



Ascension du Mont Ararat (5165m) (AT6JH)

Turquie - Moyen Orient

8 jours (dont 6 jours : Trekking)

Prix à partir de 1995.00 EUR p.p.

Niveau	
Type	Accompagné
Age minimum	18 ans
Portage	Affaires pour la journée
Hébergement	Hôtel 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

- L'ascension du point culminant de Turquie.
- La visite du palais d'Ishak Pasa.
- Une organisation parfaitement rodée.



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

Un sommet mythique au carrefour des civilisations, haut lieu historique, entre les routes d'Orient et d'Europe. Coiffée de neiges éternelles, la cime du mont Argée, ancien volcan en sommeil, se dresse, spectaculaire,...

Un sommet mythique au carrefour des civilisations, haut lieu historique, entre les routes d'Orient et d'Europe. Coiffée de neiges éternelles, la cime du mont Argée, ancien volcan en sommeil, se dresse, spectaculaire, au-dessus des vastes plaines et domine le palais de conte de fées d'Ishak Pasa. Dans la Bible, le livre de la Genèse identifie cette montagne comme l'endroit où l'arche de Noé atteint la terre ferme après le Déluge. Un cône plus petit (3 896 m) s'élève au sud-est du pic principal, auquel il est relié par un plateau de lave. Ce dernier s'étend entre deux cimes. Le mont Ararat est un stratovolcan, formé de coulées de lave et d'éjections pyroclastiques. La découverte d'Ishak Pasa précède l'ascension du sommet. Ce château turc datant du XVII^e siècle témoigne, par son architecture, des influences arménienne, perse, géorgienne et ottomane. Cet ancien caravansérail, destiné aux marchands de passage, était alors situé sur la route de la Soie. Puis commence la montée vers le mont Ararat. Deux camps d'altitude se succèdent, et nous arrivons enfin, à 5 165 mètres d'altitude, au sommet de ce voyage.

Jour 1 FRANCE - VAN

Hébergement : hôtel. Repas libre.

Accueil à l'aéroport et transfert en ville. Installation à l'hôtel et fin de journée libre (en fonction de votre heure d'arrivée) pour découvrir la ville de Van située au bord d'un immense lac avec l'Ararat en toile de fond. Nuit à l'hôtel.

Jour 2 VAN - DOGUBEYAZIT - CAMP I

Dénivelée positive : 1000 m . 4 h de marche.

Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin, midi. Repas libre : soir. Transfert : 2h30 de transfert environ.

Route en direction du mont Ararat tout en profitant de la très belle vue sur la steppe, avant d'atteindre le gros bourg de Dogubeyazit, au pied du majestueux mont Ararat. C'est le début de la marche vers le camp de base, situé à 3 200 mètres d'altitude. Les bagages sont chargés sur les chevaux et les mules. Au cœ̄ur de la steppe, un large panorama embrasse le petit Ararat (3900 m) et les territoires iraniens. Nous retrouvons l'équipe logistique à l'arrivée au camp de base Yesil. Dîner et nuit au camp.

NB : la visite du palais d'Ishak Pasa, de l'église d'Akdamar et de la forteresse de Van peuvent se faire indifféremment avant ou après l'ascension.

Jour 3 CAMP I - CAMP II - CAMP I

Dénivelée positive : 1000 m. Dénivelée négative : 1000 m. 4 à 5 h de marche.

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

Le deuxième jour sur le mont Ararat est entièrement consacré à l'acclimatation et à la préparation physique et psychologique. En début de matinée, nous montons vers le camp d'altitude, à 4 200 mètres. Retour vers le camp I et temps libre. Dîner et nuit au camp.

NB : bien qu'on ne prenne pied sur le glacier que vers 5 000 mètres, qu'il n'y ait pas de présence de crevasse, que la pente reste faible tout le long et que l'encordement soit inutile, nous préconisons d'avoir des crampons pour une meilleure adhérence sur les parties neigeuses présentes à l'approche du sommet.

Jour 4 CAMP I - CAMP II (YASSER CAMP 4200 M)

Dénivelée positive : 1000 m. 4 à 5 h de marche.

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

Comme la veille, nous empruntons le chemin qui conduit au camp II, après un rappel par le guide sur l'utilisation des piolets et crampons et sur les gestes d'alpinisme de base. Nous progressons d'abord dans une zone rocailleuse dans des paysages arides, presque lunaires. Plus nous approchons du camp II, plus nous sommes susceptibles de rencontrer des glaciers et plus le panorama sur les grandes plaines, les villages et les terres agricoles en contrebas est imposant. Arrivée au camp Yasser. Dîner et nuit au camp.

Jour 5 A L'ASSAUT DU MYTHIQUE MONT ARARAT (5165 M)

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

Dénivelée positive : 965 m. Dénivelée négative : 965 m. 7 h environ de marche.

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

C'est le grand jour ! Départ très matinal pour l'ascension du mont Ararat (5165 m), point haut et panorama spectaculaire sur les montagnes du Caucase, la chaîne du Kaçkar. Le froid et le vent d'altitude ont écourté la nuit, et nous partons à la frontale vers 4 heures, à pas prudents et tranquilles le long de la pente et dans les éboulis glissants où serpente un sentier rocailleux. Le balisage le long de la pente indique les altitudes. Vers 9 heures, nous arrivons à la cote 5000, limite inférieure du glacier. Les crampons sont souvent nécessaires pour mettre les pieds sur le large plateau glaciaire facile d'environ mille mètres de long, où la pente est faible. Au bout d'environ un kilomètre, dernier passage raide jusqu'au dôme sommital, à l'est. Arrivée vers 10 heures.

Pour l'ascension finale, nous avons parfois besoin d'utiliser le matériel technique fournis (crampons, piolet), ainsi que pour quelques passages de névés plus bas. Le sommet de l'Ararat, volcan de type strombolien dont la dernière éruption remonte à 1840, est isolé au-dessus d'une steppe aride et domine les frontières avec l'Iran et l'Arménie, position stratégique turque et magnifique panorama pour les trekkers. Retour au camp de base II après cette journée inoubliable.

Jour 6 CAMP II - CAMP I - DOGUBEYAZIT - PALAIS D'ISHAK PASA

Dénivelée positive : 700 m .

3 h environ de marche - 1 à 2 h de visite.

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

Un dernier regard sur l'Ararat et descente en direction du camp I, puis du village de Cevirme (2200 m).

L'après-midi, visite du palais d'Ishak Pasa, un ancien caravansérail devenu un véritable joyau. A la fin du XVIIe siècle, le gouverneur kurde de la région fit construire sur les hauteurs une résidence d'été, qui ne fut achevée qu'au siècle suivant par son fils, Ishak Pasa. L'architecte a réussi à réunir en un ensemble harmonieux des formes architecturales d'origines perse, arménienne, géorgienne, seldjoukide et ottomane. Le résultat est tout simplement merveilleux. La mosquée du XVIe siècle est très richement décorée dans le style perse.

Jour 7 DOGUBEYAZIT - ÉGLISE ARMÉNIENNE D'AKDAMAR - VAN

2 h de visite.

Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir. Transfert : 2h30 de transfert environ.

Retour à Van, non sans faire un arrêt pour visiter l'église d'Akdamar, surplombant les eaux du lac de Van depuis l'île sur laquelle elle est perchée. L'église Sainte-Croix d'Akdamar est une ancienne église arménienne transformée en musée. Elle appartenait autrefois à un monastère dont les principaux bâtiments, commandés par le roi Gagik Ier, ont été érigés entre 915 et 921. Retour à Van et installation à l'hôtel et fin de journée libre.

Jour 8 VAN - FRANCE

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

Temps libre, transfert à l'aéroport et vol pour la France.

NB : possibilité de prolonger votre séjour à Istanbul. Consulter notre rubrique "Services plus. Prolongez votre voyage".

- Les temps de marche sont donnés à titre indicatif.

- Ce circuit peut s'effectuer indifféremment dans un sens ou dans l'autre (arrivée à Erzurum, Van ou Iğdir et départ de Kars).

Formalités spécifiques à ce voyage

Important

L'ascension du mont Ararat nécessite un visa spécial. Nous devons envoyer la liste des participants avec la photocopie des 4 premières pages de votre passeport. Merci donc de nous donner ces informations dès votre inscription et au moins 45 jours avant le départ.

Le détail de ces fastidieuses formalités vous sera expliqué dans un courrier, que vous recevrez lors de la confirmation de votre inscription.

La procédure

- Dès l'inscription (ou sans délai si vous êtes déjà inscrit et que vous ne l'avez pas encore fait), vous devez faire parvenir à l'agence de Chapareillan la photocopie des 4 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,



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

via notre partenaire turc, une autorisation d'ascension pour votre groupe.

- Nous envoyons la liste des participants et les informations ci-dessus les concernant à notre agence locale, qui les fait parvenir aux autorités militaires locales afin de valider votre autorisation. Le gouvernement turc informe l'ambassade en France, qui autorise le consulat à délivrer le visa. Cette procédure obligatoire nécessite environ 45 jours.
- A quelques jours du départ, vous devez ensuite vous rendre personnellement auprès d'un consulats turcs

Chaque participant, selon son lieu de résidence, doit se déplacer au consulat le plus proche avec les documents suivants :

- un passeport et une copie de ce dernier,
- une carte nationale d'identité,
- une facture EDF ou France Télécom,
- une photo d'identité.

Noter qu'un formulaire est à remplir sur place.

L'équipe

- Le guide

- Un guide-accompagnateur turc francophone.

- L'équipe locale terrestre

- Un chauffeur pour la conduite du bus.
- Sur le mont Ararat, 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).

Les déplacements

- Transferts terrestres : les véhicules sont privés et réservés pour le groupe. Minibus et/ou véhicules 4 x 4 en fonction du terrain.
- Vols intérieurs avec une compagnie régulière turque (Turkish Airlines, Pegasus...).

L'hébergement

- Dans les villes (Istanbul, Erzurum), hôtels confortables base chambre double, deux à trois étoiles, norme locale.
- Pensions : petits hôtels très conviviaux, base chambre double.
- Campings aménagés ou campement de montagne sous la tente (tentes dômes deux 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).

- 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



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

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.



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
Turquie	Ascension du Mont Ararat (5165m)	07/06/2025	14/06/2025	8 jours	2195.00 EUR
Turquie	Ascension du Mont Ararat (5165m)	12/07/2025	19/07/2025	8 jours	2445.00 EUR
Turquie	Ascension du Mont Ararat (5165m)	19/07/2025	26/07/2025	8 jours	2395.00 EUR
Turquie	Ascension du Mont Ararat (5165m)	02/08/2025	09/08/2025	8 jours	2495.00 EUR
Turquie	Ascension du Mont Ararat (5165m)	16/08/2025	23/08/2025	8 jours	2495.00 EUR
Turquie	Ascension du Mont Ararat (5165m)	30/08/2025	06/09/2025	8 jours	2345.00 EUR
Turquie	Ascension du Mont Ararat (5165m)	20/09/2025	27/09/2025	8 jours	2295.00 EUR
Turquie	Ascension du Mont Ararat (5165m)	13/06/2026	20/06/2026	8 jours	2065.00 EUR
Turquie	Ascension du Mont Ararat (5165m)	18/07/2026	25/07/2026	8 jours	2315.00 EUR
Turquie	Ascension du Mont Ararat (5165m)	01/08/2026	08/08/2026	8 jours	2345.00 EUR
Turquie	Ascension du Mont Ararat (5165m)	29/08/2026	05/09/2026	8 jours	2215.00 EUR
Turquie	Ascension du Mont Ararat (5165m)	19/09/2026	26/09/2026	8 jours	1995.00 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-Istanbul, aller-retour, classe économique.
- Les vols intérieurs Istanbul-Erzurum, aller-retour.
- Les taxes d'aéroport au départ d'Europe.
- Les transferts terrestres nécessaires au déroulement normal du voyage.
- La pension complète pendant la durée du circuit (sauf les repas de midi et du soir à Istanbul et Erzurum).
- 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, occupation double sous tente).
- Le matériel de camping collectif et individuel.
- L'encadrement par un guide-accompagnateur francophone turc
- L'assistance de l'équipe locale (chauffeurs, muletiers et cuisiniers).
- Le prêt de crampons et piolet si nécessaire.

Le prix ne comprend pas

- L'assurance annulation/interruption de séjour/perte de bagages, l'assistance.
- Le visa obligatoire pour l'ascension du mont Ararat.
- Tout ce qui n'est pas indiqué sous la rubrique 'Le prix comprend'.

Autres dépenses sur place

- Les déjeuners et dîners à Istanbul et Erzurum : de 6 à 10 eur le repas.
- Les boissons et dépenses personnelles.
- Les entrées dans les sites, les monuments et musées : de 20 à 35 eur par personne suivant les visites.
- La taxe de 50 USD à la descente du mont Ararat.
- 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. Montant indicatif : environ 40 eur pour le voyage.

Vous préparer à partir

Préparation physique

Pour profiter pleinement de votre voyage, n'oubliez pas d'entretenir votre forme plusieurs fois par semaine en marchant (20 km environ) sur un parcours avec dénivelée (350 m/h) ou en pratiquant une activité sportive assidue développant l'endurance.

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.
 - 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

> 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).



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

- 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
- 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 chaussures cramponnables conçues pour la pratique de l'alpinisme, de la rando glaciaire ou de la raquette
- Un duvet type sarcophage avec température de confort comprises de - 15° 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.