



PRINTEMPS – ETE – AUTOMNE 2025

# POUILLES DU SUD : DES "TRULLI" D'ALBEROBELLO A LA MER ITALIE – POUILLES

Randonnée itinérante accompagné en hôtel

## RESUME

« La Puglia » : une terre aux mille facettes qui confèrent à cette région une identité complexe. Des paysages tourmentés faits de pierre calcaire, de terre rouge, d'arbres majestueux, de lits d'anciens torrents asséchés et de vastes plaines cultivées. L'Apulie des romains est, depuis l'antiquité, une région riche et prospère. Elle s'étend tout au Sud de l'Italie, dans le « talon de la botte », le long des mers Ionienne et Adriatique. A partir de Bari, creuset de cultures byzantine, arabe, gothique ou baroque, nous partons à la découverte du sud de cette province. Nous commençons par les villes du bord de la mer adriatique jusqu'à la "Val d'Itria" en passant par Alberobello célèbre pour les " trulli ", curieuses petites maisons blanchies à la chaux aux toits coniques. Nous continuons toujours vers le sud pour atteindre Ostuni «la blanche », résolument tournée vers l'Orient et Lecce la " Florence baroque "du Sud. Nous terminons l'épopée à Otranto, ville aux nombreux vestiges historiques.

## LES POINTS FORTS :

- Les petites maisons en pierre sèche, typiques d'Alberobello
- La visite d'Ostuni, la cité blanche
- Découverte du Baroque des Pouilles Un circuit accessible à tous les randonneurs





## PROGRAMME

### JOUR PAR JOUR

#### JOUR 01 : PARIS (OU PROVINCE) – BARI

Vol de Paris (ou Province) pour Bari. Installation à l'hôtel et rendez-vous avec votre guide à 15h30 pour la visite de Bari. Visite des quartiers historiques du vieux Bari : Basilique de San Nicola, Duomo de San Sabino et découverte du quartier du Castello Normand Souabe. Dîner libre, à votre charge (notre guide réserve un restaurant pour vous permettre de vous rassembler et de vous connaître ; facultatif).

Si vous arrivez plus tardivement, vous contacterez le guide pour rejoindre le groupe. Nuit en hôtel 3\* à deux pas de la gare.

#### 2h de marche en ville

#### JOUR 02 : POLIGNANO A MARE – MONOPOLI – ALBEROBELLO

Court transfert à Polignano a Mare en train (30min). Citée fondée par les Grecs, ses maisons blanches accrochées à des falaises battues par les vagues sont très caractéristiques. De son magnifique centre ancien, par un sentier en bord de mer, nous gagnons Monopoli avec son joli centre médiéval et son port de pêche, ouvert sur l'Adriatique. Transfert privé (45min) pour Alberobello en fin d'après-midi où nous séjurerons pendant 2 nuits.

#### 2h de marche, faibles dénivelées, + 1h30 de visite de Monopoli

#### JOUR 03 : VAL D'ITRIA

Départ à pied d'Alberobello pour rejoindre Locorotondo. Nous traversons le "Val D'itria. Cette charmante vallée couverte d'olivieraies centenaires, de vignobles et de ceriseraies est célèbre pour les constructions en pierres sèches "Les trulli". On doit le développement économique de cette région à la construction de l'aqueduc des Pouilles, un ouvrage d'art emblématique qui a permis l'irrigation des cultures et transformé cette région en pays de Cocagne. Nous visitons Locorotondo, charmant bourg dominé par le clocher de son église baroque. Transfert en train (10mn) pour rejoindre Alberobello. Nuit et repas en hôtel 2\* à Alberobello. A noter : le déroulé de cette journée peut être inversé selon les possibilités de train ou les conditions météo.

#### 4h30 de marche et 1h de visite, +150m de dénivelées

#### JOUR 04 : MARTINA FRANCA – CISTERNINO – OSTUNI

Transfert en train (15min) et découverte de la perle baroque de Martina Franca et son magnifique centre historique. Train pour Cisternino (15min), point de départ de la randonnée parmi les oliviers et les nombreuses « masserie », grosses fermes auberge disséminées dans la campagne, demeures des seigneurs locaux. Nuit et dîner dans l'une





d'entre elles : une superbe bâtisse du XVIème située au milieu d'oliviers centenaires. Vous y dégusterez l'huile et la cuisine locale.

**4h de marche, +100m/-200m de dénivelée**

## JOUR 05 : OSTUNI – LECCE

Randonnée jusqu'au centre d'Ostuni et découverte de la ville appelée aussi « la cité blanche » perchée sur ses trois collines, ses ruelles enchevêtrées rappellent l'ambiance des médinas d'Afrique du Nord ou de la Grèce, le site est dominé par la cathédrale dont la façade est une des plus belles des Pouilles. Transfert en train (50min) pour Lecce en début d'après-midi, installation à l'hôtel et visite (extérieure) de cette ville d'art et d'histoire aussi appelée la "Florence baroque" des Pouilles où les façades de palais et des églises rivalisent de détails et d'extravagances. Nuit en hôtel 3\* et repas au restaurant dans le centre historique.

**3h de marche, +200m/-50m de dénivelée**

## JOUR 06 : OTRANTE – BARI

Transfert privé (45min) à travers la plaine du Salento jusqu'à la ville côtière d'Otranto dont le centre historique, au charme particulier, est enserré dans une enceinte du VIIIème s. av. J.C. La vieille ville est dominée par un imposant château aragonais, sentinelle sur la mer. Petite balade nature dans la Baie « dell'Orte ». Un caléidoscope de couleurs entre les Pointes Faci et Palacia du bleu de la mer cristalline au rouge des carrières de bauxite et aux verts des pinèdes et du maquis. Baignade possible avant le retour sur Lecce en taxi (45min) et Bari en train (1h30). Nuit en hôtel proche de la vieille ville.

2h30 de marche, faibles dénivelées, 1h de visite

## JOUR 07 : BARI – PARIS (OU PROVINCE)

Dispersion après le petit déjeuner. Navette et vol pour Paris (ou Province).

## IMPORTANT ITINÉRAIRE

La baignade est possible sur ce séjour uniquement à Bari (si vous y avez du temps libre, selon vos horaires de vol), la plage se trouvant à 30 minutes à pied de notre hôtel. Baignade également possible à Otrante, en fin de séjour, où nous avons 1h de temps libre pour profiter de la plage.

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.

## **NUITS SUPPLÉMENTAIRES**

Nuits supplémentaires à Bari : 62€ par personne en chambre de 2, et 74€ en chambre individuelle (tarifs à titre indicatif, pouvant être réajustés en fonction des disponibilités du moment, et des types de chambre proposés). Nous vous recommandons donc de nous communiquer au plus tôt vos demandes de nuits supplémentaires.

## **PERSONNALISER SON VOYAGE**

Départ de Province possible, sous réserve de disponibilité (potentiellement avec supplément, selon les tarifs des compagnies aériennes au moment de la réservation).





## FICHE PRATIQUE

### RENDEZ-VOUS

---

#### **Rendez-vous le jour 1 à 15h30 à l'hôtel à Bari.**

Pour vous rendre à l'hôtel depuis l'aéroport de Bari, prendre la navette (Bus Tempesta) qui relie l'aéroport au centre ville de Bari. Possibilité de prendre également un train. Consulter la rubrique "Moyens d'accès - Avion" de la fiche technique pour plus de détails, les tarifs, etc...

L'hôtel de la première nuit du séjour (jour 1) se trouve à 300 mètres du terminus des Bus Tempesta et de la Gare Centrale.

Si vous arrivez après l'heure de rendez-vous, contactez votre accompagnateur à votre arrivée pour définir du point de RV. Il en sera de même en cas d'arrivée la veille à l'hôtel.

### DISPERSION

---

Le samedi après le petit déjeuner à l'hôtel à Bari.

### NIVEAU

---

Marcheur Occasionnel

Pour tout randonneur en recherche d'un rythme de marche tranquille, avec un niveau physique et technique restant accessible. 3 à 4h de marche par jour. Faibles dénivelées.

### NIVEAU TECHNIQUE

Aucune difficulté technique.

### 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).

## HEBERGEMENT

Catégorie : 2\* et 3\* bien situés, et 1 nuit en ferme auberge avec une bonne table d'hôte. Possibilité de chambre triple sur demande dans les hôtels.

- 2 nuits à Bari jours 1 et 6 : hôtel 3\* familial situé à 300m de la gare, il permet d'être à la fois près des commodités (gare ferroviaire et routière) et se trouve proche du centre historique (Bari Vecchia)
- 2 nuits à Alberobello : hôtel 2\* familial, bien situé proches des fameux trulli ! Petit-déjeuner savoureux et accueil agréable.
- 1 nuit à proximité d'Ostuni, dans une "masseria" : ferme auberge typique plantée au milieu des oliviers où vous pourrez déguster l'huile locale, "kilomètre 0" ! Confort simple mais propre et avec du cachet. Le cadre est somptueux : bâtisse du XVIème située au milieu d'oliviers centenaires, avec une cour intérieure, agréable pour se retrouver le soir.
- 1 nuit à Lecce : le confort d'un hôtel 4\* avec piscine (si nous avons le temps car journée chargée), proche du centre historique, et en face de la gare (la plupart du temps; sinon nous pouvons être par exemple dans un hôtel 3\* tout proche du centre historique et un peu moins de la gare).

Les inscriptions individuelles sont regroupées en chambre de 2 personnes sauf si vous demandez le supplément chambre individuelle. Une chambre triple est possible sur ce séjour. A noter néanmoins que pour la nuit du jour 4, l'hébergement peut fournir uniquement un grand lit double et un lit simple, et non 3 lits simples.

## RESTAURATION

contenu de repas

## TRANSFERTS





Les transferts sont réalisés en train, et en minibus / taxis privés. Le train est le moyen de transport le plus utilisé. Chaque transfert est entre 10min et maximum 50min (sauf le dernier trajet en train de Lecce pour rejoindre Bari). En train le jour 2 (30min), jour 3 (10min), jour 4 (30min au total), jour 5 (50min) et le jour 6 (1h30). En transfert privé (taxi) : le jour 2 (45min) et le jour 6 (2 x 45min dans la journée).

## PORTAGE DES BAGAGES

Vous portez uniquement vos affaires de la journée.

## GROUPE

De 6 à 15 personnes.

## ENCADREMENT

Accompagnateur en montagne diplômé, connaissant bien l'Italie.

## ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ

### **BAGAGES :**

- 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.

## **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)
- Chaussons de bains pour protéger vos pieds sur les plages de galets. 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 survenir 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.

## **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).





## DATES ET PRIX

---

### LE PRIX COMPREND

---

- Le vol aller-retour Paris - Bari et les taxes aériennes (si option vol choisie)
- L'encadrement par un accompagnateur en montagne spécialiste de l'Italie
- L'hébergement en demi-pension, sauf le déjeuner du J1
- Les taxes de séjour
- Les pique-niques le midi, particulièrement soignés à base de produits locaux
- Les transferts prévus au programme (excepté la navette entre le centre de Bari et l'aéroport aller/retour)

### LE PRIX NE COMPREND PAS

---

- L'assurance annulation et/ou assistance
- Le déjeuner et dîner du J1
- Les boissons et dépenses personnelles. A noter que dans les restaurants, l'eau minérale en bouteille payante remplace les carafes d'eau.
- Les navettes entre le centre de Bari et l'aéroport aller/retour les J1 et J7 (10€ aller / retour)
- Les visites (environ 10€)
- Le supplément chambre individuelle
- Les frais d'inscription éventuels
- D'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans "Le prix comprend".





## EN SAVOIR PLUS

---

---





## PARTENARIAT

### 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).

**RAIDLIGHT**

**RAND HORIZONS**  
L'aventure à vos pieds

**20%**

De réduction avec le code  
**RANDHORIZONS2023**

Partenariat  
**Randhorizons + Raidlight**





## RESEAU

---

### RESEAU

---

#### Vagabondages

**VAGABONDAGES est un réseau de spécialistes de la randonnée et des vacances actives non motorisées unis par une même éthique professionnelle. Signataires de la présente charte, ils s'engagent :**

- À assurer directement, ou en priorité par l'intermédiaire du réseau VAGABONDAGES, l'organisation des séjours qu'ils proposent,
- À offrir un encadrement professionnel compétent spécialiste du milieu ou du thème abordé,
- À constituer des groupes de dimension humaine, et valoriser, à travers leurs formules, l'authenticité et la convivialité de leur terroir d'ancrage ou de passion,
- À respecter l'environnement et les patrimoines historique, culturel et humain rencontrés dans l'exercice de leur profession,
- À honorer leurs engagements contractuels dès acceptation d'une inscription, tant sur le plan des prix que sur celui de la qualité des prestations, à prendre en compte vos remarques et suggestions, notamment par la remise systématique d'un questionnaire de satisfaction, dans un souci constant de perfectionnement de la qualité des séjours.

