

Toscane nature et charmes du Chianti

6 jours / 5 nuits - Niveau Facile



VOTRE VOYAGE EN LIBERTÉ

La Toscane et plus précisément le Chianti sont riches d'un patrimoine naturel, architectural et historique incomparable. Dans cette région, se succèdent belles demeures toscanes, domaines viticoles de renom, collines parsemées de forêts, de cultures de vignes et d'oliveraies, et anciennes cités médiévales réputées.

Durant ce séjour nature, vous découvrirez une partie attachante de la Toscane et serez charmé par les découvertes de San Gimignano, Radda in Chianti, Colle di Val d'Elsa ou encore Sienne. Vous apprendrez davantage sur l'histoire de cette région, au cœur de nombreux conflits entre les cité-états de Florence, Lucques, Pise ou encore Sienne.

Basé pendant 5 nuits dans un agriturismo de charme aux portes de Sienne, engagé dans une réelle démarche de protection de l'environnement, vous bénéficiez d'un camp de base idéal pour déguster les spécialités toscanes, pratiquer des activités sportives en douceur et apprécier les doux matins et couchers de soleil au cœur d'une campagne paisible. Ce séjour vous emmène à la découverte d'une Toscane préservée des flux touristiques et qui trouve sa place dans une réelle démarche environnementale.

Vous apprécierez

- Un hébergement en pleine nature, aux portes de Sienne
- Des randonnées douces et une journée vélo pour découvrir la région
- Le patrimoine exceptionnel toscan inscrit à l'Unesco
- Traces GPS disponibles

Programme

Ce voyage est un voyage découverte au cœur du Chianti, basé aux portes de Sienne. Pour la réalisation du programme, une voiture de location est incluse à votre voyage. Nous consulter à l'inscription si vous souhaitez utiliser votre propre véhicule.

JOUR 1 : CASTELNUOVO BERARDENGA

Arrivée à l'aéroport de Pise ou Florence, remise de votre véhicule de location et route pour votre hébergement (de 1 h à 1 h 30 selon l'aéroport d'arrivée). Accueil et installation pour 5 nuits à votre agriturismo, au cœur de la région du Chianti, aux portes de Sienne. Si vous arrivez suffisamment tôt, vous pourrez profiter d'une première découverte des alentours, de la cave à vin biologique, et éventuellement goûter à la production locale.

Hébergement / repas : Demi-pension en agriturismo

JOUR 2 : RADDA IN CHIANTI - VOLPAIA

Route pour Radda in Chianti (40 min), et découverte de cette petite ville médiévale entourée d'une grande muraille de défense

construite à l'époque où un château avait été édifié pour contrôler la production de vin de la région. Puis, route pour Volpaia et petite randonnée au cœur du Chianti.

Sur le retour, possibilité de découvrir le « Parco Sculture del Chianti » et Pievasciata. Situé dans une forêt de chênes, ce parc est une exposition permanente d'œuvres d'art contemporaines disséminées en plein cœur de la nature.

Distance parcourue : 6.5 km - Heure d'activité : de 2 à 4 h - Dénivelé positif : 230 m - Dénivelé négatif : 230 m

Hébergement / repas : Demi-pension en agritourisme

JOUR 3 : COLLE DI VAL D'ELSA - SAN GIMIGNANO

Aujourd'hui, vous découvrez la jolie ville de Colle di Val d'Elsa avec ses fortifications datant du XII^{ème} et XIII^{ème} siècles. Visite libre et déambulation au cœur de la vieille ville (ville haute) et courte randonnée en bord de rivière Elsa.

Puis, vous poursuivez pour San Gimignano, l'une des plus belles villes de la Toscane. Cette ancienne cité médiévale est construite sur un éperon rocheux et son centre historique est inscrit au patrimoine mondial de l'Unesco. Au moyen-âge, la ville était un important point de relais pour les pèlerins de la Via Francigena. Vous pourrez, si vous le souhaitez, effectuer une randonnée en boucle plus longue autour de la ville et au cœur de la campagne toscane.

Distance parcourue : 3.5 à 13.5 km - Heure d'activité : de 1.5 à 4.5 h - Dénivelé positif : de 50 à 380 m - Dénivelé négatif : de 50 à 380 m

Hébergement / repas : Demi-pension en agritourisme

JOUR 4 : SIENNE - MONTERIGGIONI

Journée dédiée à l'une des plus célèbres villes d'Italie, ville d'art somptueuse composée de ruelles étroites, de ses contrades, d'anciennes tours, de palais et de boutiques artisanales. Sienna est une étape touristique incontournable pour tous les amoureux d'art, d'histoire, d'architecture et de gastronomie. A l'aller ou au retour, visite conseillée de la très jolie petite cité médiévale de Monteriggioni.

Hébergement / repas : Demi-pension en agritourisme

JOUR 5 : BOUCLE A VÉLO AU COEUR DU CHIANTI OU COURS DE CUISINE

Itinéraire à vélo à la découverte du Chianti, de ses vallons, ses vignobles et ses petites cités médiévales. Plusieurs itinéraires vous permettront de parfaire votre découverte du Chianti ou d'envisager une sortie dans les Crete Senesi.

Si vous êtes plutôt adeptes de gastronomie, vous pouvez également opter pour un cours de cuisine au restaurant de votre hébergement (activité en option, information et réservation directement auprès de votre hébergeur).

Distance parcourue : 20 à 40 km - Heure d'activité : de 1.5 à 4 h - Dénivelé positif : de 330 à 570 m - Dénivelé négatif : de 330 à 570 m

Hébergement / repas : Demi-pension en agritourisme (menu toscan)

JOUR 6 : CASTELNUOVO BERARDENGA - PISE OU FLORENCE

Route retour pour l'aéroport de Pise ou Florence, restitution du véhicule de location et fin de votre voyage. Selon votre horaire de vol retour, vous pourrez profiter de temps libre pour visiter le centre ville d'une des deux cités.

Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction ; des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement.

Départs

du 1er mars au 31 octobre

Niveau

De 2 à 5 h d'activités sportives ou de visites et découvertes.

Randonnées sur sentiers ou pistes blanches faciles. Les dénivellations restent modérées à la journée (de 50 à 400 m de dénivelés positifs).

Itinéraire à vélo sur pistes blanches caractéristiques de la Toscane, et sur petites routes goudronnées. La région est vallonnée, quelques côtes à prévoir. Pour davantage de confort, nous vous mettons à disposition des vélos électriques pour votre journée découverte à vélo.

Hébergement - repas

Hébergement :

Vous serez hébergés pendant 5 nuits dans un agritourisme familial confortable, au cœur d'un domaine viticole du territoire du Chianti. Situé à quelques kilomètres de Sienna, il s'agit d'une propriété familiale possédant un parc de 22 hectares dont 7 sont consacrés à la viticulture et aux oliveraies.

Hébergement au caractère toscan, confortable, entièrement équipé et possédant une piscine extérieure, il s'inscrit entièrement dans une démarche de respect de l'environnement et de protection de la nature. L'ensemble de l'énergie électrique est ainsi produite par un système photovoltaïque.

L'agritourisme bénéficie aussi du label « Terre di Siena - Carbon free », projet local visant à développer les initiatives en matière de protection de l'environnement, de production d'énergie propre et de limitation d'émission de CO².

Selon le nombre, vous serez logés en chambre de 2 à 4 personnes, avec salle de bain privative. Toutes les chambres sont équipées de ventilateurs de plafond. Chambre individuelle sur demande à l'inscription (sous réserve de places disponibles).

Quelle que soit la saison, vous apprécierez le calme du lieu et la vue sur la ville de Sienne au lever ou au coucher du soleil, et profiterez de l'accueil familial, chaleureux et de la disponibilité de vos hôtes.

Repas :

L'identité toscane se retrouve également dans l'assiette. Le restaurant de votre agriturismo vous propose une cuisine typique de la région : l'authenticité toscane avec un brin de créativité. Tous les produits sont issus de l'agriculture biologique, directement produits dans le jardin de l'agritourisme ou provenant des producteurs locaux. A chaque saison ses légumes, ses fruits et ses plats.

Les petits-déjeuners sont servis dans la salle du restaurant de votre hébergement avec de nombreux gâteaux fait-maison. Les 5 dîners sont prévus au restaurant de l'agritourisme dont le dernier est un « menu dégustation toscan » (une entrée, deux premiers plats, un plat principal et un dessert, accompagnés d'un verre de vin différent).

Production de vin et d'huile d'olive :

Votre lieu d'accueil est inscrit dans une réelle démarche de protection de l'environnement. Cette volonté se retrouve aussi bien dans la production d'énergie, dans les assiettes du restaurant que dans la production de vin et d'huile d'olive. L'ensemble de la production (potager, vignoble, oliveraie, etc.) du domaine est biologique, et vos hôtes cultivent la terre en totale synergie, évitant ainsi l'utilisation de traitement et de machines.

Assistance locale

Pas d'assistance locale pour ce circuit.

Extension de séjour

Vous pouvez prolonger votre voyage du côté de la Toscane du sud, le Val d'Orcia, réputé pour ses paysages de carte postale ou du côté de Florence, ancienne cité-état où art et histoires se mêlent à la perfection. Vous pouvez également compléter votre découverte de la région par notre séjour sur l'île d'Elbe, île nature de l'archipel toscan.

Documentation fournie

- carte routière de la Toscane (1:200 000)
- extraits de cartes avec le tracé des randonnées
- 1 topo-guide (descriptif des randonnées)

Balisage

Aucun balisage spécifique n'a été effectué pour cette randonnée. Nous vous fournissons des extraits de cartes et un descriptif détaillé des itinéraires. Il est recommandé de bien savoir utiliser une carte et une boussole.

Pour la sortie vélo, des GPS avec le tracé de votre itinéraire sont mis à votre disposition.

Pour ce séjour, nous fournissons gratuitement les traces GPS pour les randonnées pédestres (format gpx compatibles toutes marques) dont les relevés ont été effectués sur le terrain. Après avoir soldé votre voyage vous pourrez, depuis notre site Internet www.chamina-voyages.com, télécharger facilement ces traces sur votre GPS.

Le prix comprend

- L'hébergement en agriturismo
- La demi-pension du dîner du J1 au petit-déjeuner du J6 (dont 1 menu dégustation Toscan *)
- L'accès à la piscine de l'hébergement
- La visite du vignoble, de la cave et une dégustation de vin et huile d'olive
- Une journée de location de vélo à assistance électrique, GPS fournis
- La location d'un véhicule pour la durée du séjour (voir rubrique Liens Utiles)
- Le Carnet de route, 1 exemplaire par dossier d'inscription

* Menu dégustation toscan : 1 entrée, 2 premiers plats, 1 plat principal et 1 dessert. Les 4 plats sont servis avec un verre de vin différent.

Le prix ne comprend pas

- Les déjeuners
- Les boissons et dépenses personnelles
- Les visites de sites touristiques
- Les activités annexes (exemple : cours de cuisine à l'agritourisme)
- Les frais inhérents à la location du véhicule (carburant, péages, etc.)

- Les taxes de séjour (*)
- L'assurance
- Les frais d'inscription

(*) Taxes hôtelières de séjour : 1 à 3,50 euros / pers / nuit (prix indicatifs sous réserve d'augmentation du gouvernement italien)

Accès

La plupart de nos séjours sont spécialement conçus de gare à gare, une incitation à utiliser le moyen de transport le moins polluant. Pour les destinations joignables par voie aérienne, nous incluons le coût de l'absorption carbone induite par les vols que nous vous réservons.

Si vous réservez vos trajets (avion, train ou voiture) de votre côté, notre label Agir pour un Tourisme Responsable est partenaire de la fondation Goodplanet qui peut vous permettre de compenser en ligne grâce à son calculateur : <https://www.goodplanet.org/fr/calculateurs-carbone/>

Pour vos préacheminements en véhicule personnel, pensez également au covoiturage avec www.blablacar.fr par exemple.

Ce séjour nécessite obligatoirement une voiture pour se rendre sur les différents lieux d'activité et de visites. Nous avons donc inclus une location de voiture au programme.

Si vous venez en train :

Si vous souhaitez venir en train, nous pouvons sur demande (et sous réserve de disponibilité) vous réserver la voiture de location depuis la gare SNCF de Sienne ou de Florence. A préciser impérativement à l'inscription. Compter entre 6 et 12 h de train depuis la France (selon la ville de départ).

Si vous venez en avion :

Si vous souhaitez venir en avion, nous pouvons vous réserver la voiture de location à l'aéroport de Florence ou de Pise (aéroport d'arrivée à préciser impérativement à l'inscription). Nous pouvons également vous réserver les vols (sur demande à l'inscription). Nombreux vols depuis la France pour Pise ou Florence (Air France, Alitalia, EasyJet, etc...). Compter de 1 h 30 à 4 h de vols selon vols directs ou avec escale.

Si vous venez en voiture :

Si vous souhaitez venir avec votre propre véhicule, il est impératif de nous le préciser à l'inscription. Une voiture de location étant incluse au programme, nous vous proposerons un devis adapté sans voiture de location. Consultez votre itinéraire sur le site internet : www.viamichelin.fr ou www.mappy.fr .
Parking gratuit à votre hébergement.

Service plus : Chamina Voyages réserve vos billets de train SNCF. Vous bénéficiez d'un tarif et d'une place garantis, vous pouvez alors vous inscrire en toute sérénité. Pour recevoir une proposition de chez vous à la gare de départ de la randonnée ou en préacheminement pour l'aéroport, contactez-nous : transport@chamina-voyages.com.

LE PAYS

A LA DECOUVERTE DU PAYS

Pays d'Europe du Sud, l'Italie est, grâce à sa culture et à son climat, une des destinations les plus prisées au monde. Forte de son économie et membre fondateur de l'Union Européenne, c'est un acteur majeur de la scène internationale. Cette démocratie parlementaire est la septième puissance économique mondiale grâce à sa longue tradition de fabrication de qualité et à son dynamisme commercial.

SUR LES CHEMINS...

Entre mers et montagnes, la péninsule italienne jouit d'une grande diversité de paysages. La botte s'avance longuement dans la Méditerranée, ce qui lui confère un rayonnement important. Elle est bordée d'est en ouest par les mers Adriatique, Ionienne, Méditerranée et Tyrrhénienne. Le territoire comprend également de nombreuses îles dont les plus importantes sont la Sicile et la Sardaigne.

La topographie est très marquée par les montagnes : les Alpes s'étendent de Gênes à Trieste à travers les régions septentrionales et la chaîne des Apennins va de Gênes à la Sicile. Au nord est la plaine du Pô est fortement peuplée, c'est à la fois une zone agricole et industrialisée. Le pays connaît une forte activité sismique avec ses trois volcans encore en activité : le Vésuve, près de Naples, l'Etna en Sicile et le Stromboli dans les îles Eoliennes.

La forte présence humaine a fait disparaître certaines espèces animales, cependant les zones de montagnes présentent une faune et une flore riches et peut être aurez-vous la chance d'apercevoir lynx, ours, marmottes ou chamois.

TRAVERSEE HISTORIQUE

Berceau de l'Empire romain et de la Renaissance, l'histoire de l'Italie nous transporte à travers des époques de splendeur, de faste

mais aussi d'affrontements. Si Rome ne s'est pas construite en un jour, sa fondation mythique est datée en 753 avant J.C. Commence en 509 avant J.C l'expansion de la République qui deviendra Empire avec Auguste en 27 avant J.C. Rome étend son pouvoir sur tout le monde méditerranéen jusqu'à la séparation de l'empire au IVème siècle. Le Haut moyen âge est une période d'invasions durant laquelle s'affrontent lombards, germaniques, arabes... Au Bas moyen âge, la conquête normande aboutit à une réunification mais s'en suivront des divisions politiques entre guelfes et gibelins et de nombreuses cités du Nord se constituent en communes libres. Dominée aux XIIIème et XIVème par la dynastie angevine, l'Italie sera divisée en 1559 par l'annexion par les espagnols du Milanais, des royaumes de Naples, de Sicile et de Sardaigne qu'ils conserveront jusqu'au XVIIIème. Napoléonienne puis autrichienne, l'Italie acquiert l'indépendance en 1870. Elle participe à la première guerre mondiale aux côtés des Alliés. L'ère mussolinienne commence en 1922 et prend fin avec la proclamation de la république en 1946.

SENTIERS D'ARTS

Depuis l'antiquité l'Italie est un foyer important d'art et d'architecture. L'art italien trouve ses racines dans la Rome classique qui elle-même s'inspirait des créations grecques et étrusques. Des vestiges de cette période sont visibles dans tout le pays. Outre l'époque classique, la Renaissance est un des grands moments de création artistique. Avec l'appui de riches mécènes les peintres florentins révolutionnent la peinture du XVème siècle. Les artistes du Quattrocento les plus cités sont : Michel Ange, Botticelli, De Vinci... A la période de la contre réforme, l'Eglise catholique cherche à impressionner. C'est l'époque du baroque avec notamment le Caravage. Lors de vos déambulations vous aurez l'occasion d'admirer vestiges, églises ou village emplis de cet héritage.

Environnement

1- Politique

À ce jour, l'Italie compte 20 Parcs Nationaux, 89 Parcs Régionaux, 270 réserves régionales et 142 nationales, 47 zones humides et 7 zones maritimes. En tout, 10 % du territoire italien est recouvert par des espaces protégés, tous les milieux naturels étant concernés : Alpes, région des Lacs, zones côtières, volcaniques et même périurbaines ! Les premiers parcs datent des années 1920, avec la création du Parc National du Gran Paradiso et du parc national des Abruzzes. Le ministère de l'Agriculture gère aussi près de 100 000 hectares de forêts. Au souci de l'Etat de préserver le patrimoine naturel italien, s'ajoute un militantisme écologiste fort actif représenté notamment par Legambiente et le WWF.

2- Recommandations

Les randonnées se déroulent dans des espaces sensibles ; à ce titre toute activité se doit d'en respecter l'environnement : respect du patrimoine naturel, respect du patrimoine culturel et des habitants, respect des ressources naturelles (eau, sols, habitats, faune, flore, climat) et lutte contre les pollutions et tous les impacts sur l'environnement : on ne dérange pas les animaux qui sont chez eux et on n'arrache pas les fleurs car elles ne repoussent pas ! Il est aussi très important de prendre garde au risque d'incendie lors des randonnées.

Climat

Zone de transition entre le climat continental du nord de l'Italie et le climat méditerranéen du Mezzogiorno. Doux et changeant au printemps et à l'automne, chaud en été. Les paysages de Toscane se révèlent principalement au printemps (lors de la floraison) et à l'automne (lors des vendanges) ; Les couleurs et les ambiances sont alors très différentes.

Formalités

Se munir de sa carte nationale d'identité ou son passeport en cours de validité. Ne pas oublier une attestation d'assurance et les coordonnées de votre service d'assistance si vous en bénéficiez.

Ne pas oublier votre permis de conduire pour la location du véhicule selon le programme choisi.

Santé

Aucun vaccin n'est obligatoire ; nous vous conseillons d'être à jour des vaccinations classiques (diphtérie, tétanos, typhoïde, polio). Pour faciliter la prise en charge d'éventuels soins sur place, se munir de votre carte d'assurance européenne délivrée par votre Caisse d'Assurance Maladie.

Devises

L'euro.

Décalage horaire

Aucun décalage avec la France.

Souvenirs

Nombreuses spécialités gastronomiques : Limoncello (liqueurs de citron), fruits confits, épices et aromates, miel, pâtisseries locales ; objets artisanaux en faïences, poteries ; articles réalisés avec du papier local, vieilles estampes, gravures.

Photos

Discrétion, confiance et respect sont les maîtres mots du photographe responsable. Demandez l'autorisation avant d'appuyer sur le déclencheur, également auprès des parents pour les enfants. Et si vous promettez l'envoi d'un cliché, honorez votre engagement dès votre retour, ou ne promettez rien !

Pourboires

Le pourboire signifiait comme son nom l'indique un verre qu'on offrait en remerciement d'un service rendu ou un sou pour s'offrir ce verre. Aujourd'hui, il est généralement facultatif et est laissé à votre libre appréciation. C'est un geste symbolique qui récompense une prestation de qualité. Pour son montant, évaluez le niveau de vie puis calquez ce que vous auriez laissé naturellement.

En Italie, le pourboire était encore mal vu il y a peu de temps, considéré comme une offense envers les patrons : le pourboire sous-entendait que ceux-ci paieraient mal leurs employés. De nos jours, il est pourtant apprécié mais non obligatoire (prévoir environ 10 à 15 % de la note). Au restaurant, les couverts sont encore parfois rajoutés à la note et le service n'est pas toujours compris, il peut être rajouté en plus du total. Pour les portiers, comptez 1 euro par sac, pour les taxis arrondissez la somme, pour les chauffeurs comptez environ 1.5 à 3 euros par jour, et le double pour les guides.

ÉTHIQUE ET TOURISME RESPONSABLE



Tourisme responsable et durable

AGIR POUR UN TOURISME RESPONSABLE

Chamina Voyages est labellisé Agir pour un Tourisme Responsable par Ecocert, une reconnaissance de notre engagement pour le respect de la planète et des hommes. La labellisation ATR repose sur les critères de transparence, de partenariat et de cohérence, elle nous permet d'améliorer sans cesse nos bonnes pratiques.

Plus d'informations concernant ATR sur www.tourisme-responsable.org

LA CHARTE EUROPÉENNE DU TOURISME DURABLE DANS LES ESPACES PROTÉGÉS

En 2014, Chamina Voyages a obtenu une nouvelle distinction pour ses engagements : l'agrément au volet III de la Charte Européenne du Tourisme Durable dans les espaces protégés. Créée et développée par la Fédération Europarc, la CETD a pour vocation de développer et d'affirmer sur des espaces protégés un tourisme de qualité, durable et responsable, dans le respect de l'homme et de son environnement. Le volet III de la CETD permet de nouer une véritable collaboration entre l'espace protégé et le voyageur afin de tendre vers plus d'excellence, cet agrément atteste que Chamina Voyages est engagée dans le développement d'un tourisme responsable, sur les plans économique, social et environnemental. <http://www.europarc-fr.org/index.php/fr/>

Chamina Voyages a été particulièrement soutenue par IPAMAC, <http://www.parcs-massif-central.com/>, association qui fédère tous les Parcs Naturels du Massif Central, et sa candidature a été portée par le Parc National des Cévennes.

Recommandations pour un séjour responsable

Chamina Voyages a pris un certain nombre d'engagements que vous pouvez consulter sur notre site Internet : <http://www.chamina-voyages.com/nos-engagements.html>.

Nous recommandons à tous nos clients d'adopter durant leur séjour une attitude fidèle aux engagements d'ATR. Ces recommandations sont déclinées à travers la charte éthique du voyageur que vous pouvez consulter ici : <http://www.tourisme-responsable.org/voyager-responsable/charte-ethique-voyageur>. Nous pouvons également vous l'envoyer, sur simple demande de votre part.

SE PRÉPARER POUR LE DÉPART

Vêtements

Pour la randonnée

- pour un maximum de confort, privilégier un système de vêtements « multi couches » : sous-vêtements chauds (collant + maillot) type "carline" ou "capilène" (fibres creuses évacuant la transpiration) + sweat ou veste polaire + veste de montagne et surpantalon

avec membrane imperméable et respirante (type « gore tex » ou équivalent) pour le mauvais temps.

De façon générale et en dehors des climats et pays chauds, éviter le coton qui retient l'humidité près du corps (et sèche difficilement) au profit de matières synthétiques adaptées.

- pantalon de toile - shorts - Tee-shirts
- 6 à 7 paires de chaussettes de randonnée
- 1 cape de pluie couvrant le randonneur et le sac à dos. Si vous avez des survêtements très techniques (voir ci-dessus), il est possible de ne recouvrir que le sac à dos avec un protège sac contre la pluie. Le parapluie quant à lui est moins pratique, surtout en cas de vent ou d'orage...
- 1 chapeau de soleil, l'idéal étant une casquette type saharienne avec visière et protection de la nuque
- 1 foulard pour se protéger du soleil et/ou du vent
- 1 bonnet et 1 paire de gants, selon la saison et l'altitude : toujours les avoir au fond du sac.

Pour l'étape

- tenues de rechange et chaussures confortables
- boules "Quiès" ou bouchons d'oreilles "Ear"
- affaires de toilette minimum + serviette + maillot de bain

Globalement, vos vêtements doivent être adaptés en fonction de la saison et de la région choisie.

Matériel divers

Pour la randonnée :

- 1 paire de chaussures de randonnée (avec membrane imperméable et respirante, type « gore tex » ou équivalent) dans lesquelles vous êtes bien ! Il faut « casser » les chaussures neuves avant de partir en randonnée en les portant quelques semaines auparavant afin d'éviter les désagréments des ampoules et échauffements...
- 1 (voire 2) paire de lunettes de soleil avec verres d'indice 3 minimum
- 1 grand sac plastique solide pour envelopper les vêtements et affaires dans le sac à dos (en cas de forte pluie)
- 1 gourde de préférence isotherme de 1 L minimum. Boire est indispensable en randonnée, 2 gourdes de 1 à 1,5 L ne seront pas du luxe en période estivale et/ou dans des régions sèches et chaudes
- 1 couteau pliant type couteau suisse + couverts + gobelet
- 1 bol type tupperware avec couvercle pour les pique-niques
- papier hygiénique, mouchoirs en papier
- 1 paire de bâtons télescopiques, facultatif, mais ils servent à s'équilibrer et alléger le poids du corps en descente, et aident durant la montée en rythmant la marche et en complément de poussée
- 1 pochette pour contenir vos papiers et valeurs : passeport ou carte d'identité, contrat d'assurance, carte vitale, certificat de vaccinations, billets d'avion, de train, carte de crédit, argent...)
- 1 petite pharmacie personnelle (Attention liste non exhaustive à adapter en fonction de vos propres besoins médicaux) : pansements stériles prédécoupés, antiseptique local à usage externe (plaies), Elastoplaste et/ou double peau (ampoules), Antalgique type paracétamol, Antidiarrhéique et antiseptique intestinal, Antispasmodique, Antihistaminique (allergies), sérum physiologique ou collyre oculaire, somnifère léger, crème solaire haute protection pour la peau et les lèvres, crème hydratante type Biaffine (coups de soleil et brûlures), crème ou spray antimoustique, Arnica Montana en granules 9 CH (courbatures)...

Pour l'étape :

- 1 paire de sandales légères

Bagages

- 1 sac à dos de 20 à 30 L aéré, réglable et muni d'une ceinture ventrale, pouvant contenir les vivres de la journée, la gourde, un vêtement de protection, l'appareil photo...
- 1 sac de voyage souple (valises rigides exclues) pour contenir les affaires de rechange pour la semaine.

Assurance

Le contrat d'assurance voyage que nous proposons est spécialement adapté à notre contrat de voyage défini par nos conditions particulières de vente.

Il comprend des garanties d'assistance que vous ne trouvez pas dans les autres contrats :

Garanties spécifiques d'assistance - rapatriement :

- remboursement des frais médicaux jusqu'à 200 000 euros
- vos bagages sont assurés pour un transport public et privé (location de voiture, transport par un prestataire)

Garanties spécifiques d'annulation :

- annulation « tout sauf » : si un événement aléatoire, indépendant de votre volonté et justifiable, vous empêche de partir, vous êtes couvert
- remboursement des frais d'annulation jusqu'à 25 000 euros par personne
- voyage de compensation en cas de rapatriement

- garantie départ et retour impossible en cas de conditions climatiques hors norme (tempête de neige, éruption volcanique, cyclone etc.)

Attention : pour toute prise en charge d'assistance, un appel préalable à l'assureur est nécessaire, sous peine de ne pas bénéficier de vos garanties.

Adresses et téléphones utiles

Ambassade d'Italie en France : 51, rue de Varenne -75343 PARIS CEDEX 07 - Tél. 01 49 54 03 00

Bibliographie

Il existe une quantité très importante de livres et guides sur la Toscane. Ainsi, toutes les grandes maisons d'édition de guides de voyage proposent au moins un ouvrage sur cette destination (guide vert Michelin, guide bleu Hachette, guide Gallimard, guide du Routard, etc....).

Nous vous conseillons également la lecture des romans suivants :
Sous le soleil de Toscane, de Frances MAYES dans la collection Folio
Histoires de Toscane, de Lucien d'Azay dans la collection Sortilèges
Une tombe en Toscane, de M. DENUZIERE dans la collection Livre de poche
Toscane : Florence, de Sergio ROMANO en collection Livre de poche

Ainsi que les beaux livres suivants :
Villages de Toscane, de Béatrice MOCQUARD et Bruno MORANDI aux éditions Arthaud
Toscane éternelle, de Curzio MALAPARTE et Bruno MORANDI aux éditions Arthaud
Toscane : Florence, Pise, Sienne de Jean KOKELBERG dans la collection Esprit des Lieux

Lexique

LES MOTS ELEMENTAIRES

Oui : Sì
Non : No
Où : Dove
Quand : Quando
S'il vous plaît : Per favore
Merci : Grazie
De rien : Prego/di niente
Comment : Come
Pardon : Mi scusi
Désolé : Scusi
Bonjour : Ciao / Buon giorno
Bienvenue : Benvenuto
A tout à l'heure : A tra poco
Au revoir : Arrivederci
A plus tard : A dopo
Je ne comprends : Non capisco
Comment dit-on ? : Come si dice?
Que signifie ? : Cosa significa?
Vous parlez... ? : Parla italiano...?
L'hôpital : L'ospedale

VOYAGER

Voyager : Viaggiare
Quand arrive-t-il ? : Quando arriva...?
L'hôtel : L'hotel
Le restaurant : Il ristorante
Arriver : Arrivo
Partir : Partenza
Billet : Biglietto
Le bateau : Il traghetto
Le bus : L'autobus
Le vélo : La bicicletta
Le train : Il treno
L'avion : L'aereo
Où se trouve le ... ? : Dov'è il/lo/la...?
Proche : Vicino
Loin : Lontano

Tout droit : Sempre dritto
Droite : A destra
Gauche : A sinistra
Rue : Via
Avenue : Viale
Gare : Stazione
Aéroport : Aeroporto
J'aimerais aller à ... : Voglio andare a...
Combien de temps faut-il ? : Quanto tempo ci vuole?

**POUR VOUS INSCRIRE RENDEZ-VOUS SUR NOTRE SITE INTERNET :
WWW.CHAMINA-VOYAGES.COM OU CONTACTEZ-NOUS AU 04 66 69 00 44**

CHAMINA VOYAGES

S.A.S Chamina Sylva au capital de 270 000 euros - Siège social et administration : 43 place de Jaude 63000 CLERMONT-FERRAND - tél : 04 73 900 500 - RCS B 389 249 426 - Code APE 7911Z - IM063100042 - Assurance Responsabilité Civile et Professionnelle : MMA ? 14, boulevard Marie et Alexandre Oyon 72030 Le Mans Cedex 9 - Contrat n°146 161 560 - Garantie financière : ATRADIUS CREDIT INSURANCE NV. (RCS Nanterre 417 498 755) 44 Avenue Georges Pompidou - 92596 Levallois-Perret Cedex - Agrément IATA numéro 20253671.

Dernière mise à jour le 25/02/2020.