



Le Meilleur du Vercors en douceur ^(ARC5C)

Alpes du Nord - France

6 jours (dont 5 jours : Randonnée)

Prix à partir de 920.00 EUR p.p.

Niveau	
Type	Accompagné
Age minimum	18 ans
Portage	Affaires pour la journée
Hébergement	Gîte de charme
Groupe	de 6 à 14 personnes
Repas	Pension complète
Encadrement	Accompagnateur en montagne



Les points forts de ce voyage

- Un cadre verdoyant et oxygénant pour des vacances actives au grand air.
- Des itinéraires de randonnée accessibles avec des paysages à couper le souffle.
- Un hébergement accueillant où les randonneurs se sentent comme à la maison.
- Un espace bien-être (bain nordique et sauna) en accès libre et illimité pour une parfaite détente après les journées au grand air de la montagne.



TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
 25, Bohey - L-9647 DONCOLS
 Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

Votre voyage

Cet été partez à la découverte d'un massif singulier et haut en couleurs , le Vercors. 5 jours de marche facile dans ces paysages contrastés de moyenne montagne.

Situé à cheval sur les départements l'Isère et la Drôme, le Vercors, classé Parc Naturel Régional est particulièrement apprécié des randonneurs pour ses paysages contrastés de moyenne montagne. Les alpages d'altitude et sommets alpins sont à portée de main. La faune trouve cet espace naturel et sauvage à son goût puisqu'on y retrouve tous les animaux emblématiques des Alpes comme le bouquetin, le chamois ou encore les aigles et vautours. Nous aurons l'occasion de les observer.

A l'image du Vercors, ce circuit propose des randonnées accessibles et dépayssantes. Avec notre guide local, nous foulerons les grandes prairies fleuries nichées au cœur de vastes forêts luxuriantes. Nous aurons aussi l'occasion d'admirer le caractère alpin de ce massif à travers ses falaises hissées vers les cieux, ses gorges mythiques et ses crêtes panoramiques. Nous élargirons nos horizons avec des visites, dont celle de la Grotte de Choranche. Avec son décor cristallin et féérique, c'est l'une des plus réputées des Préalpes.

Côté hébergement : vous serez confortablement installés dans notre gîte-hôtel 4 épis situé à Méaudre, petit bourg accueillant niché au Pays des Quatre Montagnes. Dans cette jolie maison aux volets rouges, l'espace bien-être et la table d'hôte raviront votre séjour.

Avec notre guide passionné et au sein d'un groupe permettant la convivialité et le partage, c'est une semaine riche en découvertes dans un écrin de nature authentique qui vous attend !

JOUR 01 : ACCUEIL À MÉAUDRE, AU CŒUR DU PAYS DES 4 MONTAGNES

Arrivée au Gîte-hôtel, au hameau des Gaillardes à Méaudre, au cœur du Pays des Quatre Montagnes.

Installation de votre chambre tout confort à partir de 17 h.

Dîner et présentation du séjour à 19 h.

JOUR 02 : LA DOUCE PLAINE D'HERBOUILLY & LE HAMEAU DE VALCHEVRIÈRE

Avant d'enfiler nos chaussures de randonnée, une journée de vacances commence toujours avec un petit-déjeuner copieux, où les produits locaux sont mis à l'honneur.

Notre guide nous mène au Col d'Herbouilly, point de départ idéal pour apprécier l'étendue des paysages de ce massif des Préalpes. Un superbe sentier en balcon file le long de **Roche Rousse** et nous permet de comprendre la formation de ce promontoire calcaire garni de falaises admirables. Plus loin, nous cheminons dans les forêts verdoyantes où nous passerons de la Drôme à l'Isère. Dans ce secteur, les paysages s'ouvrent toujours sur de belles surprises : ici, la **plaine d'Herbouilly**, très singulière et typique du Vercors. Elle nous conte l'histoire rurale des paysans d'autrefois. Après un pique-nique gourmand, nous ferons une halte au hameau oublié de **Valchevrière**, lieu emblématique de l'histoire de la Résistance. Seule sa chapelle faisant face aux Coulmes est encore debout pour témoigner des incidents tragiques de juin 1944 et de l'échec du « Plan Montagnard ».

De retour au gîte-hôtel : place à la détente grâce à notre bain nordique et relaxation au cœur du grand jardin fleuri.

Dénivelée : 300 + m - Longueur : 8 km - Horaire : 4 h 00

JOUR 03 : CAP SUR LES CONTREFORTS D'AUTRANS !

Aujourd'hui, cap sur la prairie de **Nave**, sa merveilleuse forêt d'épicéas et sa petite cabane rustique où les randonneurs peuvent se reposer. Nous irons chatouiller les crêtes qui bordent l'extrémité Nord du massif. Un fabuleux dédale de sentiers se faufile dans une végétation luxuriante et très typique des Préalpes. Ils nous mènent rapidement à notre objectif du jour : de superbes panoramas sur la Chartreuse et la vallée de l'Isère. Notre guide nous contera l'histoire de ces « pas » qui permettaient jadis de faire passer les grumes de bois dans la vallée. Nous observerons la géologie du Vercors pour comprendre le pouvoir d'érosion de l'eau et du temps sur la roche calcaire.

Après la randonnée (optionnel) : arrêt possible à la distillerie du village où les plantes sauvages sont

merveilleusement transformées en une délicieuse liqueur alpine. De retour à notre camp de base : relaxation musculaire dans le sauna ou repos bien mérité dans le filet de détente du jardin.
Dénivelée : + 440 m - Longueur : 11 km - Horaire : 4 h 30

JOUR 04 : VISITE DE LA GROTTA DE CHORANCHE & LE « BIENVILLEUR DU BOURNILLON »

Changement de décor ! Notre programme du jour nous fait découvrir une nouvelle facette de ce massif enchanteur. Le Vercors « Drôme » si proche et pourtant si différent, plus rural et confidentiel.

Le matin : nous nous rendons dans les **Gorges de la Bourne** où une visite souterraine nous attend. La grotte de Choranche nous réserve quelques merveilles géologiques : lacs intérieurs cristallins, stalactites fistuleuses féériques, et curieuses petites créatures cavernicoles ! Nous poursuivons notre découverte du canton à **St Julien-en-Vercors**, un charmant village tout habillé de vieilles pierres. D'ici, nous irons à la rencontre d'un curieux habitant qui veille paisiblement sur les majestueuses **gorges de la Bourne** depuis son promontoire rocheux de la **Cornouse**. Nous traversons le **bois de l'Allier** pour un nouveau point de vue spectaculaire sur le **cirque d'Echevis**. Ce sera également l'occasion de parler des charbonniers du Vercors et de la vie d'antan construite autour de l'exploitation des forêts.

Dénivelée : + 300 m - Longueur : 8 km - Horaire : 3 h 00

En fin de journée : sauna, bain nordique, ou encore apéritif local aux couleurs du Vercors.

JOUR 05 : VALLONS ENCHANTEURS ET CABANES DE VILLARD-DE-LANS

Pour cette nouvelle journée au grand air du Vercors, nous nous rendons à **Villard de Lans**. De là, nous empruntons les sentiers d'alpages nous menant dans un écrin de verdure luxuriant. À cette saison les prairies de **la Fauge** s'habillent de mille et une fleurs pour notre plus grand plaisir ! Progressivement l'ambiance devient plus alpine. Le Vercors c'est aussi une histoire de cabanes ... sur notre chemin nous en découvrons plusieurs. Celle de **Roybon**, nichée sous les spectaculaires **arêtes du Gerbier** sera propice pour notre pause pique-nique. De là, nous admirons la vue panoramique sur l'ensemble des montagnes du Vercors, quel décor !

Suggestion pour la fin de journée : lancez une partie de Mölky ou un jeu de société, autour d'une bière bio locale.

Dénivelée : + 400 m - Longueur : 10 km - Horaire : 4 h 00

JOUR 06 : L'ALPAGE ET LES CRÊTES DE LA MOLIERE

Nous profitons de cette dernière randonnée au Pays des Quatre Montagnes pour réviser notre géographie alpine ! En effet, de par sa position d'avant-poste des Alpes, le Vercors offre de superbes points de vue sur toute cette vaste chaîne de montagnes. De la Chartreuse, au Mont Blanc, de Belledonne aux Écrins, en passant par le Dévoluy et les Alpes du Sud, c'est un vrai promontoire ! Et le meilleur *spot* pour apprécier ce spectacle des géants : **l'alpage de la Molière** ... Les marmottes nous accueillent en sifflant et les génisses partagent volontiers leurs loges au premier rang.

Et pour compléter cette journée idyllique : dégustez une délicieuse tarte aux myrtilles ou un citronnade maison au gingembre dans l'un des refuges d'alpages perchés tout là-haut.

Dispersion après la randonnée, en cours d'après-midi à Lans en Vercors.

Dénivelée : 490 + m - Longueur : 11 km - Horaire : 4 h

COMPLEMENT DE PROGRAMME

Nous pouvons être parfois amenés à modifier l'itinéraire indiqué soit au niveau de l'organisation, soit de la météo, du niveau du groupe, situation exceptionnelle de pandémie etc. Faites-nous confiance, ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et un meilleur confort !

LE SAUNA PANORAMIQUE :

Le Sauna tout le monde connaît. Oui, mais un sauna d'extérieur, en Red Cedar canadien et en forme de tonneau offrant une vue panoramique, original non ? Un vrai moment de quiétude, si proche de la nature... Notre recommandation : alternez avec une douche froide selon la pure tradition scandinave ! Excellent pour la circulation !

Bienfaits : Ce sont les populations nordiques qui ont mis au point cette technique de régénération des fonctions sudatoires. En effet, dans les pays froids, le corps cherche à économiser ses dépenses en calories, c'est

pourquoi la sudation est limitée au minimum.

Le sauna (bain de chaleur sèche ou peu humide) permet une réouverture des capillaires d'où une meilleure élimination des toxines. Il active la circulation sanguine à travers tout le corps, ce qui entraîne une tonification générale.

LE BAIN STØRVATT

Le Størvatt (prononcez "Chtourvatt"), authentique spa en Red Cedar chauffé au feu de bois, est lui aussi en plein air. Appelé également « bain nordique », il sera le bienvenu pour vous relaxer après la balade du jour.

Bienfaits : Le spa réduit le stress, stimule la circulation sanguine, détend et calme les douleurs musculaires sans oublier le plaisir que cela procure. Outre son aspect apaisant, c'est un merveilleux endroit de convivialité auprès d'un feu de bois grésillant en plein air...

LE NID

Ou petite alcôve de détente. Le temps d'une conversation, cette petite alcôve est la transition idéale entre le sauna et le Størvatt.

Bienfaits : Les Romains comme les Scandinaves, se rendaient aux thermes, bien sûr pour les soins complets du corps, mais aussi pour le lien social qu'ils permettaient.

LES SOINS INDIVIDUELS (EN OPTION)

À réserver à l'inscription. Horaire fixé selon votre programme de randonnée, dans la mesure des disponibilités, et non modifiable (date et horaire "imposés")

LE MODELAGE BIEN-ÊTRE : Insistant tout particulièrement sur les zones les plus tendues, c'est la récupération active idéale ! Les crispations et lourdeurs se relâchent et le corps retrouve mobilité et légèreté. On a qu'une envie : que ça recommence !! Selon vos besoins et vos envies, votre intervenante pourra vous proposer un modelage « détente » visant à la relaxation complète du corps et de l'esprit ; ou une version plus « tonique » pour lever les tensions et s'énergiser.
Durée : 30 ou 45 minutes.

LE SHIATSU est une technique japonaise, issue des connaissances de la médecine traditionnelle chinoise. Une série de pressions le long des méridiens d'acupuncture favorise la détente en harmonisant la circulation de l'énergie ou Qi.
Durée : 45 minutes

LA RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE est une méthode manuelle ancestrale qui considère les deux pieds comme la représentation du corps humain et ses organes. C'est une réflexologie douce qui alterne pressions légères et modelage des différentes zones réflexes du pied. Cette pratique permet de libérer les tensions en activant la circulation sanguine et apporte à tout le corps une profonde détente.
Après une séance de réflexologie plantaire, vous ressentez un bien-être autant physique que mental.
Durée : 30 ou 45 minutes.

NB : ces soins participent au bien-être et à l'harmonie du corps et ne constituent en aucun cas une action thérapeutique.

ACCUEIL

Arrivée **le jour 01 entre 17 h et 19 h au gîte-hôtel à Méaudre**. L'hébergement n'est pas au c¹/₂ur du village mais à 3 km des commerces (env. 40 min à pied, 5 min. en voiture).

Accès en train et bus :

Train/TGV jusqu'à Grenoble puis bus jusqu'à Méaudre.

Bus réguliers "CARS RÉGION" : ligne **T64** jusqu'à "Lans-en-Vercors Office de Tourisme" puis **T66** jusqu'à



TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

"Méaudre Place". Achat du titre de transport à la Gare Routière (non réservable).

Nous venons vous chercher à la descente du bus qui part de Grenoble à 17 h 00 et arrive à 18 h 21 à Méaudre Place. Prévenez-nous à l'avance si vous êtes amenés à prendre un autre bus.

Accès en voiture :

- **Depuis le Nord - Grenoble** : depuis l'A48 en direction de Grenoble, sortie n°14 "St Egrève Sassenage Villard-de-Lans". À Lans-en-Vercors, prendre la direction d'Autrans. En bas du Col de la Croix Perrin, tourner à gauche pour Méaudre et continuer sur 1 km.
- **Depuis le Sud - Valence** : depuis l'A49 en direction de Grenoble, sortie n°8 « Aire Royans-Vercors, Villard de Lans ». Suivre Villard-de-Lans. À la fin des gorges de la Bourne, tourner à gauche direction Méaudre. Le gîte se situe 3 km après le village.

Le gîte-hôtel dispose d'un parking privé et gratuit.

Covoiturage

Pensez au covoiturage.

DISPERSION

Le jour 06, Retour en train et bus

Pour ceux venus en train et en bus : dépose à Lans-en-Vercors (arrêt : Office du Tourisme) puis bus réguliers "CARS RÉGION" pour Grenoble. Bus suivant (ligne T64) Lans en Vercors 16 h 39 - Grenoble 17 h 38

NIVEAU

Parcours sans difficulté technique dans un environnement de moyenne montagne.

Randonneur niveau 2 sur une échelle de 5 :

Dénivelée moyenne : 390 m	Maximum : 490 m
Longueur moyenne : 9 km	Maximum : 11 km
Horaire moyen : 4 h	Maximum : 4 h 30

Selon la formule choisie et sous réserve de disponibilité au moment de la réservation, vous serez logé(e) en chambre calme et confortable (avec salle d'eau et WC privés).

Les draps sont fournis ainsi qu'une serviette de toilette. Nous vous invitons à apporter votre drap de bain pour l'espace bien-être.

Formule de base en chambre à 3 : je partage une chambre de 3 personnes (**MIXTE** - lits simples),

- Option chambre à 2 : je partage une chambre de 2 personnes (Non Mixte - lits simples ou lit double),
- Possibilité de chambre individuelle (voir la rubrique « Options »)

Repas

Grâce aux talents de notre chef, vous serez choyé(e) et aurez l'occasion de passer une semaine riche en goûts ! Particulièrement attachés à la qualité de la restauration que nous vous proposons, nous aimons vous concocter des menus sains au rythme des saisons et aux couleurs de la région. Vous découvrirez nos produits du terroir sous toutes leurs formes et des plus frais. En témoignent les viandes et fromages tout droit venus des fermes voisines. Une grande partie des produits sélectionnés répondent au label biologique : confitures, miel, céréales, viandes, tisanes... Nos menus sont également étudiés pour faciliter la digestion, accompagnés chaque soir d'infusion « maison » dont les parfums seront à deviner !

Petit-déjeuner : servi sous forme d'un généreux buffet sucré-salé, très complet.

Pique-nique à midi : salade composée, sandwich, fromage et dessert.

Dîner : entrée, plat et dessert (cuisine « maison » toujours !).



TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25



TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

Dates et prix

Promotion Départs complet Départ assuré					
Destination	Thème	Départ	Retour	Durée	Tarif
Alpes du Nord	Le Meilleur du Vercors en douceur	17/05/2026	22/05/2026	6 jours	920.00 EUR
Alpes du Nord	Le Meilleur du Vercors en douceur	31/05/2026	05/06/2026	6 jours	920.00 EUR
Alpes du Nord	Le Meilleur du Vercors en douceur	14/06/2026	19/06/2026	6 jours	920.00 EUR
Alpes du Nord	Le Meilleur du Vercors en douceur	05/07/2026	10/07/2026	6 jours	930.00 EUR
Alpes du Nord	Le Meilleur du Vercors en douceur	19/07/2026	24/07/2026	6 jours	930.00 EUR
Alpes du Nord	Le Meilleur du Vercors en douceur	02/08/2026	07/08/2026	6 jours	930.00 EUR
Alpes du Nord	Le Meilleur du Vercors en douceur	16/08/2026	21/08/2026	6 jours	930.00 EUR
Alpes du Nord	Le Meilleur du Vercors en douceur	06/09/2026	11/09/2026	6 jours	920.00 EUR
Alpes du Nord	Le Meilleur du Vercors en douceur	19/09/2026	24/09/2026	6 jours	920.00 EUR

Info pays



Alpes du Nord

Les versants de l'Espace Mont Blanc sont Français, Suisse, Italien. Des Refuges et des hôtels confortables vous donneront tout loisir de contempler les panoramas des Alpes, le soir après une bonne douche. Les glaciers, l'alpage, les grands cols, Imaginez...

Formalités administratives

France

La France étant membre de l'Union Européenne, il suffit d'une carte nationale d'identité ou d'un passeport en cours de validité pour les ressortissants d'un pays de UEM.

Conseil(s) santé

France

Les conditions sanitaires sont équivalentes à celles de l'Europe et ne présentent aucun danger particulier.

Nous vous conseillons d'être à jour des vaccinations classiques : diphtérie, tétanos, RRO, hépatite B, poliomyélite, fièvre typhoïde.

Infos pratiques

Votre budget

NOTE IMPORTANTE : Dans la rubrique 'Le Prix Comprend', le prix du vol (si applicable) est en général basé sur un départ de Paris. Un départ d'un autre aéroport (Bruxelles, Luxembourg, Genève, ...) peut être demandé mais est susceptible d'un éventuel supplément de prix. Lors de la réservation, ce supplément vous est communiqué.

Par ailleurs, les prix indiqués sur cette fiche technique sont donnés à titre indicatif. Des modifications peuvent intervenir (les augmentations des taxes aériennes, les surcharges carburant, l'évolution du coût des prestations terrestres, etc. peuvent être répercutées sur le prix du forfait).

De même, des suppléments liés aux variations des prix des billets d'avion et aux disponibilités dans la classe tarifaire prévue pour le voyage peuvent s'appliquer en fonction de la date d'inscription.

Dans tous les cas, vous en serez informé au plus tard lors de votre inscription. Après votre inscription, seules les modifications prévues par l'article R211-8 du code du tourisme peuvent s'appliquer.

Le prix comprend

? L'hébergement pour 5 nuits en chambre, selon votre choix de formule

- La pension complète
- La tisane après le repas
- L'encadrement de 5 belles journées de randonnée
- L'accès libre et illimité à l'espace bien-être
- La taxe de séjour
- La visite de la Grotte de Choranche

Le prix ne comprend pas

- Les boissons
- Les soins proposés en option
- Les assurances
- Le transport du lieu de domicile au point de départ, et retour
- Les visites suggérées au programme

Vous préparer à partir

Préparation physique

Pour profiter pleinement de votre voyage, n'oubliez pas d'entretenir votre forme en marchant une fois par semaine (12 à 15 km).

Votre pharmacie individuelle

Celle-ci sera validée avec un médecin en tenant compte du terrain d'aventure et de l'éloignement propres à ce voyage. Elle contiendra en principal :

- Un antalgique.
- Un anti-inflammatoire (comprimés et gel).
- Un antibiotique à large spectre.
- Un antispasmodique, un antidiarrhéique, un antiseptique intestinal, un antivomitif.
- Des pansements et double peau, des compresses, de la bande adhésive, du Steristrip, du tulle gras.
- Un antiseptique.
- De la crème solaire et de la Biafine.
- Vos médicaments personnels.



TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

- En complément : collyre, répulsif contre les moustiques, pince à épiler, somnifère léger et/ou boules Quies, vos médicaments personnels.

Equipement de base

L'ensemble de vos affaires est réparti entre deux sacs :

- * un sac à dos porté pendant la marche d'environ 30-40 litres pour vos affaires de la journée (pull, t-shirt de rechange, gourde, lunettes, crème solaire, petit matériel, appareil photo...), qui sera aussi le sac que vous garderez avec vous dans l'avion
- * un sac de voyage avec cadenas, souple et solide de 15 kg maximum, avec de préférence une fermeture éclair latérale (accès plus facile qu'un sac marin). Pendant le voyage, il contiendra les affaires que vous n'utilisez pas dans la journée. Transporté à dos de mule ou de chameau ou sur le toit d'un 4x4, votre sac sera dans tous les cas sanglé, callé, soulevé et banché un grand nombre de fois : évitez par conséquent les sacs rigides et les valises et préférez la solidité à l'esthétique.

> Vêtements de la tête aux pieds

- Une casquette, un chapeau, un bonnet ou un cheich (désert)
- Des lunettes de soleil (indice 3 minimum, 4 pour la haute montagne)
- Une cape de pluie (suivant la saison)
- Des sous-vêtements respirants (séchage rapide)
- Une veste imperméable et respirante type Goretex
- Des T-shirts
- Une paire de gants
- Des pantalons de trek détachables à mi-jambe
- Un collant thermique (suivant la saison)
- Un maillot de bain.
- Des vêtements de rechange.
- Des chaussettes de marche.
- Une paire de sandales.
- Une paire de chaussure (voir rubrique ci dessous)
- Une paire de lacets de rechange.

Nous vous recommandons la boutique Trek Aventure pour trouver le matériel idéal grâce à la marque MILO www.trekaventure.com/trekking/page/le_catalogue_milo

> Matériel indispensable

- Une trousse de toilette et une serviette de bain.
- Une gourde (ou gourde poche à eau, pipette)
- Des serviettes humidifiées type lingettes.
- Du papier toilette.
- Un couteau de poche (en soute !).
- Quelques sachets plastiques pour protéger vos affaires.
- Une aiguille et du fil.
- des bâtons de marche.
- Couverture de survie (modèle renforcé).
- Briquet.
- Appareil photo.
- Livres de voyage.
- Lentilles jetables ou lunettes correctrices de secours.
- Une lampe frontale et ses piles.
- Un sac de linge sale pour séparer avec le linge propre.

> Pochette antiviol et documents

- Passeport (ou carte d'identité).
- Visa selon le pays.
- Carnet de vaccinations et indications médicales.
- Devises, carte de crédit.
- Contrat d'assistance et d'assurance



TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)
25, Bohey - L-9647 DONCOLS
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

- Papiers personnels.

A ne pas oublier dans vos valises

- En complément : collyre, répulsif contre les moustiques, pince à épiler, somnifère léger et/ou boules Quies, vos médicaments personnels.

A ne pas oublier dans vos valises

- Des chaussures de randonnée imperméables à tige montante et semelle offrant une bonne adhérence, type Contagrip ou Vibram
- Le couchage est fourni par l'hébergeur

Nos astuces

1. En raison des retards de certains bagages, nous vous conseillons fortement d'emporter votre sac de couchage avec vous et le nécessaire pour pouvoir voyager les premiers jours, en bagage accompagné dans l'avion.
2. Laissez tout objet coupant (couteau, ciseaux, coupe-ongles, etc..) et briquet dans votre bagage destiné à la soute de l'avion car les contrôles de sécurité les interdisent à bord de l'avion.
3. La réussite de tout voyage est un délicat mélange de bonne humeur, de sentiments d'entraide, de convivialité, d'esprit de découverte, de bonne volonté, d'une participation aux tâches communes ainsi que le respect des traditions locales. Et n'oubliez pas des imprévus sont toujours possibles, dans ces moments adoptez la zen attitude : patience et tolérance.
4. Prenez une photocopie de votre passeport, de votre contrat d'assurance assistance et de votre billet d'avion en cas de perte des originaux.