtements
 - Chaussettes de marche (1 paire pour 2 à 3 jours de marche). Éviter les chaussettes type "tennis" (coton), très longues à sécher et risque élevé d'ampoules ; préférer celles à base de Coolmax par exemple
 - 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville (semelle type Vibram)
 - 1 paire de sandales ou paire de chaussures détente pour le soir.
- La liste des vêtements doit être adaptée en fonction de la saison choisie.

Équipement :

- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité
- 1 paire de bâtons télescopiques (facultatif) : facilite les montées et les descentes et très utile pour évoluer sur des terrains accidentés ou glissants
- 1 gourde (1,5 litre minimum)
- 1 lampe frontale (facultatif)
- 1 couteau de poche (à mettre dans le bagage allant en soute)
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre son argent
- Nécessaire de toilette : prenez des produits biodégradables de préférence (il existe du savon liquide biodégradable de marque CAO)
- 1 serviette de toilette : il en existe qui sèchent rapidement : marque Packtowl
- Boules Quiès (facultatif)
- Papier toilette
- Crème solaire + stick à lèvres

Petite cuillère et couteau pour les pique-niques.

Pharmacie personnelle :

- Vos médicaments habituels
- Vitamine C ou polyvitamine
- Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- Bande adhésive élastique (type Elastoplast, en 6 cm de large)
- Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- Double peau (SOS Ampoules de marque Spenco, disponible en magasins de sport, en pharmacie, parapharmacie...)
- Répulsif anti-moustiques (facultatif)

LE PRIX COMPREND

- L'encadrement par un guide diplômé,
- L'hébergement en pension complète sauf les boissons,
- Les frais d'inscriptions et d'organisation,
- Les déplacements sur place,
- Les taxes de séjour.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- **Le transport aller-retour jusqu'au lieu de rendez-vous,**
- **Les assurances,**
- **Vos boissons et dépenses personnelles.**

