

# LES DOLOMITES DE CORTINA

Séjour de 7 Jours / 6 Nuits

## DATES DU SÉJOUR

03 au 09 septembre 2023

10 au 16 septembre 2023



## DESCRIPTIF DU SÉJOUR

Pas la peine de vous présenter le Massif des Dolomites, réputé comme le plus beau massif des Alpes et même du monde.

Autour du village /station de Cortina D'Ampezzo se dressent ces sculptures de Dolomies avec chacune leur ambiance bien spécifique

Le massif des Tofanes, les Cinque Torri, les Tre Cime, le lac de Sorapis tout droit sorti des rocheuses canadiennes...

Nous séjurerons aux abords de Cortina d'où nous partirons en étoile.

## POINTS FORTS

- *Dépayement*
- *Hôtel confortable*
- *Sac à dos pour la journée*
- *Un des plus beaux sites montagnards d'Europe.*
- *Les incontournables des Dolomites*

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

## PROGRAMME DU SÉJOUR

### JOUR 1 :

Rendez-vous à 18H à l'Hôtel des Alpes à Cortina d'Ampezzo.  
Installation dans les chambres.

**Repas compris** : Dîner à l'Hôtel des Alpes  
**Nuit** à l'Hôtel des Alpes

### JOUR 2 :

Petit trajet en voiture de 10 kms pour effectuer une traversée bucolique dans la forêt de mélèzes avec à mi-chemin le très joli lac de Federa (2050m).

**600 m de dénivelée positive - 750 m de dénivelée négative - 11 km - 4 heures 30 de marche effective**

**Repas compris** : Petit-déjeuner - Pique-nique de midi - Dîner  
**Nuit** à l'Hôtel des Alpes

### JOUR 3 :

Déplacement de 15 kms en voiture pour exploiter le versant opposé des Tofanes, au cœur des 5 Torri d'où nous ferons une visite sous tous les angles. Ces immenses statues dolomitiques, situées dans un cadre unique en font également un incontournable des Dolomites.

**740 m de dénivelée positive - 740 m de dénivelée négative - 12 km - 4h 30 heures de marche effective**

**Repas compris** : Petit-déjeuner- Pique-nique de midi - Dîner  
**Nuit** à l'Hôtel des Alpes

### JOUR 4 :

Déplacement en voiture de 10 kms pour effectuer en aller-retour jusqu'au plus beau lac des Dolomites, le Lac de Sorapis. Ce lac, situé à 1930m d'altitude semble tout droit sorti des rocheuses Canadiennes avec son bleu turquoise.

**600 m de dénivelée positive - 600 m de dénivelée négative - 12 km - 4 heures 30 de marche effective**

**Repas compris** : Petit-déjeuner - Pique-nique de midi - Dîner  
**Nuit** à l'Hôtel des Alpes

### JOUR 5 :

Déplacement en voiture de 15 kms pour effectuer une autre traversée sur le contrefort du massif des Tofanes avec une incursion au cœur du massif dolomitiques jusqu'au refuge Giussani (2550m).

**700 m de dénivelée positive - 1000 m de dénivelée négative - 13 km - 5 heures de marche effective**

**Repas compris :** Petit-déjeuner - Pique-nique de midi - Dîner

**Nuit à l'Hôtel des Alpes**

### JOUR 6 :

Déplacement en voiture de 25 kms jusqu'au refuge Auronzo ( 2300m). Boucle au cœur d'un site exceptionnel en contournant le Mont Paterne afin de déboucher sur la face nord des Tre Cime, le « spot » des Dolomites.

**740 m de dénivelée positive - 740 m de dénivelée négative - 15 km - 5 heures de marche effective**

**Repas compris :** Petit-déjeuner - Pique-nique de midi - Dîner

**Nuit à l'Hôtel des Alpes**

### JOUR 7:

Fin du séjour à Hôtel des Alpes vers 10h00 après le petit déjeuner.

**Repas compris :** Petit-déjeuner

*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'Hôtel des Alpes Cortina à 18h00.

### DISPERSION

Le Jour 7, fin du séjour à L'Hôtel des Alpes à 10h00.

### ENCADREMENT DU SÉJOUR

Olivier BIZET - Accompagnateur en montagne diplômé d'Etat

N° de téléphone : 0616946314

Adresse e-mail : o.bizet@orange.fr

### NOMBRE DE PARTICIPANTS

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

**Nombre de participants minimum : 10 personnes**

**Nombre de participants maximum : 12 personnes**

### NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Moyen - Niveau 2

Randonneur aguerri capable de marcher pendant 5 jours en terrain montagnard jusqu'à 5h30 de marche effective par jour avec 750 m de dénivellée positive maximum et 1 000 m de dénivellée négative maximum

### HÉBERGEMENT / RESTAURATION

**Hébergement :** en Hôtel \*\*\* - Chambres doubles/twins et singles (supplément à prévoir 108 €)  
Les draps et le linge de toilette sont inclus

**Repas :** pension complète du dîner du jour 1 au petit déjeuner du jour 7. Les petits déjeuners et dîners sont pris à l'hôtel, les pique-niques du midi sont préparés par l'hôtel.

### TRANSFERTS INTERNES

Co-voiturage - à la charge des participants

#### DATES DU SÉJOUR

03 au 09 septembre 2023

10 au 16 septembre 2023

#### PRIX DU SÉJOUR

910 € / personne

### LE PRIX COMPREND

- L'encadrement par un Accompagnateur en Montagne diplômé d'état,
- L'hébergement en hôtel, en chambre de 2 personnes (draps et linge de toilette fournis) - supplément à prévoir pour un hébergement en chambre individuelle
- La pension complète du dîner du Jour 1 au petit déjeuner du Jour 7
- **Le péage de voiture (accès Tre Cime) pour le J6**

### LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le déplacement aller / retour de votre domicile au point d'accueil/dispersion du séjour,
- Le supplément chambre individuelle (108 €),
- Le pique-nique de midi du Jour 1,
- 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 ».

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

## ÉQUIPEMENT ET MATÉRIEL INDIVIDUEL A PRÉVOIR

- Un sac de voyage où vous mettrez votre change, nécessaire toilette (sans les serviettes),
- Eventuellement des surplus énergétiques, évitez les choses inutiles et restez raisonnable.
- Chaussures de randonnée (tiges montantes obligatoires pour + 60 ans)
- Sac à dos « normal » minimum 25/30l avec les effets de la journée.
- Gourde - autonomie en eau de 2 l/personne
- Lunettes de soleil,
- Chapeau
- Protection solaire
- Gobelet pour le café après le pique-nique
- Vêtements de pluie
- Trousse à pharmacie individuelle - **ordonnance obligatoire si traitement médical en cours**

## 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.

## 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 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>