




## Ténérife Idyllique (AT69P)

### *Les Canaries - Iles de Méditerranée et d'Atlantique*

**8 jours** (dont 6 jours : Randonnée )

*Prix à partir de* **595.00 EUR p.p.**

Niveau	
Type	Individuel
Age minimum	14 ans
Portage	Affaires pour la journée
Hébergement	Appartement
Groupe	de 2 à 20 personnes
Repas	Logement seul
Encadrement	En liberté



### *Les points forts de ce voyage*

- L'île la plus éclectique des Canaries, avec de nombreuses options de randonnée.
- Un guide de randonnée supplémentaire fourni avant le départ.
- La réunion d'information par notre organisateur canarien à votre arrivée.



#### 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

**Tenerife, l'île au printemps éternel, réunit tous les paysages des Canaries : forêts de laurisilva, barrancos (gorges), villages isolés, paysages lunaires, déserts de lave, roches volcaniques multicolores, dominés par...**

Tenerife, la plus grande des huit îles qui composent l'archipel des Canaries, est un véritable continent en miniature. 2 000 kilomètres carrés seulement, mais une exceptionnelle diversité de paysages. Tenerife, c'est d'abord un énorme volcan : le Teide, point culminant d'Espagne, à 3 718 mètres. Souvent au-dessus des nuages, les pentes dénudées du volcan dominent une immense caldeiradésertique, mais multicolore, avec ses coulées de laves d'un noir bleuté et ses crêtes de roches volcaniques aux tons chatoyants de jaune et d'ocre. Le versant sud de l'île est aride. Au nord, de belles forêts brumeuses de lauriers et de bruyères arborescentes couvrent les versants des profonds *barrancos* (gorges). On y trouve également de gigantesques falaises plongeant dans la mer, d'accueillants villages isolés, des vallées cultivées, des bananeraies et de luxuriants jardins, les forêts de pins canariens... Dans ce paradis de la randonnée, la surprise est à chaque détour du chemin.

### J 1/ Tenerife

Accueil à l'aéroport de Tenerife et remise du véhicule de location. Route pour Playa San Juan, Puerto Santiago ou Santiago del Teide sur la côte sud-ouest de l'île, hors des centres touristiques. Installation en appartement, appart-hôtel ou hôtel pour la semaine.

### J 2/ Massif du Teno

*\* Niveau 2 : sentier des Guergues*

Au-dessus du pittoresque village de Masca, sentier de crêtes descendant entre l'impressionnante gorge du même nom et le *barranco* Seco. Le sentier, parfois escarpé, se termine à Finca de Guergues, offrant un point de vue inoubliable sur les falaises de Los Gigantes et l'île de La Gomera.

5 h de marche. D = M : 500 m.

*\* Niveau 3 : Teno Alto*

La descente de Teno Alto vers la *punta* de Teno compte parmi les randonnées les plus appréciées dans le massif du Teno. Elle vous conduit à travers les maigres prés du haut plateau, découpés par des vallées riantes et des fosses d'érosion sauvages.

5 h 30 de marche. D = M : 700 m.

### J 3/ Massif du Teno ou du Teide

• *Niveau 2 : le Baracan, de El Palmar à Teno Alto*

Route jusqu'à El Palmar, au centre du parc rural du Teno. Jolie boucle démarrant au milieu des cultures pour gagner, avec l'altitude, la forêt de lauriers du haut plateau de Teno. Le circuit traverse le village reculé de Teno Alto, monte sur les crêtes du Baracan, puis passe le col de Tabaiba, dévoilant des paysages extraordinaires.

4 h de marche. D = M : 500 m.

• *Niveau 3 : Paradore, Guajara*

Montée en véhicule jusqu'à Las Cañadas, la caldeira du Teide, immense cirque désertique de roches colorées et de coulées de lave sombre. De fin mai à juin, l'explosion florale de la végétation endémique de la caldeira est un spectacle à ne pas manquer, en particulier les genêts canariens à fleurs blanches et les immenses cônes floraux (jusqu'à 2 m de hauteur !) bleus ou rouges des véroniques du Teide. Depuis les Piedras Amarillas (pierres jaunes), par un chemin en arc de cercle, ascension du Guajara (2715 m), fantastique belvédère sur toute la caldeira, face au cône du Teide. Descente par un chemin plus direct qui ramène dans la caldeira et au véhicule.

5 h de marche. D = M : 650 m.

### J 4/ Massif du Teno

• *Niveau 2 : Cruz de Gala*

Cette randonnée très variée traverse une partie de la forêt de lauriers, avant d'offrir le panorama sur le Teno et

le *pico Viejo* depuis le sommet panoramique de Cruz de Gala, puis une vue plongeante sur Masca et La Gomera depuis le Petit Gala (1318 m).

4 h de marche. D = M : 500 m.

• Niveau 3 : monte del Agua, Los Silos, Ejos, Los Silos

La randonnée du monte del Agua traverse tous les étages de végétation jusqu'aux belles forêts brumeuses du versant nord du massif. La laurisylve, forêt relique de l'ère tertiaire, est encore bien représentée aux Canaries, alors qu'elle a complètement disparu d'Europe.

6 h de marche. D = M : 950 m.

## J 5/ Massif d'Anaga

• Niveau 2 : montaña Tafada

Boucle très pittoresque au départ du village reculé de Chamorga, situé tout au bout d'une route sinueuse de l'Anaga. Le circuit, relativement aisé, remonte d'abord un charmant vallon très vert, le long d'un ruisseau bordé d'arums et de fleurs colorées, avant de s'enfoncer en forêt. De très nombreux oiseaux accompagnent votre marche. Vers le premier col, un aller et retour d'une vingtaine de minutes conduit à un magnifique belvédère sur la côte sauvage et ses petits îlots.

3 h de marche. D = M : 250 m.

• Niveau 3 : Cabezo del Tejo

Boucle captivante à l'extrémité orientale de l'île. Départ du village de Chamorga, dans le massif d'Anaga, réserve de la biosphère. Le circuit se déroule en grande partie à l'intérieur de la forêt primaire entre voûtes et tunnels naturels formés par la végétation (bruyères arborescentes et grands lauriers). Il traverse des petits hameaux. Il parcourt également une crête qui révèle le panorama dessiné par les falaises marines de Taganana, le relief des ravins qui plongent vers la mer, et « des roques » détachés de l'île par effet de l'érosion. Restez attentifs et vous entendrez le chant des oiseaux endémiques.

4 h 30 de marche. D = M : 615 m.

## J 6/ Massifs du Teide ou d'Anaga

• Niveau 2 : Roques de García

Montée en véhicule jusqu'à la caldeira de Las Cañadas del Teide. Circuit circulaire autour du massif rocheux de Roques de García, aux formes étranges, situé au pied du cône volcanique du Teide.

2 h de marche environ. D = M : 150 m.

• Niveau 3 : Anaga, nord sauvage de l'île

Magnifique itinéraire, très varié dans son relief et sa végétation, par un sentier côtier splendide. Peut-être aurez-vous la chance de voir descendre les muletiers ravitaillant le phare. La dernière partie remonte de plus de 500 mètres dans une vallée très encaissée.

6 h de marche. D = M : 1 060 m.

## J 7/ Massif du Teide

• Niveau 2 : montaña de Samara

La montaña de Samara culmine à 1 800 mètres d'altitude, entre pins et sable volcanique. Magnifiques vues sur le *pico Viejo* et le Teide, les deux plus hauts sommets de l'île. Sur le chemin de randonnée, vous rencontrerez plusieurs cratères et champs de lave, ainsi que des bombes volcaniques.

3 h de marche. D = M : 300 m.

• Niveau 3 : El Portillo, Fortaleza, Huevos del Teide, montaña Blanca, El Portillo

Randonnée en aller-retour, dans des environnements très dépaysants : couleurs époustouflantes et grands espaces nus... La montaña Blanca est un cône de pierre ponce qui se situe juste au pied du Teide. Vous serez également surpris par les très curieux ½ ufs du Teide. Leur couleur sombre contraste fortement avec les tons chauds de la pierre ponce.

5 h 30 de marche D = M : 700 m.

## J 8/ Tenerife

Dernière baignade, si les horaires d'avion le permettent. Remise du véhicule de location à l'aéroport de Tenerife et vol de retour.

**NB :** les temps de marche sont donnés à titre indicatif.

## Accès



## 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

- Arrivée : accueil et remise du véhicule de location à l'aéroport par un représentant de la compagnie de location qui vous remettra les clés du véhicule, et vous vous rendrez seuls à l'hébergement.
- Départ : retour par vos propres moyens à l'aéroport de Tenerife d'où vous partez (Nord ou Sud)

### Hébergement

Hébergement fixe toute la semaine : appartement confortable sur la côte sud-ouest, hors des grands centres touristiques.

Appartements comprenant une ou deux chambres, un salon, une cuisine, une salle de bains et des toilettes 2 à 4 personnes par appartement, base chambre double.

### Transports

- Le transfert de l'aéroport de Tenerife-Sud vers le logement est assuré par vous-même avec le véhicule de location.
- Le reste des transferts se fait en voiture de location conduite par les participants.

**NB :** le prix est donné pour un véhicule de location de catégorie A (Ford Ka, Renault Clio, Citroën Saxo, Peugeot 106) pour 2 à 4 participants.

Le prix du carburant est beaucoup moins élevé que sur le continent. Même si les routes sont souvent tortueuses, le réseau est très bien entretenu (même les routes secondaires) et bien signalisé.

### Repas

Les repas sont à votre libre convenance. Le logement étant en appartement avec cuisine, il vous est possible d'y faire et prendre vos repas (les petits déjeuners et repas du soir, notamment).

Le carnet de voyage contient des indications sur les restaurants et les lieux d'approvisionnement en nourriture.

### Boissons

L'eau du robinet est potable, mais il est tout de même conseillé de consommer de l'eau minérale, afin d'éviter d'éventuels problèmes gastriques qui risqueraient de gâcher vos vacances.

Au cours de votre repas, vous pourrez également goûter aux très bons vins des Canaries et à la bière locale.

**NB :** Pour ceux qui aiment le poisson, vous vous régalez, car l'archipel en propose un large choix. En règle générale, la cuisine locale est copieuse et variée.

### Le balisage

Globalement bon sur tous les itinéraires sélectionnés, le balisage à Tenerife n'est pas très homogène. Il est souvent meilleur dans les parcs, avec un réseau de sentiers balisés récemment. Ailleurs, de toutes les formes et de toutes les couleurs, des panneaux marquent les principaux départs et intersections de sentiers. Des cairns jalonnent certains itinéraires.

### Les sentiers

Bien entretenus et en général bien marqués, car encore utilisés pour les déplacements des habitants dans certains secteurs. Il arrive toutefois qu'ils soient un peu embroussaillés dans les zones agricoles qui ne sont plus cultivées à l'heure actuelle. Dans tous les secteurs de l'île, notamment lorsqu'ils grimpent à flanc de versant ou suivent des *barrancos* (gorges), ils peuvent devenir un peu vertigineux ou escarpés et nécessiter un pied sûr. Ces difficultés sont signalées dans votre carnet de voyage.

**Nous vous fournissons en plus un guide de randonnée.**

## Dates et prix

 Promotion  Départs complet  Départ assuré

Destination	Thème	Départ	Retour	Durée	Tarif
-------------	-------	--------	--------	-------	-------

Les Canaries Ténérife Idyllique 05/12/2024 30/06/2026 8 jours 595.00 EUR

## Info pays



### Les Canaries

Au large du Sahara, il y a des millions d'années, un archipel volcanique a surgi des flots. Derrière leur réputation de destination plage, les Canaries, également surnommées îles Fortunées, abritent des trésors de nature vierge. Ces lieux magiques transportent notre imagination et offrent aux randonneurs des reliefs et des paysages inattendus et variés, entre mer et montagne, très loin des clichés qui entachent l'image de ces îles. Des coins de terre riches de contrastes, des îles aux multiples visages, ayant conservé toute leur beauté originelle, loin du tourisme de masse. Mais également des rivières de lave, barrancos (canyons) profonds, caldeiras lunaires, splendides laurisilvas (forêts primaires de lauriers et de bruyères arborescentes), pins canariens, criques sauvages, oasis verdoyantes parsemées de maisonnettes blanches, nombreux cônes volcaniques, vignobles poussant dans la lave... Une variété inégalée de paysages à explorer !

### Formalités administratives

#### Espagne

- Pour les membres de l'Union européenne, la Suisse, la Norvège, l'Islande, et le Liechtenstein : carte d'identité ou passeport valide. Pensez à vous munir de la carte européenne d'assurance maladie (auprès de la sécurité sociale) nécessaire pour les voyages en Europe.

- Pour les autres nationalités, veuillez vous renseigner auprès des autorités consulaires espagnoles dans votre pays.

### Conseil(s) santé

#### Espagne

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 en appartement tel que décrit.
- Le véhicule de location catégorie A (ex. : Ford Ka, Renault Clio, Citroën Saxo, Peugeot 106) du J 1 au J 8.
- Le carnet de voyage (ainsi qu'une carte, un guide de randonnée et les bons de réservation pour un groupe de 2 à 4 personnes), que vous pourrez conserver après votre voyage.
- Le "briefing" de notre partenaire local le J 1 (ou 2 au matin selon votre heure d'arrivée).

### Le prix ne comprend pas

- Le vol pour Tenerife AR.
- Tous les repas.
- L'assurance, l'assistance.
- Les boissons et dépenses personnelles, les pourboires.
- Les prestations supplémentaires
- Les frais de dossier s'appliquant aux modifications de prestations et prestations supplémentaires -

### Autres dépenses sur place

- Le carburant pour le véhicule de location.
- Les repas.
- Les entrées dans les monuments, musées.

Pour les dépenses non comprises dans le prix (essence, repas, boissons) : de 150 à 200 eur.

### Vous préparer à partir

#### Préparation physique

Pour profiter pleinement de votre voyage, n'oubliez pas d'entretenir votre forme une fois par semaine en marchant (15 km environ) si possible sur un parcours avec dénivelée (250 m/h) ou en pratiquant une activité sportive (1 h à 1h30).

#### 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.
- En complément : collyre, répulsif contre les moustiques, pince à épiler, somnifère léger et/ou boules Quies, vos médicaments personnels.
  - Un stick pour les lèvres haute protection

### 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 baché 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 Adventure pour trouver le matériel idéal grâce à la marque MILO [www.trekaventure.com/trekking/page/le\\_catalogue\\_milo](http://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.



### 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



- 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
- 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.
- Un stick pour les lèvres haute protection

### 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
- Des sandalettes légères (type tongs à scratch avec un bon maintien du pied).
- 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.