



De l'Anatolie à la Méditerranée ^(AT6JE)

Turquie - Moyen Orient

14 jours (dont 12 jours : Randonnée)

Prix à partir de 1845.00 EUR p.p.

| | |
|-------------|---|
| Niveau |  |
| Type | Accompagné |
| Age minimum | 18 ans |
| Portage | Affaires pour la journée |
| Hébergement | Gîte Hôtel Pension Tente |
| Groupe | de 5 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

- Les randonnées dans les plus beaux sites de Cappadoce et des Taurus.
- La diversité des paysages : de la montagne à la mer en passant par les plateaux d'Anatolie.
- Les rencontres avec les Turcs sur leurs lieux de vie et leur accueil chaleureux.
- Le passage par Istanbul, magnifique cité aux nombreux monuments historiques.



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

Toute la richesse et la diversité des paysages, de la culture et de l'histoire turque accompagnent ce voyage. Au départ de l'Anatolie centrale, randonnées dans les cheminées de fée de Cappadoce, ...

La découverte des sites incontournables de Turquie : de l'Anatolie à la Méditerranée, toute la richesse et la diversité des paysages, de la culture et de l'histoire de ce merveilleux pays ! Des montagnes à la mer, le voyage commence en Cappadoce. Un immense plateau de tuf volcanique, érodé par la nature et creusé par l'homme, est devenu un décor fantastique de cônes, de pics, de canyons et de cheminées de fée, où les civilisations troglodytes ont percé la roche de refuges et d'habitations, de villes souterraines, d'églises richement décorées et de monastères. Ensuite, cap au sud pour randonner sur le relief des Taurus, massif montagneux composé de sommets arides, de lacs de montagne, de forêts de pins, de torrents, où nous découvrons la vie des nomades, les villages pittoresques au pied du massif, un monde minéral, préservé et sauvage. Enfin, croisière et marche sur la côte méditerranéenne où les sites chargés d'histoire, disséminés dans des forêts de pins parfumés ou en bord de mer, dominent les eaux limpides de la grande bleue scintillante. Pour finir, Istanbul, ville millénaire aux confluent de l'Europe et de l'Asie, merveilleuse cité cosmopolite débordante de vie, d'activités, de bruits, de parfums d'épices et d'histoire.

J 1/ France - Ankara

Vol vers Ankara, capitale de la Turquie. Transfert et installation à l'hôtel. Nuit à l'hôtel.

J 2/ Ankara - canyon d'Ihlara : de Belisirma à Ihlara

Transfert en minibus en direction de la vallée d'Ihlara. Pause pour prendre un thé sur les rives du Tuz Gölü ("lac salé" en turc), importante étendue saline d'une superficie de 1600 kilomètres carrés. En route, visite du caravansérail d'Azkarahan, du XIIIe siècle, escale pour les marchands qui parcouraient en chameau la route de la Soie. L'entrée possède une façade qui est un bel exemple de l'art seldjoukide. Arrivée dans le village de Belisirma, construit au début de la vallée d'Ihlara, longue de 14 kilomètres. Marche dans cette gorge merveilleuse aux parois verticales pouvant atteindre jusqu'à 150 mètres. Chaque anse de la falaise abrite des vestiges d'habitations et d'églises richement décorées de peintures murales colorées, construites jusqu'au Xe siècle (l'église Sous-l'Arbre, l'église aux Jacinthes...). Arrivée au village d'Ihlara, situé juste au milieu de la vallée d'Ihlara. Nuit en pension.

3 h de marche. 3 h 30 de trajet.

J 3/ Ihlara - Derinkuyu - vallée de Meskendir - vallées Rouge et Rose - Çavusin

Direction le cœur de la Cappadoce. En route, découverte possible de la ville souterraine de Derinkuyu (classée par l'Unesco), creusée sur 57 mètres de profondeur et autrefois utilisée par les populations pour se protéger des envahisseurs. La vallée préservée de Meskendir, avec ses nombreux tunnels et pigeonniers, est le point de départ de notre randonnée. Au détour d'une crête, une vue superbe s'ouvre sur les vallées Rouge et Rose, qui doivent leur nom aux belles couleurs du tuf volcanique, résultat du travail de millions d'années d'érosion sur une roche volcanique tendre. Pics, vallons, pénitents et cheminées de fées alternent harmonieusement, créant une succession de paysages irréels, opposant luxuriance des verts des jardins aux superbes tons pastel de la roche. L'ingéniosité de l'homme a ajouté dans ce paysage quasi lunaire des habitations troglodytiques et des églises décorées de fresques encore bien conservées. Nuit en pension.

4 à 5 h de marche. 2 h de transfert.

J 4/ Çavusin - vallée des Pigeonniers - Göreme - Uçhisar - vallée Blanche - cheminée de Pasabag Départ pour une magnifique balade vers Guvercinlik, la vallée des Pigeonniers. Sur ses parois aux couleurs pastel courent des traînées lie-de-vin, des jaunes safran ou des verts moussus. Traversée d'un petit village où la vie traditionnelle paysanne se perpétue ; des maisons troglodytiques sont encore habitées. On emprunte un canyon miniature pour rejoindre une gorge dont les falaises sont protégées par des piliers massifs creusés de pigeonniers. Arrivée à Göreme. Continuation vers le village d'Uçhisar, regroupé autour de son promontoire rocheux appelé la Forteresse, qui servait d'habitat troglodytique durant la période hittite. Montée et visite possible du château qui le domine, vue panoramique sur la Cappadoce. Après le déjeuner, départ par Akvadi, la vallée Blanche, hérissée de cheminées de fée, où le tuf est d'un beau blanc parfois rayé 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,

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

servant de remises ou d'écuries, prètent une vie étrange à ces lieux sereins. Arrivée à Çavuin en fin de journée, puis court transfert vers les cheminées de fées de Pasabag (les "vignes du Seigneur"), sans doute les plus typiques de toute la Cappadoce ; au coucher du soleil, le spectacle est magique. Nuit en pension.
4 à 5 h de marche.

J 5/ Mustafapasa - vallées de Gömede et de Pancarlik - Ortahisar

Court trajet pour rejoindre le village grec de Mustafapasa, célèbre pour ses maisons en pierres sculptées et son calme. Marche en direction du village d'Ortahisar, accroché à son piton rocheux, d'abord par la vallée de Gömede, puis par la vallée de Pancarlik, avant de rejoindre la vallée d'Üzengi. Les monastères et les habitations troglodytiques se succèdent, mais également les pigeonniers creusés directement dans la roche. Avant l'apparition des engrais chimiques, on avait recours aux engrais naturels, et pour les populations de Cappadoce, la fiente de pigeon était une vraie richesse qui s'exportait. Arrivée à Ortahisar, nuit et dîner en pension.
4 à 5 h de marche.

J 6/ Ortahisar - gorge de Cimbar - Sokullupinar

Après le spectacle des montgolfières semblant flotter au-dessus de cet océan d'aiguilles qu'est la Cappadoce, départ pour les Taurus, superbe chaîne de montagnes qui s'étend sur tout le sud de la Turquie, le long de la côte, jusqu'aux frontières de l'Asie. Nous arrivons finalement au village de Cukurbag. Départ à pied pour remonter la gorge de Cimbar. Superbes panoramas sur les Taurus et les Bolcars au sommet. Puis traversée du plateau d'Arpalik pour rejoindre le camp de Sokullupinar (2100 m), situé au pied d'un des principaux sommets des Taurus, le Demirkazik. Dîner et nuit au camp.
4 à 5 h de marche. M : 500 m. D : 300 m. 2 h 30 de transfert.

J 7/ Sokullupinar (2100 m) - vallée d'Emlî (1800 m)

Départ de la randonnée pour rejoindre le plateau d'Eznevî (2530 m), où quelques campements de bergers sont installés pendant l'été. Poursuite par un sentier en balcon qui longe le mont Karasay, passage au pied des demoiselles coiffées de Gelincik Kayalari, roches dressées telles des cheminées. La légende veut que, lors d'un mariage arrangé, Dieu ait transformé en pierres tous les invités de la noce, afin de sauver la mariée de ce mariage qu'elle refusait. Puis descente dans la vallée d'Emlî à travers une forêt de résineux couronnée par les cimes. Dîner et nuit au camp.
5 h de marche. M : 500 m. D : 700 m.

J 8/ Taurus : gorge de Kazikli - Konya

Après le petit-déjeuner, départ vers la belle vallée de Kazikali, nous quittons tout doucement l'univers minéral de ces montagnes sauvages. A la sortie de la gorge, non loin des villages, le minibus nous attend pour nous conduire à Konya, l'une des plus anciennes villes de Turquie. Capitale et grand centre culturel sous la dynastie des Seldjoukides, aux XI^e et XIII^e siècles, c'est ici que le mystique Mawlanâ Jalâl al-Dîn Rûmî créa l'ordre des derviches tourneurs, ces danseurs qui tournent sur eux-mêmes une main vers Dieu, l'autre vers la Terre. Visite du mausolée de Mawlanâ, monument le plus célèbre de la ville. Possibilité d'assister le soir à un spectacle de derviches tourneurs (en supplément). Nuit à l'hôtel à Konya.
3 h de marche. M : 200 m. D : 400 m. 4 h de transfert.

NB : en fonction de l'enneigement dans les Taurus, au printemps ou à l'automne, il est possible que les randonnées soient adaptées tout en conservant le même intérêt. De même, l'hébergement peut se faire chez l'habitant dans la vallée plutôt qu'en campement s'il venait à faire trop froid.

J 9/ Konya - Antalya - Camyuva - Phaselis (ville antique) - Ulupinar

Route vers la Lycie. La traversée des monts Taurus est remarquable ; petit à petit, on perçoit le changement de décor et de climat. Arrivée dans la région d'Antalya. La ville, sur les rives de la Méditerranée, est bâtie sur un plateau calcaire, les falaises plongent dans la baie vers le vieux port. La végétation alentour, les vergers verdoyants de la côte (agrumes, pêches, abricots, figues, olives, bananes) et le massif des Taurus qui encercle la baie sont magnifiques. Route pour Camyuva, point de départ d'une marche menant jusqu'à la cité lycienne de Phaselis, qui dans l'Antiquité faisait commerce des parfums (déjeuner sous forme de pique-nique). La ville fut fondée au VII^e siècle par des colons venus de Rhodes. Dominés par le mont Tahtali (le mont Olympe), les trois ports de Phaselis témoignent de son rôle de centre commercial historique. Découverte des ruines entourées d'une forêt de pins, on peut admirer l'aqueduc, le théâtre, les thermes. Baignade dans les eaux turquoises. Court transfert (15 mn) pour le village d'Ulupinar, installation pour deux nuits en pension au milieu des montagnes et des orangers.
3-4 h de marche. M = D : 100 m. 5 h de transfert.

NB : selon les disponibilités, nuits également possibles en pension sur la plage à Cirali, à seulement dix minutes.

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

J 10/ Ulupinar - plateau d'Ucoluk (1550 m) - mont Olympe (2350 m)

Petit transfert en direction du plateau d'Ucoluk, les "trois fontaines" en turc ; c'est traditionnellement le lieu de villégiature estivale des bergers de la région. Début de la marche dans une très belle forêt de cèdres avec, en toile de fond, le mont Olympe (2366 m). Après avoir sillonné les flancs du mont Olympe, descente vers le village de Beycik (800 m) avec une splendide vue sur les baies d'Olympos et de Maden qui s'étirent le long d'une mer turquoise. Nuit en pension à Ulupinar.
5 h de marche. M : 100 m. D : 750 m.

J 11/ Cirali - baie de Maden - grottes marine de Ceneviz et Sazak - Olympos - flammes de chimères

Départ de la pension à pied, nous longeons la Méditerranée jusqu'à la plage de Maden ; baignade possible dans les eaux turquoise de chaque crique, tout en profitant d'un panorama sans pareil sur les cimes environnantes. Embarquement en bateau et repas à bord. Il navigue le long des côtes, et vous jouissez d'une autre perspective sur ces lieux magiques. Baignade et découverte des grottes marines de Ceneviz et Sazak, de superbes cavités naturelles taillées dans l'immense falaise. Retour à Cirali et visite possible de l'antique Olympos, autrefois importante cité marchande lycienne. Découverte également possible en fin de journée des flammes de chimères. La mythologie raconte que le monstre cracheur de feu, tué par Bellérophon, a été enseveli sous terre, expliquant ainsi les dizaines de flammes qui jaillissent d'entre les rochers. En réalité, l'émanation d'éthane et de méthane explique la présence, depuis plus de 2000 ans, de ces flammes qui font l'intérêt de ce lieu insolite. Nuit et dîner en pension à Cirali ou Ulupinar.
3-4 h de marche. M = D : 500 m.

J 12/ Cirali - vieille ville d'Antalya - Istanbul

Matinée de détente, temps libre à la plage... Après avoir bouclé les sacs, départ pour Antalya. Visite de Kaleici, la vieille ville d'Antalya en fin de journée : ses vieux quartiers, ses ruelles étroites constituant le bazar, ses nombreuses maisons ottomanes et son charmant port de plaisance. Temps libre, puis envol pour Istanbul en soirée, installation à l'hôtel dans un quartier avec accès facile aux monuments les plus célèbres. Marches ponctuelles lors des visites.
2 h 30 de transfert.

NB : attention, 15 kilos au maximum en soute admis sur les vols intérieurs.

J 13/ Istanbul

Vous avez toute la journée pour profiter de cette ville si particulière et aux charmes multiples, successivement capitale de trois empires, romain, byzantin et ottoman : croisière sur le Bosphore, hammam, visite de la Mosquée bleue, Sainte-Sophie, le palais de Topkapi, la citerne-basilique, la tour de Galata... Surtout ne pas manquer le Grand Bazar et le marché égyptien, pour le plaisir des yeux, pour les senteurs d'épices, pour la rencontre avec les petits artisans, les tailleurs d'or, le vendeurs d'eau, etc. Repas libres. Nuit à l'hôtel à Istanbul.

J 14/ Istanbul - Paris

Transfert à l'aéroport et vol de retour vers la France.

NB :

- Possibilité de prolonger votre séjour à Istanbul : consulter la rubrique Services plus "Prolongez votre voyage".
- Les temps de marche sont donnés à titre indicatif. M : dénivelée ascendante. D : dénivelée descendante.
- Les étapes dans les Taurus peuvent s'effectuer dans un autre ordre que celui indiqué, pour des raisons de logistique.
- Bien que de nombreuses pauses pour la baignade soient prévues, les étapes sur la côte lycienne peuvent être adaptées pour tenir compte de la chaleur durant les mois de juin à septembre.

L'équipe

- Le guide
- Un guide-accompagnateur turc francophone.
- L'équipe locale terrestre
- Un chauffeur pour la conduite du bus.
- Dans les Taurus, utilisation de camps fixes avec équipe complète de cuisiniers. Bagages transférés en véhicule et/ou mules (pour les étapes avec les mules, présence de muletiers).

**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

- L'équipe locale maritime

- Le long de la côte lycienne, pour les voyages avec navigation sur un bateau : capitaine, aides pour la navigation et cuisinier.

Les déplacements

- Transferts terrestres : les véhicules sont privatifs et réservés pour le groupe. Minibus et/ou véhicules 4 x 4 en fonction du terrain.
- Transferts maritimes : sur la côte lycienne, caïque, goélette turque spécialement adaptée pour le cabotage le long de côte.
- Vols intérieurs avec une compagnie régulière Turque (Turkish Airlines, Pegasus...).

L'hébergement

- Hôtels confortables base chambre double, deux à trois étoiles, norme locale dans les villes (Istanbul, Ankara, Antalya).
- Pensions : petits hôtels très conviviaux, base chambre double.
- Campings aménagés ou campement de montagne sous la tente (tentes dômes 2 places avec absides, deux personnes par tente), tente-mess pour les repas et les soirées.

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 : petit déjeuner et repas du soir préparés au camp par un cuisinier et ses aides. Repas de midi froid sous forme de pique-nique. 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 bœuf 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 | De l'Anatolie à la Méditerranée | 19/04/2025 | 01/05/2025 | 13 jours | 2525.00 EUR |
| Turquie | De l'Anatolie à la Méditerranée | 03/05/2025 | 15/05/2025 | 13 jours | 2525.00 EUR |
| Turquie | De l'Anatolie à la Méditerranée | 17/05/2025 | 29/05/2025 | 13 jours | 2545.00 EUR |
| Turquie | De l'Anatolie à la Méditerranée | 07/06/2025 | 19/06/2025 | 13 jours | 2575.00 EUR |
| Turquie | De l'Anatolie à la Méditerranée | 12/07/2025 | 24/07/2025 | 13 jours | 2695.00 EUR |
| Turquie | De l'Anatolie à la Méditerranée | 03/08/2025 | 15/08/2025 | 13 jours | 2775.00 EUR |
| Turquie | De l'Anatolie à la Méditerranée | 16/08/2025 | 28/08/2025 | 13 jours | 2775.00 EUR |
| Turquie | De l'Anatolie à la Méditerranée | 06/09/2025 | 18/09/2025 | 13 jours | 2645.00 EUR |
| Turquie | De l'Anatolie à la Méditerranée | 27/09/2025 | 09/10/2025 | 13 jours | 2495.00 EUR |
| Turquie | De l'Anatolie à la Méditerranée | 18/10/2025 | 30/10/2025 | 13 jours | 2445.00 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

- Les vols Paris-Ankara et Istanbul-Paris, en classe économique.
- Le vol intérieur Antalya-Istanbul
- 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 Ankara, Antalya et Istanbul.
- L'hébergement tel que décrit (base chambre double en hôtel et pension, occupation double sous tente).
- L'eau minérale et café/thé pour les repas de midi et du soir pris au restaurant.
- Le matériel de cuisine et de camping collectif et individuel.
- L'encadrement par un guide-accompagnateur turc francophone.
- L'assistance d'une équipe locale (chauffeurs, cuisiniers...).
- Une trousse de secours collective.
- Les entrées dans les sites en Cappadoce

Le prix ne comprend pas

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

Autres dépenses sur place

- Les repas de midi et du soir à Ankara, Antalya et Istanbul : entre 6 et 10 €/repas.
- Les entrées dans les sites, monuments et musées non prévus : 10 à 30 €/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 en marchant une fois par semaine (12 à 15 km).

Votre pharmacie individuelle



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

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.

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.



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

- 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
- 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
- Des chaussures légères, aérées, avec une bonne adhérence sur les différents terrains.
- Un duvet type sarcophage avec température de confort comprises de - 5° à + 5 ° suivant la saison

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.