

NOUVEL AN MEDITERRANEEN EN HOTEL ***

La Côte Bleue et les îles du Frioul
4 jours, 3 nuits, 3 jours de randonnée



Entre Marseille et Martigues se cache une partie de la côte méditerranéenne sauvage et préservée : La Côte Bleue. Ce nom rêveur fait référence à la couleur de la mer qui baigne le massif de l'Etaque. Ce séjour vous invite à célébrer le Nouvel An en Provence depuis Niolon jusqu'au Cap Couronne et entre les calanques de l'Erevine et les îles du Frioul. Vous serez logés dans un hôtel 3 en bord de mer !*

Nos points forts :

- L'hôtel 3* en bord en mer
- La beauté de la Côte Bleue
- La Côte Bleue, peu connue et Magnifique
- La traversée jusqu'aux îles du Frioul.
- La navigation en bateau privé le long du sentier des douaniers

PROGRAMME

Jour 01 : Sausset les Pins

Accueil le jour 01 à 18h00 à l'hôtel à Sausset-les-Pins.

Présentation du séjour et repas.

Jour 02 : Sentiers des Douaniers : de Niolon à La Redonne

Transfert en bateau privatisé le long de la côte pour rejoindre le charmant petit port de Niolon, réputé pour ses sites de plongée.

Départ pour une randonnée en balcon au-dessus de la mer, en passant par les calanques de l'Erevine pour arriver jusqu'au Cap Méjéan.

Retour à Sausset en bateau privatisé.

5h30 à 6h de marche, +500m/-500m

Jour 03 : Sausset les Pins – Marseille - Iles du Frioul – Sausset les Pins

Transfert en taxi pour le centre de Marseille. Départ du Vieux Port pour une traversée en navette maritime pour l'archipel du Frioul. Iles sauvages et préservées, Pomègues et Ratonneau nous dévoileront leurs beautés secrètes.

De retour sur la terre ferme, nous rentrons en transport en commun à l'hôtel où nous fêterons le passage à la nouvelle année par un réveillon dansant.

3h de marche et visites

Jour 04 : Sentiers des Douaniers : Cap Couronne - Sausset

Train pour la Couronne puis marche vivifiante le long du sentier côtier pour rejoindre Sausset.

Fin du séjour vers 16h00 à Sausset-les-Pins.

4 à 5h de marche

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.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Le jour 1 à 18h avec votre accompagnateur à l'hôtel à Sausset les Pins (les coordonnées vous seront fournies dans la convocation envoyées deux semaines environ avant votre départ). En cas d'arrivée tardive, vous pourrez avertir notre accompagnateur. La réception de l'hôtel est ouverte 24h/24.

Accès voiture : Autoroute A7 et A55.

Itinéraire : www.google.fr/maps

Carte Michelin au 1/ 175 000ème N° 340 "Bouches-du-Rhône - Var". Carte IGN TOP 100 au 1/ 100 000ème N°67 "Marseille - Carpentras.

Parking : Vous pouvez laisser votre véhicule sur le parking de l'hôtel (gratuit).

COVOITURAGE : De nombreuses personnes, se rendant au départ de nos randonnées par leurs propres moyens, se rendent compte, une fois arrivée sur place, qu'elles auraient pu faire le voyage ensemble. Il nous est très difficile d'organiser par nous même le covoiturage ne disposant pas toujours des coordonnées de tous les participants et ne connaissant pas leur mode d'accès au point de rendez-vous. De plus, la loi nous interdit la divulgation des coordonnées de nos clients et nous pouvons difficilement jouer le rôle d'intermédiaire. Cependant, soucieux de vous faciliter vos déplacements mais aussi de nous inscrire dans une démarche responsable et respectueuse de la planète, nous vous incitons à consulter les sites suivants qui organisent le covoiturage : www.covoiturage.fr ou www.covoiturage.com ou www.easycovoiturage.com, etc.

Accès train : Gare Marseille Saint Charles puis TER jusqu'à Sausset les Pins

Horaires auprès de la SNCF : www.sncf-connect.com et par téléphone : 36 35

Accès avion : Aéroport Marseille-Provence,

Option 1 : Liaison Aéroport - Gare Saint Charles en bus (Navette ligne 91 départ toutes les 15 mn), puis train pour Sausset Les Pins.

Option 2 : Liaison bus Aéroport - Martigues

- Bus Ligne L038 (Vers Pôle d'Échange)

Arrêt Général Leclerc à Martigues

Marcher jusqu'à l'Eglise des Jonquières (Martigues)

- Bus ligne L055 (Vers Parc Camoins)

Arrêt Charles Roux / Gare SNCF (Sausset-les-Pins)

DISPERSION

Le jour 04 vers 16h00 à Sausset les Pins

Nuit supplémentaire : A Sausset les Pins avec petit déjeuner inclus :

- 90€ par personne en chambre de 2,
- 160€ en chambre individuelle

(tarifs à titre indicatif, pouvant être réajustés en fonction des hébergements et des types de chambres disponibles du moment).

FORMALITES

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).

NIVEAU

Marcheurs contemplatifs

Niveau 2 sur une échelle de 5.

Pour marcheur motivé, en forme, pratiquant une activité physique variée et régulière. De 3h à 5h30 de marche par jour, faibles dénivelées, sauf le jour 2 avec +/-500m.

Pas de difficulté technique. Certains sentiers des douaniers peuvent être très rocailleux et un peu glissants, patinés par le passage des randonneurs au fil des ans.

HEBERGEMENT

L'hébergement se fait en pension complète (pique-nique le midi) en hôtel 3*. L'hôtel charmant est situé en bord de mer à Sausset-les-Pins, petit port tranquille de la Côte Bleue à mi-chemin entre Marseille et la Camargue.

Les inscriptions individuelles sont regroupées en chambre de 2 personnes sauf si vous demandez le supplément chambre individuelle (sous réserve de disponibilité)

TRANSFERTS INTERNES

Nous utiliserons les transports locaux et/ou vos véhicule pour aller ou revenir de la randonnée. Le jour 2, afin d'éviter plusieurs transports, nous privatisons pour le groupe un bateau depuis Sausset pour rejoindre directement les îles du Frioul !

Nous évitons ainsi 3/4 h de train, de trajet à pied en pleine ville... Au retour, selon la météo, notre capitaine prendra le temps de nous faire visiter les Calanques jusqu'à Sausset. Cette traversée est soumise aux conditions météo du moment, pourra être décalée, ou remplacé si les conditions ne sont pas favorables.

Un des membres du groupe sera sollicité pour utiliser son véhicule sur une courte distance (défraiement prévu).

PORTAGE DES BAGAGES

Pas de portage de bagages, vous portez uniquement vos affaires de la journée.

GROUPE

Groupe de 6 à 15 personnes.

ENCADREMENT

Par un accompagnateur en montagne diplômé.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Vous trouverez cet équipement dans les magasins de notre partenaire :

www.auvieuxcampeur.fr

- 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 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.

MATÉRIEL :

POUR LE PIQUE-NIQUE

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 formalités

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.

DATES ET PRIX

| Départ | Retour | Prix/personne |
|---------------------------|-----------------------|----------------------|
| Vendredi 29 décembre 2023 | Lundi 01 janvier 2024 | 895 €/pers |

Options :

- Supplément chambre individuelle : 270 euros

LE PRIX COMPREND

- L'hébergement et les repas tels que décrits au programme, avec réveillon inclus (1 bouteille de vin pour 4 personnes uniquement pour le réveillon)
- L'encadrement par un accompagnateur en montagne diplômé
- Les transferts en transport en commun tels que prévus pour les randonnées
- Les transferts en bateau privatisé le jour 2
- La traversée pour les Iles du Frioul (non privatisé)
- Les taxes de séjour
- Les frais d'organisation

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les boissons au repas cocktail apéritif compris le soir du réveillon
- Toutes les dépenses d'ordre personnel
- Les assurances
- Le supplément chambre individuelle
- Les éventuelles nuits supplémentaires

- Les visites éventuelles
- Le moyen de transport jusqu'au lieu de rendez vous
- L'équipement individuel
- D'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique "Le prix comprend"

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 : 90 % 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 entraînera 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 abrégant 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 assesseur 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**