

ETE 2024

## **RANDO GASTRONOMIQUE EN EMILIE- ROMAGNE, DE PARME A BOLOGNE**

**Randonnée gastronomique accompagnée en semi-itinérance  
7 jours / 6 nuits / 6 jours de randonnée**

*Randonnée facile et gourmande entre oliveraies et vignes, au cœur d'une région où se concentrent quelques-unes des spécialités culinaires les plus prestigieuses d'Italie. Les marches sont ponctuées de dégustations et de visites dont le fil conducteur est la Via Emilia, ancienne voie romaine qui nous mènera à la découverte des richesses artistiques de Bologne, Modène et Parme.*

# **PROGRAMME**

## **JOUR 01 : Bologne**

Rendez-vous à l'hôtel à 14h à Bologne. Visite de la Piazza Maggiore, vaste place bordée de colonnades voûtées, de cafés et de structures médiévales et Renaissance telles que l'hôtel de ville, la fontaine de Neptune et la basilique San Petronio. Nous montons dans l'une des nombreuses tours médiévales de la ville : la tour penchée Asinelli. Nous poursuivons ensuite jusqu'au Palais de l'Archiginnasio siège de l'Université de Bologne, l'une des plus anciennes d'Europe. Nous terminons par le marché di Mezzo pour découvrir les nombreuses spécialités gastronomiques dont la fameuse Mortadelle ainsi que les pâtes farcies. Repas du soir dans une Osteria du centre historique.

## **JOUR 02 : Bologne - Sanctuaire de San Luca**

Au départ l'hôtel, nous rejoignons le sanctuaire de San Luca qui offre une balade agréable qui nous permet de dominer la ville de Bologne. Un cheminement au sommet et une belle vue sur les collines. Le trajet sous les portiques construits au XVIIIème siècle est long d'environ 4km sous 666 portiques. Pique-nique au sanctuaire. Retour à Bologne par un petit sentier par la Via dei Bregoli et le parc Tolon (et en bus public). En fin d'après-midi, visite de la basilique Santo Stefano et du quartier juif.

**3h30 de marche, +200m/-200m de dénivelée**

## **JOUR 03 : Vignola - Castelvetro - Modène**

Après le petit déjeuner, transfert en train (1heure) jusqu'à Vignola, petit bourg médiéval, célèbre pour sa variété de cerise.

Randonnée sur les collines couvertes de vignobles, entre châteaux et forteresses jusqu'à Castelvetro, zone de production du Lambrusco. Visite et dégustation d'une "acetaia" : (le célèbre vinaigre balsamique de Modène) dans la tour du château de Castelvetro. Transfert en bus (30mn) à Modène pour une première découverte de la ville. La cathédrale, chef-d'œuvre de l'architecture romane, la Piazza Grande et la tour Ghirlandina sont classées au patrimoine mondial de l'UNESCO en tant qu'ensemble médiéval unique et parfaitement préservé. Installation à l'hôtel dans le centre de Modène pour 2 nuits.

**3h30 de marche, +200m/-200m de dénivelée**

## **JOUR 04 :**

Nous débutons par la visite du marché historique pour découvrir les spécialités gastronomiques de la ville. Transfert en bus à Nonantola (20mn). Visite de l'église abbatiale et départ pour une randonnée le long de la Via Romea Nonantolana, le chemin qu'empruntaient les pèlerins pour se rendre à Rome vers l'an 1000. Le long du parcours, nous visiterons une ferme biologique qui fabrique le célèbre "Parmigiano Reggiano.", lors de cette visite, vous pourrez observer le processus de fabrication et d'affinage du célèbre "parmigiano". Après le pique-nique dans un beau parc retour à Nonantola pour une dégustation de Lambrusco dans une cave de production. Retour en bus public à Modène (20min). Dîner dans une trattoria typique avec "gnocco e tigelle", un plat typique de Modène.

**3h de marche, faibles dénivelés**

## **JOUR 05 : Modène - Terre Di Canossa - Parma**

Après le petit-déjeuner, transfert privé jusqu'à à Ciano d'Enza (1heure). Nous sommes sur les terres de Mathilde de Canossa, la comtesse qui a régné sur l'Italie centrale dans la première moitié du XIème siècle. Randonnées dans les collines et visite des châteaux de Canossa et Rossena. Le parcours panoramique nous permet d'admirer des paysages typiques (castelli, calanchi) et de voir au loin le massif des Apennins et même des pré- Alpes. Retour à Parme en transfert privé (45min) et installation à l'hôtel, dîner dans un restaurant du centre historique.

### **3h de marche, +300m/-300m de dénivelée**

#### **JOUR 06 : Parme - Langhirano - Castello Di Torrechiara - Parma**

Transfert en bus public à Torrechiara (30min). Randonnée facile à la découverte des terres et des collines où est produit le célèbre jambon de Parme, en suivant l'itinéraire de l'ancien chemin Linari (variante de la Via Francigena qui arrive à Parme). Arrivée à Langhirano et pique-nique sous forme de dégustation de jambon de parme dans une "bottega" qui vous permettra de goûter les spécialités. Retour à Torrechiara par des chemins ponctués de vignobles qui offrent de belles vues sur le château de Torrechiara parfaitement conservé et célèbre pour ses salles recouvertes de fresques. Retour à Parme en bus public.

### **3h30 de marche, +200m/-200m de dénivelée**

#### **JOUR 07 : Parme**

Visite de la ville et des monuments emblématiques : la cathédrale romane avec sa coupole ornée de fresques, chef-d'œuvre du Corrège. Visite possible du palais Pilotta et du célèbre théâtre Farnèse. (entrées non comprises) Dispersion à midi près la visite.

#### **COMPLEMENT DE PROGRAMME**

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 14h à la réception de l'hôtel à Bologne, situé dans le centre ville (à 1km de la gare ferroviaire). Le nom de l'hôtel vous sera communiqué dans la convocation envoyée 15 jours avant le départ. Si vous arrivez après l'heure de rendez-vous, contactez votre accompagnateur à votre arrivée pour définir du point de rendez-vous.

## **Accès**

### En train :

- Gare d'Accès : Bologna Centrale FS
- Gare de dispersion : Parma FS

## **DISPERSION**

Le jour 7 à 12h à l'hôtel à Parme.

## **FORMALITES**

Durant le séjour, vous devez être en possession de votre carte d'identité en cours de validité ou passeport, de votre carte vitale, du numéro de contrat et numéro de téléphone de votre assurance personnelle (en cas de non souscription à notre assurance), et pour les séjours en Europe, de votre carte européenne d'assurance maladie. Très pratique en cas de souci pour l'avance de frais pour les soins dans les pays européens, cette carte est à demander au moins 15 jours à l'avance à votre centre de sécurité sociale.

Il est possible de voyager dans ce pays de l'Union Européenne, sans passeport, avec une carte nationale d'identité. Date de validité expirée de votre carte d'identité : si votre carte a été délivrée entre le 2 janvier 2004 et le 31 décembre 2013 et si vous étiez majeur(e) au moment de sa délivrance, sa durée de validité a été automatiquement prolongée de 5 ans (accord officialisé entre la France et votre pays de destination).

## **NIVEAU**

Ce séjour est de niveau 1.

Marcheur Occasionnel:

Accessible à toute personne, même débutante, en recherche d'immersion en pleine nature mais sans trop d'efforts. 3h à 3h30 de marche par jour environ, avec +/-200 à 300m de dénivelé par jour.

## **HEBERGEMENT**

Hôtel 3\* : nous avons sélectionné pour ce séjour des hôtels à taille humaine et tous idéalement situés dans les centres historiques

- 2 nuits à Bologne : cet hôtel 3\* est une petite structure pleine de charme dans le cœur de la ville (et à moins d'1km de la gare ferroviaire)
- 2 nuits à Modène : l'emplacement (situé à seulement 2 minutes à pied de la Cathédrale) et le calme (zone piétonne) sont les atouts principaux de cet hôtel 3\*
- 2 nuits à Parme : hôtel 3\* à la fois élégant et accueillant, sa situation permet de profiter pleinement du patrimoine historique de la ville et de son art de vivre

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

## **PORTAGE DES BAGAGES**

Vous portez uniquement vos affaires de la journée.

## **GROUPE**

De 6 à 15 personnes (capacité réduite à 12 participants pour le départ du 4 juin 2023)

## **ENCADREMENT**

Rossella sera votre accompagnatrice, italienne et parlant très bien français, et spécialiste de l'Emilie Romagne.

## **EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR**

### **MATÉRIEL :**

#### 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 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)



## **DATES ET PRIX**

Supplément chambre individuelle (sous réserve de disponibilité au moment de la réservation) :  
de 280.00 € à 290.00 € / personne

### **LE PRIX COMPREND**

- L'encadrement par un accompagnateur en montagne
- L'hébergement en hôtel, en demi-pension
- Les pique-niques le midi (excepté les jours 1 et 7)
- La visite de la Torre degli Asinelli à Bologne le jour 1
- La visite de la vinaigrerie à Castelvetro le jour 3
- La visite et la dégustation de Parmesan le jour 4
- La visite et la dégustation de "Lambrusco" le jour 4
- Les transferts prévus au programme

### **LE PRIX NE COMPREND PAS**

- L'assurance annulation et/ou assistance
- Votre transport aller/retour jusqu'au lieu de rendez-vous et de dispersion
- Les boissons et dépenses personnelles
- Le supplément chambre individuelle
- D'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans "Le prix comprend"

## **PARTENARIAT**

### **Raidlight Vertical**

Pour vos équipements et votre matériel, Randhorizons fait confiance à notre fournisseur local installé en Chartreuse : RAIDLIGHT VERTICAL. Bénéficiez de **20%** de réduction avec le code **RANDHORIZONS2023**.

Rendez-vous sur le site internet [www.raidlight.com](http://www.raidlight.com).

