



Paradis Slovène ^(AT6HM) Slovénie - Europe de l'Est

8 jours (dont 6 jours : Randonnée)

Prix à partir de 1295.00 EUR p.p.

Niveau	
Type	Accompagné
Age minimum	12 ans
Portage	Affaires pour la journée
Hébergement	Hôtel Refuge
Groupe	de 4 à 15 personnes
Repas	Pension complète en trek et log pet dej
Encadrement	Guide local francophone



Les points forts de ce voyage

- Plusieurs jours dans le parc national du Triglav, magnifique zone protégée du pays.
- Les randonnées autour des lacs réputés de Bled et Bohinj.
- Un séjour en étoile dans une confortable auberge typique.
- La découverte de la capitale Ljubljana intégrée au programme.



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

Au bout des Alpes, le Triglav, massif emblématique, rayonne sur de verdoyantes vallées, des lacs splendides, des rivières turquoise et des cimes éclatantes. Sur ce territoire à la riche diversité écologique se rencontrent plusieurs unités géographiques..

A l'autre bout des Alpes, le Triglav, massif emblématique, rayonne sur de verdoyantes vallées, des lacs splendides, des rivières turquoise et des cimes éclatantes. La Slovénie est riche d'une diversité écologique sans pareille. Sur ce petit territoire se rencontrent plusieurs grandes unités géographiques différentes, un bord de mer situé sur la partie nord-ouest de l'Istrie, des villages qui étonnent par leur architecture typique, des montagnes karstiques qui s'étendent le long de la côte Adriatique et deux superbes massifs, les Alpes juliennes et le Karavanke, dont le premier abrite le parc national du Triglav. Nous vous proposons un voyage en étoile au départ d'une délicieuse auberge pour une découverte de quelques-uns des plus beaux sites naturels et culturels de ce vert pays.

Jour 1 FRANCE - LJUBLJANA - BLED OU RIBNO

Hébergement : hôtel. Repas inclus : soir. Repas libres : matin, midi. Transfert : 40 min.

Vol vers la Slovénie. Accueil à l'aéroport, puis transfert pour rejoindre l'hébergement. Installation pour cinq nuits en hôtel en demi-pension. En fonction de votre horaire d'arrivée, possibilité de faire une première découverte de Bled.

Jour 2 BLED - BOHINJSKA BELLA - RIBNO

Dénivelée positive : 650 m. Dénivelée négative : 650 m. 5 h de marche.

Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin, midi, soir.

Départ à pied de l'hôtel par un petit sentier qui rejoint dans un premier temps la rivière de Sava que nous longerons quelques kilomètres. Passage ensuite par le hameau de Bohinjska Bella, découverte de l'architecture slovène, puis direction le lac de Bled. Montée au point de vue de Osojnica, temps libre à Bled, puis retour à Ribno par les petits sentiers et hameaux.

Jour 3 PALTEAU DE POKLJUKA - SOMMET DE DEBELA PEC

Dénivelée positive : 800 m. Dénivelée négative : 800 m. 5 h de marche.

Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin, midi, soir. Transfert : 1 h.

Court transfert pour rejoindre le plateau de Pokljuka, à 1 300 mètres d'altitude. De là, montée en douceur à travers une épaisse forêt d'épicéas et de sapins, passage au refuge de Bjileska Koca puis par un petit sentier dans les alpages, continuation vers le sommet de Debela Pec à 2 014 mètres d'altitude, qui offre un exceptionnel panorama sur la vallée de Krma et l'ensemble des Alpes juliennes. Descente par un chemin parallèle puis transfert pour rejoindre notre hébergement de la veille.

Jour 4 MASSIF DES KARAVANKE ET ALPAGE DE PREVAL

Dénivelée positive : 900 m. Dénivelée négative : 900 m. 5 à 6 h de marche.

Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin, midi, soir. Transfert : 20 min le matin et 20 min le soir.

Transfert pour rejoindre la vallée de Draga. Départ de la randonnée sur un large chemin, puis nous suivons un petit sentier qui grimpe de plus en plus pour rejoindre l'alpage de Preval, lequel offre une vue magnifique sur le massif du Triglav. Puis continuation vers le refuge de Roblekov dom par un sentier en balcon offrant un point de vue sur l'ensemble de la vallée. Après le repas de midi, descente par un large chemin régulier vers Draga. Retour à l'hôtel à Ribno.

Jour 5 ALPAGES PERDUS ET LAC DE BOHINJ

Dénivelée positive : 700 m. Dénivelée négative : 700 m. 6 h de marche.

Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin, midi, soir. Transfert : 1 h 30.

Transfert le matin vers Fuzinske Planina, au-dessus du lac de Bohinj. Cette randonnée nous permettra d'aller

vers le lac de Jezero Planini, niché à 1 600 mètres entre forêts de mélèzes et d'épicéas. Découverte et rencontre avec l'habitat des alpages reculés et dégustation d'un fromage de montagne encore fait de façon traditionnelle. Retour à notre hôtel de la veille.

Jour 6 PARC NATIONAL DU TRIGLAV, MASSIF DE KOMNA - NUIT EN CHALET D'ALTITUDE CONFORTABLE

Dénivelée positive : 700 m. Dénivelée négative : 700 m. 5 h 30 de marche.
Hébergement : refuge. Repas inclus : matin, midi, soir. Transfert : 40 min.

Transfert pour rejoindre la vallée de Bohinj, afin d'emprunter la remontée mécanique de Vogel. En dix minutes, cette dernière nous conduit à 1 500 mètres d'altitude, au c¹/₂ur du parc national du Triglav. Étape en balcon, alternant les passages entre forêt de hêtres, monde minéral, pins cembro et prairies alpines. Le refuge d'altitude où nous passons la nuit est confortable (chambres doubles, draps et couverture fournis) et, idéalement placé, offrant un point de vue sur la vallée de Bohinj.

Jour 7 BOHINJ - LJUBLJANA

Dénivelée positive : 150 m. Dénivelée négative : 1100 m. 4 h 30 de marche.
Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin, midi, soir. Transfert : 1 h 20.

Nous quittons le refuge pour descendre par une ancienne route austro-hongroise qui nous conduit ensuite le long du lac de Bohinj. Pique-nique au bord du lac, en fonction du temps, baignade possible. Transfert en fin d'après-midi pour Ljubljana. Ljubljana, l'une des plus petites capitales d'Europe, est une ville entourée de forêts. Elle a conservé des traces de ses cinq millénaires d'histoire - héritage romain, vieux centre-ville et château médiéval, architecture Renaissance et façades baroques. Le tableau est complété par les ponts qui enjambent le fleuve Ljubljanica. Dîner en ville. Nuit en hôtel à Ljubljana, proche du centre ville.

Jour 8 LJUBLJANA - RETOUR EN FRANCE

Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir.

Petit déjeuner et temps libre en fonction des horaires de vol. Transfert et séparation à l'aéroport. Vol pour la France.

NB : les temps de marche sont donnés à titre indicatif.
M : dénivelée ascendante. D : dénivelée descendante.

Hébergement

J 1 à 7 : en auberge, en chambre double, exceptionnellement triple, douche WC pour 2 chambres. Endroit calme, situé à Zasip à 20 minutes à pied du lac de Bled. Ambiance familiale. Très bonne cuisine à base de nombreux produits du jardin et de la ferme.

Repas

Les petits déjeuners sont pris à l'auberge, pain, beurre, café, thé, chocolat, fromage, charcuterie. Les repas du soir sont pris à l'auberge du village, située à 50 mètres de l'hébergement, vous pourrez goûter aux spécialités slovènes. Les pique-niques sont préparés par l'accompagnateur ou par l'aubergiste, prévoir couverts, assiette, gobelet et boîte type Tupperware afin d'éviter le gaspillage.

Les transferts

Ils sont assurés par bus de ligne, train et taxi le dernier jour. Les transferts sont d'environ 30 minutes à 1 heure au maximum en fonction des conditions de circulation.

Bagages

Vous randonnez avec un sac à dos léger (équipement de randonnée, pique-nique, eau, bâtons de marche...).

Accès

- En voiture : arrivée de Srednja Vas, 15 kilomètres à l'ouest de Bled.
• Par l'Autriche (Villach), sur l'autoroute, suivre la direction de Bled, prendre la sortie Lesce (aérodrome), Radovljica. Vous arrivez ensuite sur un rond-point, suivre alors la direction Begunje 2 kilomètres, une fois à Begunje suivre la direction Ljubel (Autriche et Trzic), 3 kilomètres plus loin passer un premier hameau, Slatna puis arrivée à Srednja Vas. L'auberge se trouve à gauche à l'entrée du village. Attention vignette nécessaire en

Autriche et en Slovénie pour circuler sur les autoroutes. Parking gratuit à l'hébergement.

-En train : arrivée à la gare ferroviaire de Lesce-Bled.

• Paris-Est départ 17 h 24 - Stuttgart 21 h 03 / 21 h 12 - Munchen 23 h 31 / 23 h 45 - Lesce-Bled 5 h 20.
Puis transfert pour Srednja Vas (35 € depuis la gare ferroviaire pour une voiture de 1 à 4 personnes).





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

Info pays



Slovénie

La Slovénie, au cœur de l'Europe centrale, entourée par l'Italie, l'Autriche, la Hongrie et la Croatie, s'étend de la Mer Adriatique à la plaine pannonienne, en passant par les Alpes Juliennes et les Balkans. Le Triglav (2864 m), représenté symboliquement sur le drapeau national, plus que le point culminant, est une montagne personnifiée qui domine tout le pays. La limite géographique nord des Balkans (montagne en turc) correspond à la rivière Sava qui prend sa source au lac de Bohinj dans les Alpes slovènes. Ljubljana, la capitale et le sud du pays font donc géographiquement partie de l'ex-royaume de Yougoslavie. Pour autant, ce petit pays, indépendant depuis 1991 est grand comme la Bretagne et sa capitale fait la taille de Lyon. Ses reliefs calcaires rappellent beaucoup celui des Dolomites toutes voisines. Cette destination mérite vraiment le détour et explique l'intérêt historique des nombreuses invasions pour occuper cette région. Le massif du Triglav est superbe : des hauts-plateaux, des lacs d'altitude, une flore et une faune très riches dont notamment l'ours slovène très présent dans certaines forêts au sud-est de la capitale.

Formalités administratives

Slovénie

- Une carte d'identité ou passeport en cours de validité.

Conseil(s) santé

Slovénie

Aucun vaccin n'est obligatoire. Nous vous conseillons cependant d'être à jour pour les vaccinations classiques : diphtérie, tétanos, poliomyélite, fièvre typhoïde, hépatite.

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

- Les transferts terrestres tels que décrits au programme.
- La pension complète, du petit déjeuner du jour 2 au petit déjeuner du jour 8.
- L'hébergement en auberge (base chambre double)
- L'encadrement par un guide accompagnateur

Le prix ne comprend pas

- l'acheminement jusqu'en Slovénie (véhicule, avion ou train...)
- L'assurance annulation/interruption de séjour/perte de bagages, l'assistance.
- Tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique 'Le prix comprend'.

Autres dépenses sur place

- La visite du château de Bled (optionnelle) : 7 euros/personne.
- Les dépenses personnelles, les boissons.

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 dénivellée (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.



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.
- 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 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 Adventure 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.



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

- 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
- 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.