

## « La Crète »

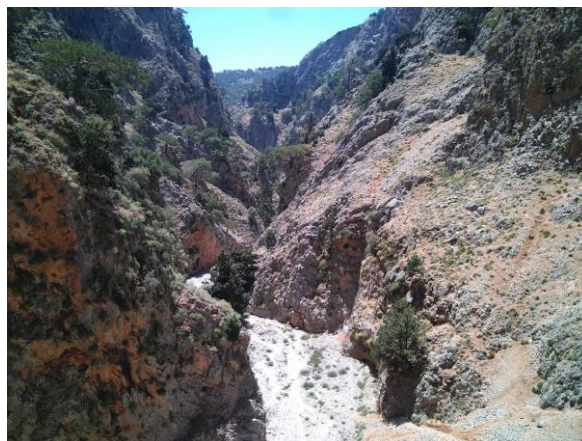
### Randonnée itinérante entre mer et montagne

Séjour de 10 Jours, 9 Nuits, 7 jours de Marche



#### Descriptif du séjour :

*Pays attachant, terre de contrastes, la Crète offre de nombreuses possibilités de séjours. Montagnes sauvages, canyons fleuris, bords de mer, forêts de cyprès, sites antiques et chapelles seront au menu de nos randonnées et balades.*



#### Programme du séjour :

**Rendez-vous :** Aéroport d'Heraklion, à 20 h 30 le jour 1.

##### Jour 1 : Heraklion

Rendez-vous à l'aéroport d'Heraklion, Transfert en bus à en centre-ville, Nuit à Heraklion.

**Repas compris :** *repas du soir*

**Nuit à** « l'Hotel kastro »

##### Jour 2 : Heraklion-Paléochora

Départ en bus à 8 h 30. Transfert en bus à La Canée (environ 2h 40 de Bus).

Temps libre dans la Canée, Repas Libre, Bus pour Paléochora à 16 h 45 (environ 2h de Bus).

**Repas compris :** *repas du soir* à l'Hotel Avgas

**Nuit à** « l'Hotel Avgas »

AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne – 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY

04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1

IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Médiateur Tourisme et Voyage : MTV Médiation Tourisme Voyage – BP 80303 – 75823 Paris Cedex 17 – www.mtv.travel

### Jour 3 : Paléochora-Sougia

Première étape en bord de mer entre Paleochora et Sougia par l'ancien village de Lissos.

L'étape commence par une piste jusqu'à la plage d'Anidri, puis le sentier continue en bord de mer avant de s'élever jusqu'au petit plateau de Koukoula puis de descendre sur le site antique de Lissos. Une courte remontée permet d'atteindre les petites gorges de Kakos Potamos et le village de Sougia

**550 m de dénivelée positive - 550 m de dénivelée négative – 15,5 km - 6 heures de marche effective**

**Repas compris :** Pique-nique en commun le midi préparé par l'accompagnateur, repas du soir à la Pension Irène

**Nuit à « la Pension Irène »**

### Jour 4 : Sougia

Randonnée en aller-retour en bord de mer jusqu'à la chapelle de Profitis Ilias (le Prophète Élie) et retour par la chapelle d'Agios Antoninos, possibilité de ne faire que la partie jusqu'à la plage d'Agios Antoninos

**850 m de dénivelée positive - 850 m de dénivelée négative – 16,5 km - 6 heures de marche effective**

**Repas compris :** Pique-nique en commun le midi préparé par l'accompagnateur, repas du soir à la Pension Irène

**Nuit à « la Pension Irène »**

### Jour 5 : Sougia - Omalos

Les Gorges d'Agia Irini

Court transfert en Taxi afin d'éviter 4 Km de route, puis remonté des gorges d'Agia Irini jusqu'à Omalos.

**1100 m de dénivelée positive - 200 m de dénivelée négative – 18,5 km – 7 heures de marche effective**

**Repas compris :** Pique-nique en commun le midi préparé par l'accompagnateur, repas du soir à L'Hôtel Ellinika

**Nuit à « à L'Hôtel Ellinika »**

### Jour 6 : Omalos – Agia Roumeli

Les Gorges de Samaria, rando incontournable à faire en Crète ! Après une dépose par les minibus de l'hôtel à Xiloskalos (l'escalier de bois), nous attaquons directement la descente. La première partie se déroule dans une forêt de cyprès, avant d'atteindre l'ancien village de Samaria, nous passerons ensuite par les « portes de fer », le point le plus étroit de la gorge, puis l'ancien village d'Agia Roumeli et le nouveau village en bord de mer.

**100 m de dénivelée positive - 1250 m de dénivelée négative – 16,5 km – 6 heures de marche effective**

**Repas compris :** Pique-nique en commun le midi préparé par l'accompagnateur, repas du soir à L'Hôtel Calypso

**Nuit à « à L'Hôtel Calypso »**

### Jour 7 : Agia Roumeli

Transfert en Bateau Taxi à la plage de Domata puis retour par la côte sur Agia Roumeli.

**600 m de dénivelée positive - 600 m de dénivelée négative – 12,5 km – 5 heures de marche effective**

**Repas compris :** Pique-nique en commun le midi préparé par l'accompagnateur, repas du soir à L'Hôtel Calypso

**Nuit à « à L'Hôtel Calypso »**

### Jour 8 : Agia Roumeli - Anopoli

Randonnée en bord de mer le long de la longue plage d'Agios Pavlos de galets et de sable gris et par la chapelle d'Agios Pavlos, puis montée sur le village d'Aradena.

**700 m de dénivelée positive - 250 m de dénivelée négative – 13,5 km – 5 heures de marche effective**

**Repas compris :** Pique-nique en commun le midi préparé par l'accompagnateur, repas du soir à la Taverna Platanos

**Nuit à « à la Taverna Platanos »**

### **Jour 9 : Anopoli - Sfakia**

Les Gorges d'Aradena : descente des gorges d'Aradena, Plage de Marmara Bay, Loutro, puis bateau jusqu'à Sfakia  
Transfert en bus à Heraklion

**150 m de dénivelée positive - 800 m de dénivelée négative – 12,5 km – 6 heures de marche effective**

**Repas compris : Pique-nique en commun le midi préparé par l'accompagnateur, repas du soir à Heraklion**

**Nuit à « à L'Hôtel Castro »**

### **Jour 10 : Sfakia - Heraklion**

Transfert en taxi à l'aéroport d'Heraklion.

**Fin du séjour à l'aéroport d'heraklion vers 11h00.**

*Ce programme peut être modifié à tout moment par le professionnel encadrant notamment en fonction des conditions climatiques, des aptitudes physiques et techniques des participants, de la disponibilité des hébergements ou tout autre événement inattendu. En dernier ressort, il reste seul juge du programme.*

### **Accueil :**

Le Jour 1, rendez-vous à l'aéroport d'Heraklion à 20 h30.

### **Dispersion :**

Le Jour 10, fin du séjour à l'aéroport d'Heraklion vers 11 h00.

### **Encadrement du séjour :**

MARGAILLAN José, Accompagnateur en Montagne Diplôme d'état

N° de téléphone 06 70 97 01 66

Adresse mail tubalpes@hotmail.com, eyssina.rando@gmail.com

### **Nombre de participants :**

**Nombre de participants minimum : 6 personnes**

**Nombre de participants maximum : 12 personnes**

### **Niveau de difficulté :**

Séjour difficile destiné aux bons marcheurs, quelques parties hors sentier. Jusqu'à 1200 m de dénivelé par jour.  
Environ 6 h de marche par jour et jusqu'à 15 km

### **Hébergement / Restauration :**

Hôtel et auberges en chambre double ou triple en demi-pension, pique-nique en commun pour les repas de midi préparé par l'accompagnateur ou les hôtels,  
draps et le linge de toilette inclus

### **Transferts internes :**

Transfert en bus, lignes régulières entre Heraklion et Paleochora le jour 1

Transfert en taxi entre Sougia et les gorges D'Agia Irini le jour 3,

Transfert en minibus de l'hotel entre Omalos et les gorges de Samaria le jour 4,

Transfert en Bateau taxi entre Agia Roumeli et la plage de Domata le jour 5,

Transfert en Bateau entre Loutro et Sfakia le jour 8,

Transfert en bus entre Sfakia et Heraklion le jour 9

Transfert en taxi pour l'aéroport d'Heraklion le jour 10

### Portage des bagages :

Le portage des bagages est assuré par les hébergeurs

### Prix du séjour : 1000 € / personne

### Dates du séjour :

Du 12 au 21 octobre 2022

### Le prix comprend :

- L'encadrement par un Accompagnateur en Montagne diplômé d'état,
- L'hébergement en hôtel ou auberge, en chambre de 2 à 4 personnes (draps et linge de toilette fournis),
- La pension complète du dîner du Jour 1 au petit déjeuner du jour 9, (sauf le repas du midi du jour 2)
- Les transferts en bus, taxi, bateau taxi et bateau mentionnés dans le programme...

### Le prix ne comprend pas :

- Le déplacement aller / retour de votre domicile au point d'accueil/dispersion du séjour,
- Le pique-nique de midi du Jour 2,
- Les boissons et les achats personnels,
- Les assurances,
- Les frais de dossier d'AEMV de 15 € / dossier
- Et tout ce qui n'est pas mentionné dans la rubrique « le prix comprend ».

### Équipement et Matériel individuel à prévoir :

- Un sac à dos pouvant contenir vos affaires de la journée (environ 35/40 litres)
- Une bonne paire de chaussures de marche, les sentiers Crétois sont souvent pierreux
- Une paire de lunettes de soleil, un chapeau ou une casquette
- Un vêtement chaud (polaire) et un vêtement de pluie type Kway,
- Prévoir de l'eau en quantité, environ deux litres par personne et par jour
- Une paire de bâtons télescopiques (à faire voyager en soute)
- Vous pouvez également prévoir une paire de jumelles et un appareil photo.
- Une petite pharmacie personnelle avec de la crème solaire, un stick à lèvres, des pansements pour les ampoules (Compeed), vos médicaments personnels habituels. Un antalgique...  
**ordonnance obligatoire si traitement médical en cours**
- Un petit sac de voyage qui nous suivra en taxi entre les différents hébergements avec le reste de vos affaires
- Un maillot de bain et une petite serviette de plage

### Formalités et Assurances :

- Carte d'identité en cours de validité
- Carte vitale ou carte européenne d'assurance maladie pour un séjour dans l'UE / EEE ou en Suisse
- Assurance Responsabilité civile : chaque participant doit être couvert en RC dans le cadre d'une activité randonnée à titre de loisirs
- **L'assurance assistance / rapatriement est obligatoire.** Une assurance annulation est fortement conseillée. Si vous n'en possédez pas, AEM VOYAGES vous propose un contrat Europ Assistance comprenant l'assistance / rapatriement, l'assurance annulation et interruption du séjour et bagages et effets personnels.

AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne – 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY

04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1

IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Médiateur Tourisme et Voyage : MTV Médiation Tourisme Voyage – BP 80303 – 75823 Paris Cedex 17 – www.mtv.travel

**N° Séjour : AEMV 220137**  
(à rappeler à chaque correspondance)

**CADRE RESERVE A AEMV**

### Informations COVID-19 :

L'ensemble des prestations du séjour s'effectue dans le strict respect de la réglementation et des mesures sanitaires en vigueur aux dates du séjour et sur le lieu du séjour.

**Pour plus d'information sur les formalités sanitaires en France, consulter le site suivant :**

<https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus>

**Pour un séjour hors France, consulter le site suivant en sélectionnant le nom du pays concerné :**

<https://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs/conseils-par-pays-destination>

### Pour en savoir plus :

Une grande partie de ce séjour se déroule sur le sentier E4, l'équivalent de nos GR.

Cartographie : - Anavasi Topo 25 CRETE 11,13 (Samaria, Sougia) 1:30 000 et

- Anavasi Topo 25 CRETE 11,11 /11,12 (Lefka Ori) au 1:25 000 et

- Nakas Trekking map au 1:50 000 n° 402 Lefka Ori, Samaria (Moins précise mais permet d'avoir une vue d'ensemble )