



Le Tour de Cappadoce ^(AT6JD)

Turquie - Moyen Orient

8 jours

Prix à partir de 1445.00 EUR p.p.

Niveau	
Type	Accompagné
Age minimum	18 ans
Portage	Affaires pour la journée
Hébergement	Hôtel Pension
Groupe	de 4 à 15 personnes
Repas	Pension complète en trek et log pet dej
Encadrement	Guide local francophone
Vol	Bruxelles, Paris, Province ou autres



Les points forts de ce voyage

- La dimension culturelle : Derinkuyu (Unesco), églises rupestres, pigeonniers, Avanos la citée des potiers...
- Des randonnées associant vallées incontournables et vallées secrètes, le panorama depuis le plateau du Bozdag.
- Le vol sur Kayseri pour plus de confort et le charme des hébergements en Cappadoce.



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

La Cappadoce, unique au monde, se présente comme un incomparable ensemble géologique et architectural aux teintes et formes infinies. Sur cet immense plateau de tuf volcanique, l'érosion a créé un décor fantastique de cônes, de pics,...

De village en vallée, une randonnée en Cappadoce de cinq jours à la découverte de paysages uniques au monde, sculptés de cheminées de fées et de canyons, vestiges de volcans façonnés par les vents et l'eau puis par l'ingéniosité des hommes. Avanos, la "cité des potiers", les pigeonniers décorés, les superbes églises rupestres, les habitations troglodytiques, les cités souterraines et les citadelles imprenables... C'est ici le royaume des couleurs pastel, du blanc au brun en passant par tous les tons d'ocre et de vert, qui confère à ce voyage une dimension féerique.

Jour 1 VOL FRANCE - KAYSERI

Hébergement : hôtel. Repas libre.

Vol pour Kayseri. Accueil à l'aéroport. Transfert et installation à l'hôtel.

Jour 2 CAPPADOCE : JARDINS ET CHEMINÉES DE LA VALLÉE DE BALKAN - ORTAHISAR

Dénivelée positive : 65 m environ. Dénivelée négative : 140 m environ. 3 à 4 h environ de marche.

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

Arrivée au cœur de la Cappadoce et début de la marche au village d'Ibrahimpassa, puis dans la vallée de Balkan, dominée par de hautes falaises de roches tendres sculptées par le ruissellement et plantée de nombreux jardins de vignes et d'abricotiers. Nous rejoignons le village d'Ortahisar, accroché à son piton rocheux ; en fin d'après-midi, balade dans les ruelles autour de sa place animée. Nuit en pension.

Jour 3 SECRÈTES VALLÉES DE PANCARLIK ET UZENGI - VALLÉE DE GÖMEDE - BEAU VILLAGE GREC DE MUSTAFAPASA

Dénivelée positive : 340 m environ. Dénivelée négative : 230 m environ. 5 à 6 h environ de marche.

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

La Cappadoce, un univers fascinant né de l'éruption du volcan Erciyes Dagi et de l'érosion lente mais inexorable du vent et de la pluie. Une concentration prodigieuse de formations rocheuses taillées en colonnes, en pyramides ou en champignons, qui se sont enrichies au cours des siècles d'églises troglodytiques finement décorées. Départ par la vallée de Pancarlik, avant de rejoindre la vallée d'Uzengi ; les monastères et les habitations troglodytiques se succèdent, mais aussi les pigeonniers creusés dans le rocher. Il faut ensuite emprunter la belle vallée de Gömede pour rejoindre le village grec de Mustafapasa, célèbre pour ses maisons en pierre aux façades sculptées et pour sa tranquillité. Pause dans un petit café sur la place du village pour savourer un chay (thé) à l'ombre d'une terrasse, un incontournable de la culture turque. Retour à la pension par le beau village d'Urgup. Dîner et nuit en pension.

Jour 4 VALLÉE DE L'AMOUR ET ÉGLISES TROGLODYTES - VALLÉE DE MESKENDIR ET VIEUX VILLAGE DE ÇAVUSIN

Dénivelée positive : 265 m environ. Dénivelée négative : 660 m environ. 5 à 6 h environ de marche.

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

Ce matin, premiers pas dans une vallée encore secrète, la vallée de Zeminderesi (appelé aussi vallée de l'Amour). Nos pas nous mènent à la vallée de Gorkun, où un sentier de crête qui domine Göreme nous permet de rejoindre deux très belles églises troglodytes : El Nazar et Cache. Continuation dans la vallée de Meskendir, traversée de nombreux petits tunnels. Visite du vieux village de Çavusin en fin de journée : construit autour de deux massifs rocheux creusés d'anciennes maisons troglodytiques, c'était au Ve siècle un grand centre de pèlerinage dédié à saint Jean-Baptiste, comme en témoigne aujourd'hui la basilique qui lui est consacrée. Dîner et nuit en pension.

Jour 5 CHEMINÉES DE FÉE DE LA VALLÉE BLANCHE - FORTERESSE D'UÇHISAR - VALLÉE DES PIGEONNIERS - GÖREME - VALLÉE DES EPÉES

Dénivelée positive : 400 m environ. Dénivelée négative : 400 m environ. 5 à 6 h environ de marche.

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

Départ par Akvadi, la vallée Blanche, hérissée de cheminées de fée, où le tuf est d'un beau blanc, parfois rayé

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

de soufre. Les cultures se nichent sur de petites terrasses abritées au pied de la falaise. Ces hameaux de demoiselles coiffées, dont les anciennes portes et fenêtres sculptées dans le tuf s'ouvrent sur des pièces d'habitation aujourd'hui désertes qui servaient autrefois de remises ou d'écuries, créent une atmosphère étrange. Arrivée au village d'Uçhisar, regroupé autour de son promontoire rocheux appelé la Forteresse, et son habitat troglodytique de la période hittite. Montée et visite possible du château qui le domine, pour découvrir la vue panoramique sur la Cappadoce.

Après le déjeuner, départ pour une magnifique balade vers Güvercinlik, la vallée des Pigeonniers. Sur ses parois aux couleurs pastel courent des traînées lie-de-vin, jaune safran ou vert moussu. Traversée d'un petit village où la vie rurale traditionnelle se perpétue, des maisons troglodytiques y sont encore habitées. Par un canyon miniature, nous rejoignons une gorge dont les parois sont protégées par des piliers massifs creusés de pigeonniers. Arrivée à Göreme. En fin de journée, c'est par la vallée de Kiliclar, ou vallée des Epées, que l'on rejoint le beau village de Çavuin. Dîner et nuit en pension.

Jour 6 EMBLÉMATIQUES VALLÉES ROSE ET ROUGE - PANORAMA DEPUIS LE BOZDAG - CHEMINÉES DE PASABAG - AVANOS

Dénivelée positive : 500 m environ. Dénivelée négative : 500 m environ. 5 à 6 h environ de marche.

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

Ce matin, magnifique étape dans les célèbres vallées Rouge et Rose. Mythiques, elles forment le plus bel ensemble de vallons de la région, aux rouges éclairés de coulées blanches et ponctués de taches soufrées. Sur des centaines de mètres d'épaisseur, l'érosion a fouillé les replis de ces roches plus ou moins tendres et créé une succession de paysages irréels conjuguant perfection du détail et harmonie des couleurs, douceur des formes et gigantisme du relief, opposant luxuriance des jardinets verts aux superbes tons pastel de la roche. Repas de midi typique au c¹/₂ur de la vallée Rouge, dans un décor grandiose. Puis ascension du plateau du Bozdag pour une splendide vue panoramique sur toute la Cappadoce. Redescende par la vallée de Zelve jusqu'aux cheminées de fée de Pasabag. En fin de journée, court transfert possible à Avanos, la ville des potiers, qui utilisent la terre rouge du fleuve Kizilirmak pour leurs poteries, et visite d'un atelier. Dîner et nuit en pension.

Jour 7 DERINKUYU (UNESCO) - CANYON D'IHLARA : SELIME (MONASTÈRE) - KAYSERI

Dénivelée positive : 115 m environ. Dénivelée négative : 180 m environ. 3 h environ de marche.

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

Transfert vers la vallée d'Ihlara ; en route, visite de la ville souterraine de Derinkuyu. Arrivée au village de Selime, construit à l'entrée de la vallée d'Ihlara, visite de son monastère troglodytique ; datant du VI^e siècle, c'est un dédale de salles, de couloirs, d'escaliers et de chapelles creusés dans la montagne. Puis randonnée dans le fameux canyon d'Ihlara à la végétation verdoyante, le long de la rivière Melendiz, qui a entaillé l'immense plateau sur parfois 150 mètres de hauteur et sculpté ce canyon de 14 kilomètres de long. Chaque faille de la falaise abrite des vestiges d'habitations et d'églises richement décorées de fresques colorées, dont les plus récentes datent du Xe siècle (églises Ala et Bahattin Samanligi...). En suivant une série de jardinets, arrivée au village de Belisirma, puis transfert retour pour Kayseri. Dîner libre et nuit en hôtel.

Jour 8 KAYSERI - FRANCE

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

Transfert à l'aéroport et vol retour pour la France.

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

Ce circuit peut s'effectuer indifféremment dans un sens ou dans l'autre.

L'équipe

- Le guide
- Un guide-accompagnateur turc francophone.
- L'équipe locale
- Un chauffeur pour la conduite du bus.

Les déplacements

- Transferts terrestres : les véhicules sont privés et réservés pour le groupe. Minibus et/ou véhicules 4 x 4 en



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

fonction du terrain.

L'hébergement

- Hôtels confortables base chambre double, trois étoiles norme locale en ville (Kayseri).
- Pensions : petits hôtels très conviviaux, base chambre double.

Les repas

- Dans les villes et villages : petit déjeuner et repas du soir pris au restaurant (parfois chez l'habitant ou préparés par l'habitant dans les villages). Certains repas de midi sont également pris au restaurant (Ihlara, Cappadoce, transferts...). - Pendant les marches : un complément de vivres énergétiques est fourni, fruits secs type abricots, pistaches, biscuits, etc.

Boissons : thé, café, *raki* (eau-de-vie anisée), vin, bière et boisson à base de yaourt. L'eau minérale, le thé et le café sont fournis à tous les repas et à votre arrivée au camp. Pour votre consommation pendant la randonnée, prévoir d'acheter de l'eau minérale quand cela est possible, ou de prendre des pastilles type Micropur ou Hydroclonazone afin de purifier l'eau.

Gastronomie: nous nous attachons à vous faire découvrir une grande variété de plats composant la cuisine turque, qui est excellente.

- hors-d'œuvre variés (*meze*) : moules farcies, viande de b $\frac{1}{2}$ uf séchée et poivrée, yaourt au concombre relevé d'ail ;
- potages : bouillon d'agneau relevé de citron, potage aux lentilles rouges, soupe de poisson ;
- poissons : espadon, thon, maquereau, rouget ;
- viandes : boulettes et brochettes ;
- desserts variés et sucrés (les noms "lèvres de la bien-aimée" ou "nombril de dame" vous laissent imaginer leur douceur).

Le transport des bagages

Chaque participant se déplace avec un petit sac à dos pour la journée ou la demi-journée (gourde, appareil photo, pique-nique de midi, vêtement de protection...).

Le reste de l'équipement est transporté chaque jour par des animaux de bât ou des véhicules, selon les étapes.

Dates et prix

■ Promotion ■ Départs complet ■ Départ assuré					
Destination	Thème	Départ	Retour	Durée	Tarif
Turquie	Le Tour de Cappadoce	13/04/2025	20/04/2025	8 jours	1795.00 EUR
Turquie	Le Tour de Cappadoce	20/04/2025	27/04/2025	8 jours	1745.00 EUR
Turquie	Le Tour de Cappadoce	27/04/2025	04/05/2025	8 jours	1745.00 EUR
Turquie	Le Tour de Cappadoce	04/05/2025	11/05/2025	8 jours	1845.00 EUR
Turquie	Le Tour de Cappadoce	11/05/2025	18/05/2025	8 jours	1725.00 EUR
Turquie	Le Tour de Cappadoce	25/05/2025	01/06/2025	8 jours	1695.00 EUR
Turquie	Le Tour de Cappadoce	08/06/2025	15/06/2025	8 jours	1675.00 EUR
Turquie	Le Tour de Cappadoce	13/07/2025	20/07/2025	8 jours	1845.00 EUR
Turquie	Le Tour de Cappadoce	27/07/2025	03/08/2025	8 jours	1845.00 EUR
Turquie	Le Tour de Cappadoce	03/08/2025	10/08/2025	8 jours	1715.00 EUR
Turquie	Le Tour de Cappadoce	10/08/2025	17/08/2025	8 jours	1995.00 EUR
Turquie	Le Tour de Cappadoce	17/08/2025	24/08/2025	8 jours	1715.00 EUR
Turquie	Le Tour de Cappadoce	31/08/2025	07/09/2025	8 jours	1765.00 EUR
Turquie	Le Tour de Cappadoce	14/09/2025	21/09/2025	8 jours	1695.00 EUR
Turquie	Le Tour de Cappadoce	05/10/2025	12/10/2025	8 jours	1575.00 EUR
Turquie	Le Tour de Cappadoce	19/10/2025	26/10/2025	8 jours	1695.00 EUR

Turquie	Le Tour de Cappadoce	15/03/2026	22/03/2026	8 jours	1545.00 EUR
Turquie	Le Tour de Cappadoce	12/04/2026	19/04/2026	8 jours	1705.00 EUR
Turquie	Le Tour de Cappadoce	19/04/2026	26/04/2026	8 jours	1665.00 EUR
Turquie	Le Tour de Cappadoce	10/05/2026	17/05/2026	8 jours	1595.00 EUR
Turquie	Le Tour de Cappadoce	24/05/2026	31/05/2026	8 jours	1595.00 EUR
Turquie	Le Tour de Cappadoce	26/05/2026	02/06/2026	8 jours	1595.00 EUR
Turquie	Le Tour de Cappadoce	07/06/2026	14/06/2026	8 jours	1645.00 EUR
Turquie	Le Tour de Cappadoce	12/07/2026	19/07/2026	8 jours	1765.00 EUR
Turquie	Le Tour de Cappadoce	02/08/2026	09/08/2026	8 jours	1765.00 EUR
Turquie	Le Tour de Cappadoce	16/08/2026	23/08/2026	8 jours	1765.00 EUR
Turquie	Le Tour de Cappadoce	30/08/2026	06/09/2026	8 jours	1745.00 EUR
Turquie	Le Tour de Cappadoce	13/09/2026	20/09/2026	8 jours	1645.00 EUR
Turquie	Le Tour de Cappadoce	04/10/2026	11/10/2026	8 jours	1495.00 EUR
Turquie	Le Tour de Cappadoce	18/10/2026	25/10/2026	8 jours	1625.00 EUR

Info pays



Turquie

Du rêve à la réalité, la Turquie est un trait d'union entre l'Europe et l'Asie, la porte de l'Orient, un monde naturel incroyable de la mer turquoise aux grands espaces du plateau anatolien, de la foule bigarrée des bazars à la splendeur des paysages solitaires. Entre tradition et progrès, islam et laïcité, influence orientale et influence occidentale, un pays de tous les contrastes ! Tout au long de votre chemin, vous rencontrez des gens souriants, d'une gentillesse extraordinaire. Des eaux limpides de la Méditerranée au sommet du mythologique mont Ararat, en passant par le massif mythique de la Cappadoce, ou encore les monts réputés des Taurus, des Bolkars, des Kackars, laissez vous guider sur cette terre de légendes.

Formalités administratives

Turquie

Pour les ressortissants français, belges et Luxembourgeois :

x un passeport en cours de validité ou

x une carte d'identité avec 90 jours de validité au moins après le retour. Dans ce cas, à l'entrée dans le pays, la police de l'air turque remet un papier timbré qu'il faudra représenter au retour.

x Selon votre nationalité (les ressortissants français ne sont pas soumis à l'obtention du visa), vous devrez avoir un visa que vous pouvez demander soit via <https://www.evisa.gov.tr/fr> , le site officiel des services consulaires turcs, soit obtenir à l'arrivée en Turquie. Le prix varie varie suivant les nationalités de 20 à 50 euros.

Pour les autres nationalités :

se renseigner auprès des autorités consulaires de Turquie dans votre pays.

Vous voyagez avec des enfants

- Accompagné d'une personne titulaire de l'autorité parentale portant son nom, le mineur peut quitter le territoire national avec sa carte nationale d'identité d'une validité de 90 jours au moins après le retour.

- Accompagné d'une personne portant un autre nom que le sien, le mineur devra présenter en plus une attestation de sortie du territoire national, délivrée, à la demande du titulaire de l'autorité parentale, par le maire de la commune de résidence ; ou être titulaire d'un passeport individuel en cours de validité.

Cas particulier des voyages comprenant l'ascension du mont Ararat (références AT6JJ et AT6JH)
Permis d'ascension obligatoire pour le mont Ararat.

- Dès l'inscription (ou sans délai si vous êtes déjà inscrit et que vous ne l'avez pas encore fait), vous devez envoyer à l'agence la photocopie des quatre premières pages de votre passeport, comprenant votre identité complète, la date de validité, la date d'expiration, le numéro de passeport. Ceci nous permet d'obtenir, via notre partenaire turc, une autorisation d'ascension pour votre groupe.

- Il ne vous reste que les droits d'entrée au Mont Ararat à payer sur place (à titre indicatif 50\$ à ce jour) directement à notre partenaire qui lui a déjà fait l'avance des ses frais pour faciliter les démarches.

Conseil(s) santé

Turquie



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

- Aucun vaccin n'est obligatoire. Cependant, nous vous recommandons d'être à jour des vaccinations classiques : diphtérie, tétanos, poliomyélite, fièvre typhoïde.
- Pour vos enfants, vérifiez également qu'ils sont à jour par rapport au calendrier vaccinal en usage. La vaccination contre l'hépatite A est conseillée à partir de l'âge d'un an.

Dentiste et médecin

Nous vous recommandons d'effectuer une visite de contrôle avant votre départ.

NB : En cas de pathologie particulière (allergie, asthme...) et pour votre sécurité, merci d'avertir votre accompagnateur.



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

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

- Le vol Paris-Kayseri aller-retour, classe économique.
- Les taxes d'aéroport au départ d'Europe.
- Les transferts terrestres nécessaires au déroulement normal du voyage.
- La pension complète pendant le circuit, sauf les repas à Kayseri
- L'eau minérale et café/thé pour les repas de midi et du soir pris au restaurant.
- L'hébergement tel que décrit, base chambre double en hôtel, et dans les pensions.
- L'encadrement par un accompagnateur francophone turc
- Les entrées dans les sites en Cappadoce (vallée d'Ihlara): 10 eur

Le prix ne comprend pas

- L'assurance annulation/interruption de séjour/perte de bagages, l'assistance.
- Tout ce qui n'est pas compris sous la rubrique 'Le prix comprend'.

Autres dépenses sur place

- Les repas du midi et du soir à Kayseri : prévoir entre 8 et 15 eur /repas.
- Les entrées dans les sites, monuments et musées : 25 à 40 eur/personne suivant les visites.
- Les boissons et dépenses personnelles.
- Les pourboires. Ils font partie de la culture du pays. Il est de tradition de constituer une cagnotte remise à la fin du trek aux membres de l'équipe. Ce geste de remerciement, auquel chacun participe selon sa satisfaction, est toujours apprécié.

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.



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

- 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 Quiès, 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 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.



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

- > 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 légères, aérées, avec une bonne adhérence sur les différents terrains.
- 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.