

GIENS, PORQUEROLLES, PORT CROS ET LES MAURES

Randonnée accompagnée en hôtels
Semi-itinérante

7 jours / 6 nuits / 5 jours de marche + ½ jour de visite



Les Iles d'Or, c'est ainsi que l'on nomme souvent les trois îles de Porquerolles, Port-Cros et du Levant depuis la Renaissance. Ces véritables perles, au large de la presqu'île de Giens, méritent bien leur nom.

La combinaison du soleil et de la mer leur a donné un des climats les plus doux de France et une végétation toujours verte et exubérante. C'est aussi un paradis pour les oiseaux de toutes sortes.

PROGRAMME

Jour 01 : Accueil à 13h45 à la gare de Hyères.

Visite guidée du centre historique.

Installation et dîner en hôtel***.

Dénivelée : +200m ; - 200m

Horaire : 3h00 de marche

Jour 02 : ÎLE DE PORQUEROLLES, PARC NATIONAL

Départ en bus public (15 min) pour rejoindre l'embarcadère de la Tour Fondue, où nous montons dans le bateau (20 min de traversée) pour l'île de Porquerolles "l'île idéale" de Georges Sim. Il y a une multitude de sentiers de randonnée qui permettent de faire le tour de l'île.

Notre guide nous emmène sur sa partie Ouest par la plage d'Argent, le Fort du Langoustier et le Mont Tialo. Possibilité de se baigner en cours de journée.

Repas du soir et nuit à l'hôtel.

Dénivelée : + 250 m ; - 250 m

Horaire de marche : 5h30

Jour 03 : PRESQU'ILE DE GIENS

Nous nous rendons au départ de la randonnée du jour en bus jusqu'au centre du village de Giens (10min). Ce petit village de pêcheurs à l'origine, est ensuite devenu une station balnéaire très prisée. Il bénéficie d'une vue panoramique sur la mer et les îles, le petit port de la Madrague, la plage de l'Almanarre. Nous parcourons le sentier côtier sur la façade Ouest de la presqu'île en passant par le port du Niel, la pointe de l'Escampobariou, le port de la Madrague. Le charme de cet endroit ne vous laissera pas indifférent. Baignade possible en cours de randonnée.

Repas et nuit à l'hôtel.

Dénivelée : + 350 m ; - 350 m

Horaire de marche : 5h00

Jour 04 : ILE DE PORT CROS, PARC NATIONAL

Départ en bus public (10min) pour rejoindre le port de Hyères où nous embarquons pour l'île de Port Cros (40min). Randonnée sur cette île enchantée, devenue parc national depuis 1963, véritable paradis écologique et faunistique. Notre bateau retour, nous amène au port du Lavandou. Nous sommes hébergés dans un hôtel familial à quelques pas du centre

Dîner et nuit à l'hôtel situé dans le centre du village.

Dénivelée : + 400 m ; - 400 m

Horaire de marche : 5h00

Jour 05 : MASSIF DES MAURES

Au départ du Lavandou, nous montons sur les crêtes qui dominent le cap Bénat et la rade du Lavandou. Nous traversons le massif et la forêt domaniale de Maures pour descendre vers Bormes Les Mimosas, l'un des plus beaux villages de la Côte d'Azur.

Ce village provençal de rêve : labyrinthe d'escaliers, jardin fleuris, passages voûtés, venelles...

Dénivelée : + 450 m ; - 450 m

Horaire de marche : 5h30

Jour 06 : SENTIER COTIER JUSQU'AU FORT DE BREGANCON

Nous rejoignons le départ de notre randonnée du jour en bus public (10min). Nous traversons de petits vallons pour atteindre le cap Léoube où nous admirons le domaine viticole du château Léoube. Nous poursuivons jusqu'aux plages de Pellegrin et de l'Estagnol qui invitent à la baignade. Nous terminons la balade au pied du fort de Brégançon. Une belle journée en perspective !

Retour au Lavandou en transfert privé (20 min).

Horaire de marche : 5h

Jour 07 : Séparation à la gare routière du Lavandou ou à l'hôtel en fonction de votre moyen de transport après le petit-déjeuner.

Attention : les jours de vent violent, les traversées pour les îles de Port-Cros ou de Porquerolles

IMPORTANT ITINÉRAIRE :

De juin à septembre, l'accès aux massifs provençaux peut être restreint ou interdit par la préfecture, pour la demi-journée ou la journée entière. Cette décision est liée au niveau de risque d'incendie (pour cause de grosse chaleur, de fort mistral, etc...), évalué la veille de chaque jour de randonnée par les autorités. Nos accompagnateurs sont habitués et formés, pour vous proposer une randonnée de remplacement le cas échéant, ou modifier l'ordre du programme lorsque cela est possible. A Porquerolles, l'accès aux plages reste généralement possible les jours de fermeture du parc national.

Les durées de nos randonnées sont données à titre indicatif. Elles peuvent varier en fonction de plusieurs éléments lors du déroulé de notre séjour (niveau des participants, météo, état du terrain, etc...). Les durées de transfert peuvent aussi fluctuer en fonction des conditions climatiques et de l'état des routes.

Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction et peut être sujet à des modifications dans un souci de qualité. De plus, des situations indépendantes de notre volonté peuvent modifier le déroulement de votre séjour (météo, routes coupées, vols annulés ou retardés, grèves, fêtes locales...). Nos guides feront de leur mieux pour s'adapter à ces aléas, avec leur expérience et leur professionnalisme. Votre satisfaction et votre sécurité sont les éléments qui prédominent dans ces décisions de modification.

En cas de nombre insuffisant de participants, nous pouvons être amenés à annuler un séjour jusqu'à 3 semaines avant le départ. Nous anticipons au maximum cette prise de décision, parfois à 5-6 semaines de votre départ, afin de vous permettre de vous organiser au mieux. Si vous vous rendez au point de RV du séjour en transport en commun, nous vous recommandons d'éviter les tarifs non modifiables - non remboursables tant que le départ n'est pas confirmé, ou de prévoir une assurance annulation auprès des compagnies de transport.

Les plus de ce séjour :

- 3 nuits en hôtel *** avec piscine
- 3 traversées en bateau incluses
- Randonnées dans un parc national

N.B : Ce programme est donné à titre indicatif. L'itinéraire pourra être légèrement modifié en fonction des conditions climatiques ou d'aléas indépendants de notre volonté.
En cas de changement de catégorie d'hôtels du fait de la défaillance de l'un de nos prestataires, vous serez prévenus à l'avance et ne donneront droit à aucune compensation financière.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Le Dimanche à 13h45 à la gare ferroviaire de Hyères (gare TER et SNCF) (tenue de randonnée urbaine et gourde pleine). Rendez-vous à la sortie principale de la gare (côté rue de la gare) au niveau des petites marches.

Les bagages sont pris en charge par notre transporteur à votre arrivée (pour les personnes arrivant en train)

Pour ceux qui se rendent en voiture, vous pouvez vous garer sur le parking (payant) de la gare de Hyères et laisser vos bagages dans votre voiture.

Après la visite, vous conduirez jusqu'à l'hôtel pour rejoindre le groupe (l'hôtel se trouve à 7km, sur la presqu'île de Giens, instructions données par votre guide sur place).

En cas d'arrivée tardive, vous pouvez vous rendre directement à l'hôtel en prenant le bus N°67.

Accès voiture : Par l'A7 et l'A8 jusqu'à Aix-en-Provence, puis l'A52 et l'A50 par Toulon. Hyères est situé à 18 km de Toulon.

Vous pouvez calculer votre itinéraire sur le site Michelin : www.viamichelin.com

Parking : Vous pouvez vous garer sur le parking de la gare de Hyères et après la visite rejoindre le groupe à l'hôtel qui se trouve à 7km sur la presqu'île de Giens.

L'hôtel à Hyères dispose d'un parking privé gratuit. Celui du Lavandou a quelques places dans sa rue, gratuites (sous réserve de disponibilité).

Covoiturage : www.covoiturage.fr ou www.covoiturage.com ou www.easycovoiturage.com , etc.

Accès train : Gare SNCF d'Hyères puis bus n°67 jusqu'à l'arrêt Thalasso

Horaires de train à titre indicatif sous réserve de toutes modifications (il est indispensable de vérifier auprès de la SNCF Tél. : 36 35 ou www.voyages-sncf.com).

Attention : en cas d'insuffisance de participants, nous pouvons être amenés à annuler un séjour jusqu'à 3 semaines avant le départ.

Si vous vous rendez en train au départ de la randonnée, évitez certains tarifs non modifiables / non remboursables type Prem's tant que le départ n'est pas assuré.

Paris (gare de Lyon)	11h25 <u>TGV 6155 puis TER 81627</u>
Hyères	15h57

Lyon Part Dieu	11h36 TGV 5303 puis TER 81627
Hyères	15h57

Accès avion : L'aéroport de Toulon - Hyères se trouve à proximité du lieu de rendez-vous. Aéroport de Toulon / Hyères

TAXIS RADIOS: 04 94 00 60 00

DISPERSION

Le Samedi après le petit déjeuner à l'hôtel au Lavandou ou à la gare routière du Lavandou. 7 minutes à pied entre les deux lieux

Par vos propres moyens et avec les conseils de notre accompagnateur, vous rejoignez en bus les gares de Hyères ou Toulon (Toulon étant plus pratique), ou vous prenez un bus ou un taxi pour retrouver votre voiture à notre hôtel à Hyères (voir la rubrique "Moyens d'accès").

Retour voiture : Un transfert privé est prévu le vendredi soir après la randonnée pour aller chercher votre voiture à l'hôtel Ibis de Hyères et la ramener au Lavandou.

Retour train : gare SNCF de Toulon (car au départ du Lavandou)

le séjour se termine au Lavandou : y prendre un bus ZOU! jusqu'à la gare de Toulon; il serait plus court de se rendre à la gare de Hyères mais ce bus passe par le centre-ville de Hyères mais pas sa gare ; pour se rendre à la gare de Hyères, en prenant ce bus ZOU!, descendre à Hyères centre, puis prendre la navette qui relie ensuite l'arrêt de bus Hyères Centre à la gare de Hyères)

Horaires de train à vérifier auprès de la SNCF Tél. : 36 35 ou <https://www.oui.sncf>. ➤ ALLER

Départ 7h39 : Paris Gare de Lyon (TGV INOUI 6103).

Arrivée 10h57 : Marseille Saint Charles

Départ 11h32 : Marseille Saint Charles (TER 881619)

Arrivée 12h57 : Hyères ➤ RETOUR

Car entre Le Lavandou, Hyères et Toulon gare SNCF.

Il est indispensable de vérifier les horaires auprès de la gare routière de Toulon au 04 94 24 60 00 ou sur <https://carte.zou.maregionsud.fr/fr/>

Bus Zou 7801

Départ 12h48 : Toulon (TGV INOUI 6174). Arrivée 16h51 : Paris Gare de Lyon.

Hébergements avant ou après la randonnée : sur demande

NIVEAU

Niveau 2 à 3 sur une échelle de 5.

Pour marcheur motivé, en forme, pratiquant une activité physique variée et régulière

4h30 à 5h30 de marche par jour environ

Entre + 250 m et + 450 m de dénivelée

Sentiers sans difficulté technique. La chaleur à certaine période peut augmenter la difficulté.

Le tour de la presqu'île de Giens, le jour 3 est un peu plus exigeant sur un terrain plus accidenté avec des passages sur sentiers caillouteux.

Pour les amoureux, de la flore, privilégier les séjours en Avril et en Mai.

Pour les amoureux de la baignade, privilégiez les séjours en Septembre : la température de l'eau est idéale.

Baignade possible tous les jours en cours d'étape ou en fin de journée. Ce serait dommage de ne pas en profiter. Nous soulignons cependant que les accompagnateurs de montagne ne sont pas maîtres-nageurs ; ces baignades se font donc sous votre responsabilité.

HEBERGEMENT

- 3 nuits en hôtel*** hôtel situé en bord de mer sur la presqu'île de Giens. Vous bénéficierez d'un accès à la plage, à la piscine intérieure chauffée, au hammam, à la salle de relaxation, à la salle de fitness et au solarium, au centre de thalasso-thérapie. Dîner au restaurant de l'hôtel
- 3 nuits au Lavandou en hôtel familial** situé à quelques pas du port dans une bâtisse provençale. Vous pourrez déguster votre petit déjeuner sur la jolie terrasse de l'hôtel.

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

TRANSFERTS INTERNES

Les transferts sont peu nombreux sur ce séjour, et ne dépassent pas 20min (10min la plupart du temps). En bateau pour rejoindre les îles, les jours 2 et 6. En bus public les jours 2, 3, 4 et 6, puis en taxi privatisé le jour 6

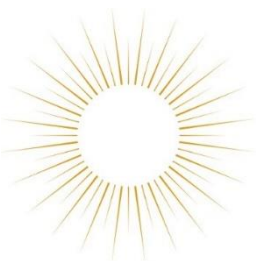
PORTAGE DES BAGAGES

Vous randonnez avec un petit sac à dos pour la journée (vêtement de protection, pique nique de midi, gourde, appareil photo...).

GROUPE

Les groupes sont constitués d'environ 6 à 15 participants + l'Accompagnateur.

ENCADREMENT



Un accompagnateur en montagne qualifié.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

- 1 sac de voyage par personne (ou valise à roulettes). Un bagage trop volumineux est à proscrire car poserait des soucis d'encombrement du bus ou d'organisation logistique.
- 1 sac à dos de 35-40 litres environ à armatures souples avec ceinture ventrale et un dos bien aéré pour votre confort (pour porter vos affaires personnelles de la journée : appareil photo, pique-nique du déjeuner, gourde, vivres de course, veste coupe-vent, pull, vêtement de pluie...). Ce bagage est placé généralement en cabine lors de vos transports aériens éventuels (10kg maximum par personne, habituellement).
Sur les séjours itinérants ou semi-itinérants, il est demandé de limiter également le poids à 10-12kg, car l'accès malaisé à certains hébergements pourrait compromettre la livraison des bagages. Nous vous invitons également à éviter d'y laisser des objets fragiles et/ou de valeur.

VÊTEMENTS :

Pour le haut du corps, le principe des 3 couches permet de gérer quasiment toutes les situations :

- une couche légère et respirante une couche chaude une couche imperméable et respirante.

En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par temps de pluie ou vent, il suffit de rajouter cette veste imperméable. Par grands froids ou lors des pauses, la veste polaire est un complément indispensable.

Prévoir des vêtements qui sèchent rapidement et donc éviter le coton. Préférez les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible.

Pensez à vous couvrir avant d'avoir froid, mais surtout à vous découvrir avant d'avoir trop chaud. La sueur est l'ennemi du randonneur, car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés lors des pauses. Ainsi, il est très rare d'effectuer une ascension vêtue d'une veste polaire.

La liste complète et idéale : (à adapter néanmoins suivant la randonnée et la saison, et en fonction de vos habitudes)

- 1 chapeau de soleil ou casquette, ou foulard
- 1 bonnet ou bandeau en polaire et/ou un tour de cou
- 1 paire de gants légers
- Tee-shirts manches courtes en matière respirante de préférence (1 pour 2 jours de marche).
- 1 sous-pull à manches longues en matière respirante ou une chemise (parfois, les sommets sont ventés et une petite épaisseur est la bienvenue pendant la pause déjeuner),
- 1 veste chaude type polaire (voire déperlante) ou type chaude et compressible)
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante avec capuche
- 1 cape de pluie éventuelle et/ou sursac
- 1 pantalon de randonnée solide, ample, confortable, déperlant
- 1 surpantalon imperméable et respirant
- 1 short ou pantacourt, confortable et solide
- Chaussettes de marche (1 paire pour 2 jours de marche). Privilégier la laine ou les chaussettes spécifiques randonnée type bouclette" qui vous éviteront l'échauffement prématuré des pieds
- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, avec semelle qui accroche bien au relief et résistante à l'abrasion. Pensez à tester auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps.
- ou si vous êtes habitués, une paire de chaussures basses type trail, notamment pour les séjours été. 1 maillot de bain et 1 serviette qui sèche rapidement (facultatif en vue d'éventuelles baignades)
- 1 pantalon confortable pour le soir

- 1 paire de chaussures de détente légères pour le soir, type baskets, permettant aussi d'être utilisées pour les visites ou balades en ville.

POUR LE PIQUE-NIQUE

- Couverts
- 1 boîte de conservation en plastique de 0,5 litre minimum (impératif même s'il peut arriver qu'elle ne serve pas)
- 1 gobelet plastique ou aluminium avec anse isolée pour éviter les brûlures avec les boissons chaudes
- 1 couteau de poche pliant (facultatif)
- 1 gourde isotherme ou aluminium de 1,5 litres minimum ou gourde souple (déconseillée en hiver) ou une gourde filtrante éventuellement. Surtout utile en hiver, si vous souhaitez, prendre une bouteille isotherme pour emporter thé, café... pendant la randonnée)

AUTRES

- 1 grand sac plastique à glisser dans votre sac à dos afin de protéger vos affaires des intempéries et/ou 1 sur-sac
- 1 pochette étanche avec : votre contrat d'assistance, vos papiers d'identité, carte vitale et tout autre document mentionné dans la rubrique formalité
- 1 parapluie solide et léger (facultatif mais très utile en cas de pluie, ou même de canicule)
- 1 paire de bâtons de marche télescopiques (selon vos habitudes ou le niveau technique des randonnées, se référer au paragraphe « Niveau Technique » de la fiche technique du séjour
- 1 paire de lunettes de soleil de bonne qualité (protection niveau 3 ou 4) couvrant bien les côtés
- Crème solaire avec un bon indice de protection (30 minimum) et écran labial (le tout systématiquement dans le sac à dos)
- Trousse de toilette (brosse à dents, déodorant, etc...)
- Protections auditives en cire ou en mousse (contre les ronflements de voisinage ou autres nuisances sonores) Mouchoirs
- Papier toilette
- 1 frontale ou lampe de poche + couverture de survie : à mettre systématiquement dans le sac à dos, un retard imprévu suite à un incident peut subvenir même au cours d'une randonnée facile
- Des lunettes de rechange (si vous portez des lunettes de vue) Appareil photo, jumelles (facultatif)

PHARMACIE :

Le guide est équipé d'une pharmacie de premiers secours (non destinée à subvenir à vos besoins pour de petits aléas). Néanmoins, il n'est pas autorisé à administrer tout médicament à un participant sans prescription médicale ou accord médical des secours.

Prévenez le guide de toute maladie, traitement ou autre allergie qui pourraient compliquer une prise en charge médicale en cas d'incident, ou tout malaise éventuel qui pourrait vous arriver en cours de randonnée.

Vos médicaments habituels

Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence

Médicaments contre les troubles digestifs (facultatif)

Antistaminiques contre les piqûres d'insectes par exemple (facultatif)

Pastilles contre le mal de gorge (facultatif)

Bande adhésive élastique en 5 ou 8 cm de large x 2,5

m (facultatif) Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes

Collyre (en cas de poussières ou irritation/sécheresse oculaire)

Double peau pour protéger les ampoules aux pieds (facultatif)

Pince à épiler (facultatif)

Petits ciseaux (facultatif)

Vitamine C (facultatif)
Pince à échardes (facultatif)
Gel hydroalcoolique antibactérien utile pour se laver/désinfecter les mains.

FORMALITÉS :

Durant la randonnée, vous devez être en possession des documents suivants :

Carte d'identité en cours de validité ou

Passeport. Carte vitale.

Dépliant de votre assurance voyage reçu lors de votre inscription (si vous avez souscrit cette assurance auprès de nos bureaux) ou de votre assurance personnelle (numéro de contrat + numéro de téléphone).

DATES ET PRIX

Dates	Prix par personne
Du 07 au 13 avril 2024	1090 €
Du 21 au 27 avril 2024	1090 €
Du 12 au 18 mai 2024	1090 €
Du 09 au 15 juin 2024	1090 €
Du 08 au 14 septembre 2024	1090 €
Du 22 au 28 septembre 2024	1090 €
Du 06 au 12 octobre 2024	1090 €

Supplément chambre individuelle : 350 € pour les départs d'octobre ou 395 € pour les autres départs.

Famille, club, associations, écoles, comités d'entreprise ... à partir de 7 personnes vous constituez un groupe et vous bénéficiez de réductions sur ce séjour : - 5% pour les petits groupes (8 à 10 personnes) et - 8% pour les grands groupes (à partir de 11 personnes).

Et vous pouvez choisir d'autres dates (selon disponibilités).

LE PRIX COMPREND

- les frais d'organisation et l'encadrement
- l'hébergement en demi pension (vins et boissons non compris) en hôtel*** et ** avec pique nique pour le midi
- les traversées en bateau Hyères-Porquerolles (aller retour), Hyères-Port Cro et Port Cros-Le Lavandou
- le transport de bagages
- les taxes de séjour

LE PRIX NE COMPREND PAS

- les boissons et dépenses personnelles
- les visites éventuelles
- le moyen de transport jusqu'au lieu de rendez vous
- l'équipement individuel
- le supplément chambre individuelle
- les déplacements supplémentaires liés à une modification du programme pour raisons météorologiques

- les assurances
- tout ce qui n'est pas mentionné dans le prix comprend

POUR EN SAVOIR PLUS

Pour les amoureux, de la flore, privilégier les séjours en Avril et en Mai.

Pour les amoureux de la baignade, privilégiez les séjours en Septembre : la température de l'eau est idéale.

Baignade possible tous les jours en cours d'étape ou en fin de journée. Ce serait dommage de ne pas en profiter. Nous soulignons cependant que les accompagnateurs de montagne ne sont pas maîtres-nageurs ; ces baignades se font donc sous votre responsabilité et à vos risques et périls.

De juin à septembre, l'accès aux massifs provençaux peut être restreint ou interdit par la préfecture, pour la demi-journée ou la journée entière. Cette décision est liée au niveau de risque d'incendie (pour cause de grosse chaleur, de fort mistral, etc...), évalué la veille de chaque jour de randonnée par les autorités. Nos accompagnateurs sont habitués et formés, pour vous proposer une randonnée de remplacement le cas échéant, ou modifier l'ordre du programme lorsque cela est possible. A Porquerolles, l'accès aux plages reste généralement possible les jours de fermeture du parc national.

Les durées de nos randonnées sont données à titre indicatif. Elles peuvent varier en fonction de plusieurs éléments lors du déroulé de notre séjour (niveau des participants, météo, état du terrain, etc...). Les durées de transfert peuvent aussi fluctuer en fonction des conditions climatiques et de l'état des routes.

CLIMAT :

Le climat, de type méditerranéen, se caractérise par une douceur relative des températures tout au long de l'année avec des maxima au cours de la saison estivale qui correspondent à une période de sécheresse. Quant aux précipitations, elles oscillent entre 700 et 800 mm/an mais sont réparties de façon inégale et essentiellement sous forme d'orages ou de pluies abondantes sur de courtes périodes.

Les vents dominants, outre les brises marines, sont le mistral et le vent d'est.

Le mistral est un vent de nord ouest, généralement froid en hiver, très sec et souvent violent. Il est par contre fréquemment accompagné d'un ciel très bleu et d'une grande visibilité.

Le vent d'est, aussi appelé Levant, est quant à lui, un vent chargé d'humidité. Il est généralement synonyme de pluie et est à l'origine de fortes tempêtes de Méditerranée.

L'action du vent déforme les végétaux exposés sur les littoraux. Aussi, ceux-ci en poussant, prennent des formes torturées. C'est ce qu'on appelle l'anémomorphisme.

Au niveau météorologique, les îles et la presqu'île de Giens sont une charnière entre le Golfe de Lion et le Golfe de Gênes.

GÉOGRAPHIE :

La Presqu'île de Giens est l'un des emblèmes de la commune de Hyères. Giens est aujourd'hui relié au continent par un double tombolo. Comme les îles d'Hyères, la presqu'île est géologiquement rattachée au massif des Maures.

Entre les deux flèches, les étangs des Pesquiers ont été aménagés en salines et exploités par les Salins du Midi. Le tombolo occidental a été construit par des sédiments repris d'un ancien cours du Gapeau qui contournait le massif du Fenouillet, et apportait des galets gréseux et du sable provenant du Permien et du Trias, sans oublier les amas de coquillages venant de la mer. Le tombolo présente une flore exceptionnelle.

Vous pourrez rencontrer la matthiole à trois pointes : cette plante compacte présente des feuilles à bord ondulé, veloutées, et des fleurs violet pâle. Les fruits forment des "baguettes de fée" avec trois cornes au sommet. Vous observerez également des diotis, des chardons bleus,

des salicornes, sans oublier le célèbre lys des mers, plante protégée, dont les fleurs blanches apparaissent en juillet. Lors de fortes tempêtes d'ouest, le tombolo est généralement submergé. Afin de préserver cet espace fragile et de mettre en place des aménagements adaptés, la ville d'Hyères a confié la gestion de ce secteur au Conservatoire du Littoral. Le tombolo oriental est plus large et essentiellement sableux. Il est alimenté par les alluvions du cours actuel du Gapeau et du Pansard. Une des dernières pinèdes de pin d'Alep est visible entre le village de la Capte et l'Hippodrome.

Entre les deux tombolos, les étangs des Pesquiers présentent un grand intérêt ornithologique. C'est l'une des rares zones humides qui jalonnent le littoral provençal. Une colonie de flamants roses s'est établie, mais vous rencontrerez également des cormorans, des hérons cendrés, des avocettes... Une plate-forme d'observation est installée dans la partie sud du tombolo occidental.

On ne sait, avec précision, depuis quand la presqu'île de Giens est habitée. Toutefois, des fouilles archéologiques permettent d'affirmer le passage des Grecs, ainsi que la présence par la suite des Romains. Des pièces à l'effigie de différents empereurs montrent une activité commerciale certaine. On ne peut s'empêcher de penser à la thèse de l'abbé Marès, qui place près de La Tour Fondue la ville de Pomponiana. On a découvert au nord de la pointe de l'Ermitage, non loin du port de La Madrague, un bateau romain datant de plus de 2000 ans chargé de 6000 amphores, qui compte parmi les plus belles épaves de méditerranée. Toutes ces découvertes sont exposées au musée d'Hyères. Par la suite d'autres visiteurs sont venus, occuper ou piller la presqu'île. Les barbaresques, puis les corsaires d'Alger et autres ont menacé nos côtes jusqu'au 19ème siècle. Il en est resté l'appellation de Ribaud, et plusieurs autres noms qui dérivent de mots arabes.

L'origine du nom de "Giens" n'est pas clairement établie. Plusieurs possibilités nous sont offertes depuis une origine indo-européenne : "gen" qui signifie la mâchoire, le golfe ; jusqu'à l'origine arabe du mot "djaïn"; en passant par un dérivé de "gens" ou du provençal "gen" qui veut dire beau, gentil.

Il en est de même pour "Arbanais", qui est le nom que portent les habitants, sans aucun rapport avec l'appellation de la presqu'île. Il peut s'agir d'une origine étymologique venant du mot "Albanais" ou du nom d'un des premiers seigneurs avant le XIIème siècle, un soit-disant "Alban". Ce nom peut aussi venir de "Ban", qui a donné le mot banlieue, Giens étant alors "l'arrière-ban" donc "Arban" ou "hors-ban".

Le Provençal, langue d'origine, a lentement disparu, et rare sont aujourd'hui ceux qui comprennent ou parlent encore cette langue.

CULTURE :

La Provence d'Azur appartient à la Provence cristalline.

Elle est donc essentiellement constituée de roches granitiques, micaschistes, gneiss...

Toutes ces conditions expliquent le développement particulier de la flore locale. De plus, la composition acide des sols engendre une végétation dite calcifuge ou silicole.

Vous rencontrerez donc lors des randonnées une végétation méditerranéenne caractérisée par les pins (pins d'Alep, pin maritime...), les espèces du maquis et de la garrigue comme l'arbousier, le chêne, les cistes, les plantes aromatiques...

FAUNE & FLORE :

Toutes les conditions climatiques expliquent le développement particulier de la flore locale. De plus, la composition acide des sols engendre une végétation dite calcifuge ou silicole.

Vous rencontrerez donc lors des randonnées une végétation méditerranéenne caractérisée par les pins (pins d'Alep, pin maritime...), les espèces du maquis et de la garrigue comme l'arbousier, le chêne, les cistes, les plantes aromatiques...

CARTOGRAPHIE :

Carte touristique au 1/100 000 : Carte IGN - Série verte n° 68

Cartes au 1/25 000 :

-Carte IGN - Série TOP 25 n° 3446 OT Hyères - Ile De Porquerolles

-Carte IGN - Série TOP 25 n° 3446 ET le Lavandou - P.N. de Port-Cros

BIBLIOGRAPHIE :

Généralités:

Le Var (guides Gallimard)

Guide vert "Côte d'Azur" (Michelin)

Guide du routard "Provence - Côte d'Azur" (Hachette)

Histoire: <http://www.france3.fr/iles/porqrol/zzf/histor/local.htm>

Histoire de la Provence par M.Aghulon et N.Coulet (que sais-je? n° 149)

ADRESSES UTILES :

Comité Départemental de Tourisme du Var

1, boulevard Foch

83003 Draguignan Cedex

Tél. : 04.94.50.55.50

Service

documentation

:

04.94.50.55.65

web : <http://www.tourismevar.com>

E-mail : info@cdtvar.com

Maison du tourisme de la Provence d'Azur

Tél.: 04 94 01 84 30

Site Internet : www.provence-azur.com

Office de tourisme de Toulon

Tél : 04 94 18 53 00

Office intercommunal de tourisme du Golfe des Iles d'Or Tél : 04 94 65 18 55

Rotonde J. Salusse Av. de Belgique 83400 Hyères

Office de tourisme d'Hyères

Tél.: 04 94 01 84 50

Site Internet : www.ot-hyeres.fr

Office de tourisme de l'île de Porquerolles

Tél : 04 94 58 33 76

Parc National de Port-Cros

Tél : 04 94 12 82 30

Site Internet : www.portcrosparcnational.fr

INSCRIPTION, ANNULATION & ASSURANCES

INSCRIPTION

En ligne sur notre site internet www.espace-evasion.com , ou en renvoyant la fiche d'inscription signée et un acompte de 30%, vous recevrez alors une confirmation d'inscription.

Inscription à plus de 22 jours du départ : aucun frais de dossier

Inscription entre 21 jours et 8 jours du départ : frais de dossier : 10 € (20 € pour les voyages et les séjours en liberté)

Inscription à moins de 8 jours du départ : frais de dossier : 20 € (30 € pour les voyages et les séjours en liberté) (le paiement doit être obligatoirement effectué par carte de crédit)

ANNULATION

ANNULATION De notre part :

ESPACE EVASION se réserve le droit d'annuler un séjour en cas d'insuffisance de participants (6 minimum, sauf cas particuliers précisés) ou par suite de conditions particulières qui risqueraient de compromettre le bon déroulement du séjour.

En cas d'insuffisance de participants, ceux-ci seront prévenus dans un délai minimum de 14 jours. Il vous sera proposé plusieurs solutions de remplacement. Si aucune solution ne vous convient, vous serez remboursé intégralement.

ANNULATION De votre part :

En cas de désistement de votre part (sauf si vous trouvez un remplaçant), les frais d'annulation à votre charge sont les suivants (la date prise en compte est celle à laquelle ESPACE EVASION a pris connaissance du désistement) :

Dans le **cas général**.

- Jusqu'à 31 jours du départ : 10 % du montant du séjour, avec un minimum de 30 €.
- Entre 30 et 21 jours : 35 % du montant du séjour.
- Entre 20 et 14 jours : 50 % du montant du séjour.
- Entre 13 et 2 jours : 75 % du montant du séjour.
- A moins de 2 jours du départ : 100 % du montant du séjour.

Dans le cas particulier de séjour incluant l'émission d'un **billet d'avion non remboursable** ou **l'affrètement d'un bateau**.

De 90 à 45 jours avant le départ : 1 000 €

De 44 à 31 jours avant le départ : 60 % du montant du séjour

A 30 jours et moins du départ : 100 % du montant du séjour

Pour les **groupes constitués auxquels il est proposé un tarif par personne**, le désistement d'une partie seulement des participants entrainera une modification du tarif pour les autres participants, ou sera soumise à des frais d'annulation de 100% quelque-soit la date de l'annulation.

Pour la prise en charge de ces frais, nous vous conseillons vivement de souscrire une assurance annulation. **L'assurance n'entre en vigueur que si votre voyage est soldé.**

Tout participant abrégeant un séjour, ne respectant pas les lieux, dates ou heures de rendez-vous, ne pourra prétendre à aucun remboursement, de même qu'une exclusion décidée par votre accompagnateur, pour niveau insuffisant ou non-respect des consignes de sécurité.

ASSURANCES ANNULATION, FRAIS DE RECHERCHE ET SECOURS, ASSISTANCE - RAPATRIEMENT- INTERRUPTION

Nous vous proposons trois formules d'assurances au choix :

- **Assurance Annulation + Assurance Bagages + extension Epidémies (3,4 % du montant du séjour).**
- **Assurance Frais de Recherche et Secours + Assistance Rapatriement + extension Epidémies (2 % du montant du séjour).**
- **Assurance Multirisques Annulation + Assurance Bagages + Retard de transport, Frais de Recherche et Secours, Assistance Rapatriement, Interruption de Séjour + extension Epidémies (4.8 % du montant du séjour).**

Les garanties détaillées et les exclusions sont portées sur le fascicule : Annulation – Assistance Frais médicaux et Interruption de séjour et d'activités ASSURINCO MUTUAIDE Vagabondages contrat n° 4637 joint à votre confirmation d'inscription. Il est disponible sur www.espace-evasion.fr/telechargements ou sur simple demande. Attention, ce contrat s'adresse uniquement aux personnes dont le domicile principal est situé en France ou en Europe.

L'assurance Annulation

L'assurance entre en vigueur dès la souscription et si votre voyage est soldé. Les événements garantis sont :

- L'annulation pour **motif médical** : maladie grave, accident corporel grave ou décès de vous-même, un membre de votre famille...
- L'annulation pour **causes dénommées** :

* Dommages graves ou vols dans locaux privés ou professionnel, convocation en tant que témoin ou juré d'assise, ..., une franchise de 30 € par personne est déduite par l'assureur.

* La mutation professionnelle, la suppression et la modification des dates de congés payés du fait de l'employeur, vol des papiers d'identité, ... (franchise de 100 € par personne).

- L'annulation toutes **causes justifiées** (franchise de 10 % du montant des frais d'annulation avec un minimum de 50 € par personne et 150 € par dossier).

- **Assurance Bagages** : plafond de 1500 €

Extension Epidémies :

- Annulation pour maladie en cas d'épidémie/pandémie, refus d'embarquement suite à prise de température, en cas d'absence de vaccination devenue obligatoire (franchise de 10 % du montant des frais d'annulation avec un minimum de 50 € par personne).

Les frais d'annulation restant à votre charge vous seront remboursés par l'assureur, déduction faite de franchise éventuelle, des frais de dossier, de visa, des taxes portuaires et aéroportuaires et du montant des assurances. Ils sont calculés en fonction de **la date de constatation médicale ou de l'événement qui entraîne l'annulation**.

Cas Particuliers concernant les voyages à l'étranger

Dans le cas d'un billet d'avion émis à l'avance, que ce soit à votre demande ou en raison de la politique de certaines compagnies aériennes pour certains types de tarif, il sera facturé des frais d'annulation égaux à 100 % du prix du billet, quelle que soit la date de l'annulation.

L'Assurance Frais de Recherche et Secours, Assistance Rapatriement

La garantie de l'assuré prend effet dès le départ du séjour et cesse lors du retour du voyage. Les événements garantis par notre contrat souscrit pour vous auprès de Mutuaide Assistance sont :

- les frais de recherche et secours jusqu'à un plafond de 10 000 €,
- le rapatriement avec assistance en cas d'atteinte corporelle grave,
- les frais médicaux hors du pays de résidence,
- la prolongation de séjour (10 nuits maximum)
- l'avance de fonds à l'étranger,
- la prise en charge d'honoraires d'avocats à l'étranger jusqu'à un plafond de 5 000 €,
- la responsabilité civile vie privée à l'étranger
- ...

Extension Epidémies :

Frais hôteliers suite à mise en quarantaine (80 €/nuit – maxi 14 nuits)

Soutien psychologique suite à mise en quarantaine

Frais médicaux sur place

Retour impossible suite à vol annulé par autorités ou compagnie aérienne (1000 €)

Frais hôteliers suite retour impossible (80 €/nuit – maxi 14 nuits)

L'Assurance Multirisques

Cette assurance reprend **les garanties des assurances annulation et assistance rapatriement**, elle est complétée par deux garanties :

Interruption de séjour : uniquement disponible dans la formule multirisques à 4.8 %.

La garantie de l'assuré prend effet dès le départ du séjour et cesse lors du retour du voyage.

Les événements garantis sont :

- l'interruption de séjour jusqu'à un plafond de 30 000 € par événement, ou d'activité 100 € par jour (maximum 3 Jours)

Retard de transport : uniquement disponible dans la formule multirisques à 4.8 %.

Si vous avez subi un retard de transport plus de 4 heures (avion, train, bateau), une indemnité avec plafond de 50 € par personne pour un retard de 4 à 8 h, de 100 € par personne pour un retard supérieur à 8 heures

Les indemnités sont cumulables si le retard est subi par le trajet aller, le trajet retour ou un trajet pendant le voyage.

Nous déclinons toute responsabilité en cas de difficulté avec votre assistant si ces prestations ne couvrent pas les conditions ou les activités du voyage. Si des frais supplémentaires sont exposés de ce fait pour votre retour, nous nous réservons le droit de vous les facturer.

Pour les séjours à l'étranger, les participants possédant une assistance rapatriement personnelle devront remplir un formulaire et nous fournir une attestation de leur assurance. Il est notamment important de vérifier que votre destination ne fait pas partie des pays exclus.

Vérifiez notamment que vous possédez une garantie « frais de recherche et secours » avec un plafond suffisamment élevé. En particulier, les assurances des cartes bancaires couvrent l'assistance-rapatriement, mais les assurances des cartes bancaires de base (et certaines cartes bancaires haut de gamme) ne possèdent pas de garantie «frais de recherche et secours».

ESPACE EVASION

Agence de Voyages – IM.074.10.0036

Garantie financière : Groupama – 5, rue du Centre - 93199 NOISY LE GRAND Cedex
Assurance responsabilité civile professionnelle : MMA Mutuelles du Mans Assurances –
Sarl SAGA – BP 54 – 69922 OULLINS Cédex