Atalante
L'ESPRIT TREK

CANARIES

Tenerife et la Gomera avec ascension du Teide

- L'ascension nocturne du volcan Teide (3715 m), point culminant de l'Espagne : magique !
- Le meilleur des randonnées sportives des deux îles dans les parcs d'Anaga et du Garajonay
- Des hébergements de qualité et authentiques
- Transport sur mesure : réservez en option les vols que vous souhaitez !

À PARTIR DE	**1 295 €**
DURÉE	8 jours
TYPE	Voyage en petit groupe
NIVEAU	
THÉMATIQUE	Randonnée

Voici la version sportive de notre voyage "Tenerife et Gomera", une version par les sommets les plus emblématiques de l'île, comme le Teide, le Chamorga ou le sommet du parc du Garajonay. Il combine la douceur de vivre des deux îles en y ajoutant une touche sportive qui permettra au randonneur sportif de profiter au mieux des richesses et de la variété de ces deux îles magnifiques et de faire l'ascension du célèbre volcan El Teide, point culminant de toute l'Espagne !

Arrivés à Tenerife, nous commençons notre voyage par une journée de découverte de la région d'Anaga, réserve nationale de la biosphère et fantastique zone de randonnée. Puis, nous rejoignons le centre de l'île et le parc national du Teide pour deux ascensions : le Chamorga qui permet de saisissantes vues sur l'ensemble de la caldeira et notre but du lendemain, sa majesté le Teide (3 715 m) au sommet duquel nous vivrons un lever de soleil magique. Nous traversons ensuite un court bras de mer pour deux jours de découverte de la Gomera avec deux randonnées parmi les plus belles : le parc national du Garajonay et la région d'Imada. Retour sur Tenerife et vol retour pour la France.

Itinéraire

JOUR 1

Ténérife

HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Arrivée individuelle à l'aéroport de Tenerife sud et *transfert libre à l'hébergement à El Medano pour 2 nuits, au sud de l'île.

Repas libre.

*Transfert aéroport - hôtel inclus si vous avez réservé les vols avec nous.

JOUR 2

Parc rural d'Anaga, randonnée de Chamorga

TRANSPORT : MINIBUS PRIVATISÉ (3H) | MARCHE : 5H | DÉNIVELÉ POSITIF : 800 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 800 M | HÉBERGEMENT : HÔTEL

Magnifique randonnée au cœur du parc rural d'Anaga, réserve mondiale de la biosphère où nous allons découvrir tous les aspects du nord de l'île. Petits villages en terrasse, chemins empierrés et plage de Bermejo où nous déjeunons, avant d'attaquer notre ultime montée pour Chamorga. Retour à votre hébergement de la veille, à El Medano.

JOUR 3

Sommet du Guajara (2715 m)

TRANSPORT : MINIBUS PRIVATISÉ (2H30) | MARCHE : 5H | DÉNIVELÉ POSITIF : 650 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 650 M | ALTITUDE MAX : 2715 M | HÉBERGEMENT : HÔTEL

Nous partons pour le parc national du Teide pour faire l'ascension du 3e plus haut sommet de l'île, le Guajara. Une très belle randonnée d'acclimatation aux vues imprenables sur le Teide et par temps dégagé sur les îles voisines. Nous traversons des paysages lunaires où quelques plantes endémiques ont réussi à s'adapter et à pousser malgré ces difficiles conditions, tels que le genêt blanc duTeide, les tajinaste (vipérines), la moutarde et giroflée du Teide. Nous rejoignons le plateau où se trouve le sommet de Guajara et où nous profitons d'un panorama à 360 degrés. Nous redescendons par le même chemin. Nuit à l'hôtel à Vilaflor.

JOUR 4

Vilaflor , forêt et décor lunaire du Parc du Teide

TRANSPORT : MINIBUS PRIVATISÉ (1H20) | MARCHE : 4H | DÉNIVELÉ POSITIF : 450 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 450 M | HÉBERGEMENT : HÔTEL

Le refuge Altavista étant fermé jusqu'à nouvel ordre, nous avons dû modifier les jours 04 et jour 05. Voici le nouveau programme :

Aujourd'hui, nous partons pour une randonnée qui permettra une première acclimatation à l'altitude. Nous pourrons contempler la Coronna Forestal et ses pins canariens et nous aurons un beau point de vue pour profiter du paysage lunaire dans toute sa grandeur.
4 heures de marche / D+ 450 m / D- 450 m

Nous dînons à l'hôtel, puis dans la nuit, vers 01h30 du matin, nous entamons l'ascension, depuis le pied du volcan.

JOUR 5

Sommet du Teide (3715 m) - Bateau pour La Gomera

TRANSPORT : MINIBUS PRIVATISÉ (1H35) | MARCHE : 6H-7H | DÉNIVELÉ POSITIF : 1200 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 1200 M | ALTITUDE MAX : 3715 M | HÉBERGEMENT : HÔTEL

Départ nocturne, à la lueur de nos frontales, depuis le pied du volcan, au parking de Montana Blanca. Nous remontons la coulée de lave El Culaton, sous la Voie lactée, ambiance garantie ! La montée soutenue mais régulière pour passer par la Rambleta et rejoindre le chemin de Telesforo Bravo qui nous mène, après un dernier effort au sommet du Teide. De là, avec le lever du soleil, un spectacle exceptionnel nous attend, avec une incroyable vue sur Tenerife, l'archipel et l'océan Atlantique. Moment magique et inoubliable ! Redescente par le même chemin, le temps de prendre des forces avec un pique nique chaud et transfert vers le port de Los Cristianos où nous prenons un ferry en direction de la Gomera.

Transfert à Hermigua et installation pour 2 nuits.

JOUR 6

Parc national de Garajonay, patrimoine mondial de l'UNESCO.

TRANSPORT : MINIBUS PRIVATISÉ (0H30) | MARCHE : 5H | DÉNIVELÉ POSITIF : 880 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 880 M | HÉBERGEMENT : HÔTEL

L'une des plus belles randonnées circulaires de La Gomera. Le sentier, suivant un cours d'eau qui irrigue tout le long de l'année la vallée cultivée et fertile d'Hermigua, nous conduit au pied de la cascade d'EL Cedro. Notre randonnée se poursuit dans la forêt du parc national d'environ 4 000 hectares et abritant plus de 400 espèces végétales. Nous faisons une halte à la petite chapelle de Lourdes avant de s'enfoncer dans les bois de lauriers et bruyères arborescentes. Nous rejoignons notre logement à pied en profitant de vues panoramiques époustouflantes sur la vallée d'Hermigua.

JOUR 7

Le petit paradis d'Imada - Bateau pour Tenerife

TRANSPORT : MINIBUS PRIVATISÉ | MARCHE : 5H-6H | DÉNIVELÉ POSITIF : 965 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 950 M | HÉBERGEMENT : HÔTEL | DÎNER : LIBRE

La première fois qu'il vit Imada, le voyageur et scientifique français René Verneau la qualifia de "petit paradis". Nous explorons au cours de cette randonnée une île hors du temps : avec ses petits hameaux de maisons en pierre et sa végétation endémique très caractéristique, peuplée par des troupeaux de chèvres et cultivée en terrasses bien structurées où domine la production de blé et d'orge... un véritable paradis intact ! Retour en bateau sur Tenerife en fin de journée et installation à El Médano. Dîner libre.

JOUR 8

Tenerife (fin du sejour)

TRANSPORT : 0H15 | PETIT-DÉJEUNER : LIBRE | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Fin du séjour après le petit déjeuner libre. Transfert* libre vers l'aéroport selon votre horaire de vol.
*Transfert inclus si vous avez réservé les vols avec nous.

À NOTER

Pour des raisons de sécurité, le programme pourra être adapté sur décision du guide.
Afin de vous offrir un plus grand nombre de départs garantis, ce voyage est aussi proposé par Huwans, le spécialiste du voyage d'aventure.

Dates & prix

LES PROCHAINS DÉPARTS

(informations au 20/05/2024)

Nombre de participants : de 4 à 15

DU	AU	PRIX TTC / PERS.	ETAT
SAM. 14/09/2024	SAM. 21/09/2024	1 395 €	Confirmé
SAM. 05/10/2024	SAM. 12/10/2024	1 395 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 19/10/2024	SAM. 26/10/2024	1 395 €	Confirmé
SAM. 16/11/2024	SAM. 23/11/2024	1 520 €	Confirmé
SAM. 07/12/2024	SAM. 14/12/2024	1 295 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 15/02/2025	SAM. 22/02/2025	1 419 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 15/03/2025	SAM. 22/03/2025	1 549 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 19/04/2025	SAM. 26/04/2025	1 469 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 10/05/2025	SAM. 17/05/2025	1 469 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 14/06/2025	SAM. 21/06/2025	1 469 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 12/07/2025	SAM. 19/07/2025	1 469 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 16/08/2025	SAM. 23/08/2025	1 469 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 13/09/2025	SAM. 20/09/2025	1 469 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 04/10/2025	SAM. 11/10/2025	1 469 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 18/10/2025	SAM. 25/10/2025	1 469 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 15/11/2025	SAM. 22/11/2025	1 469 €	Confirmé dès 4 inscrits
SAM. 06/12/2025	SAM. 13/12/2025	1 469 €	Confirmé dès 4 inscrits

Le nombre de participants peut être inférieur au nombre minimum indiqué ci-dessus.

LE PRIX COMPREND

- Les transferts pendant le séjour.
- L'hébergement.
- Tous les repas sauf indiqués.
- L'encadrement par un guide accompagnateur francophone.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne
- Le vol international Paris / Tenerife Sud aller retour.
- Les taxes aériennes.
- La contribution à la neutralité carbone pour votre voyage aux Canaries (si vous prenez le vol avec nous) : 5 € par personne
- Les transferts aéroport-hôtel-aéroport (si vous n'avez pas pris les vols avec nous)

À payer sur place :

- Les boissons et dépenses personnelles
- Les repas des J1 et J8 (petit déjeuner non inclus) et le dîner du J7 (~20€)
- Les éventuelles entrées personnelles dans les sites et musées (peu de sites payants sur Tenerife et la Gomera)
- Les pourboires aux équipes locales (à votre discrétion), consultez la rubrique spécifique des Renseignements Complémentaires pour de plus amples informations.

ASSURANCES AU CHOIX

- **Assurance multirisque :** 4,1 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque avec extension épidémie :** 5,1 % du voyage par personne
- **Assurance premium (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.) :** 5 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque premium avec extension épidémie (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.) :** 6,1 % du voyage par personne

Pour ce voyage, nous vous recommandons notre assurance multirisque, spécialement étudiée pour le voyage d'aventure.

AÉRIEN

Nos prix sont calculés sans acheminement à destination. Les points de rendez-vous et de départ de chaque voyage sont indiqués sur votre itinéraire.

Mais rassurez-vous, nous pouvons réserver votre acheminement pour vous simplifier la vie :

- Une proposition à la carte (choix de la compagnie, aéroport de départ).
- La transparence sur le prix du billet.
- Les frais de gestion et de modification de vol inclus en cas d'incident.
- Les transferts aéroport / hôtel inclus à votre arrivée et départ (quand applicable).
- Le tout pour un forfait fixe de 80 € / personne.

OPTIONS

- Le supplément chambre individuelle pour tout le séjour (sur demande et sous réserve de disponibilité) = 400 euros.
- Nuit supplémentaire à El Medano, vers Ténérife Sud, en bord de mer, en chambre double sans petit-déjeuner (sous réserve d disponibilité) : à partir de 70 euros (prix par personne).
- Nuit supplémentaire à El Medano, vers Ténérife Sud, en bord de mer, en chambre individuelle sans petit-déjeuner (sous réserve d disponibilité) : à partir de 130 euros.
- Les frais de réservation aérienne et transferts aéroport/ hôtel A/R = 80 euros par personne.

Détail du voyage

NIVEAU

5 à 6 h de marche ou d'activités physiques par jour. En montagne, dénivelés entre 500 et 800 m par jour, et possibilité d'être à 3000 m d'alt. Vous pratiquez régulièrement une activité sportive

ENCADREMENT

Installée depuis de nombreuses années sur Tenerife, notre agence locale vous garantit une expérience de voyage actif réussie, grâce à nos guides et à nos infrastructures logistiques. Pendant votre voyage, vous êtes accompagné par nos guides d'aventure, mobilisés à 100% pour vous faire découvrir des endroits insolites en pleine nature. Laissez-vous guider...
Accompagnateur local francophone.

ALIMENTATION

Les repas sont préparés à partir de produits du terroir par notre équipe canarienne ou bien dans des restaurants canariens variés. La cuisine canarienne est très saine (soupes très variées, viande et poissons grillés, salades mixtes, fromages de chèvre fumés ou frais très doux, fruits du pays selon la saison : ananas, banane, mangue, papaye, goyave). Les pique-niques sont préparés par votre équipe locale. Ils sont complets, équilibrés et variés, composés de salades ou de sandwichs avec des produits canariens. Ne pas hésiter à signaler allergies ou intolérances alimentaires afin que notre équipe locale puisse en tenir compte dans la préparation des repas.
L'eau du robinet n'est pas bonne mais de l'eau potable est fournie quotidiennement.

HÉBERGEMENT

Nous mettons toujours l'accent sur la situation et le confort des hébergements. Toutefois nous pouvons être tributaires d'une offre restreinte sur certaines étapes.

- Jours 1 et 2 : Hotel ventus à El Medano, au sud-est de l'île de Tenerife
- Jours 3 et 4 : Hotel Alta Montaña à Vilaflor, au coeur de l'île, idéal pour l'acclimatation à la hauteur
- Jours 5 et 6 : Agulo ou Hermigua à la Gomera dans des hôtels, appart-hôtel ou résidences, bien placées et souvent avec toit terrasse entre mer et montagne.
- Jour 7 : Hotel Ventus à El Medano

** Ces hébergements sont donnés à titre indicatifs et sont soumis à disponibilités au moment de la réservation.*

HEURE ET LIEU DE RENDEZ-VOUS

RDV le J01 à l'hébergement 1ere nuit à Guimar à l'est de l'île de Tenerife (compter env 45min depuis l'aéroport). RDV avec le guide à 8h00 à la réception de l'hôtel le J2.
*Transfert aéroport-hôtel inclus si vous avez pris les vols avec nous.

DISPERSION

Fin du séjour le J08 au matin après le petit déjeuner, transfert libre vers l'aéroport de Tenerife sud.
*Transfert hôtel-aéroport inclus si vous avez pris les vols avec nous.

DÉPLACEMENT

Pédestre. 4 à 6 heures de marche par jour.
Nous utilisons toujours des minibus privés et parfois des taxis pour effectuer les transferts nécessaires au bon déroulement du programme.
Pour nous rendre à La Gomera, il nous faudra compter 1h de bateau. ce sont des ferries spécialement conçus pour le transport de personnes, de véhicules et de marchandises, d'une capacité moyenne de 400 passagers.

BUDGET & CHANGE

L'unité monétaire est L'Euro. Pensez au petit budget dont vous aurez besoin pour les boissons et quelques repas libres.

POURBOIRES

Il s'agit d'une pratique usuelle et non obligatoire. Selon votre satisfaction à la fin de votre voyage, il est d'usage de donner un pourboire à votre guide et à l'équipe locale. Il doit être adapté en fonction du niveau de vie du pays et de la durée de votre voyage. C'est votre geste d'appréciation par rapport à la prestation reçue.
En accord avec votre guide, il pourra se charger de répartir cette somme à l'ensemble de l'équipe de manière équitable.

Equipement

VÊTEMENTS À PRÉVOIR

Les vêtements, des pieds à la tête :

- chaussures de marche légères. Ce sont les meilleures amies du trekker. Elles doivent réunir trois qualités : solidité, bonne tenue du pied et de la cheville (tiges hautes) et surtout imperméabilité. Choisissez des chaussures à semelles antidérapantes, à crampons et relativement rigides, elles doivent bien accrocher au terrain. Les semelles de type "Vibram" ont une longue renommée, donnez leur votre préférence si vous avez le choix.
- chaussures légères (tennis)ou sandales à enfiler lors des étapes dans des villes, villages.
- blouson léger - Coupe vent.
- cape de pluie.
- chapeau, maillot de bain ou casquette.
- short ou bermuda.
- chaussettes légères.
- pull over.
- pantalon de toile.
- tee-shirts.
- sous vêtements
- gants bonnets et doudoune légère (pour le Teide).

EQUIPEMENT À PRÉVOIR

- bloc-notes, tenir un journal est une grande activité des trekkers.
- Pour minimiser l'impact de plastiques dans l'environnement il est obligatoire d'amener une gourde , un récipient hermétique de type tupperware, des couverts et un gobelet.
- couteau de poche.
- lunettes de soleil.
- crème de protection solaire (visage et lèvres).
- lampe frontale.

BAGAGES

Evitez les sacs rigides et les valises. Préférez un sac de voyage souple avec fermeture latérale ou un sac à dos sans armature. Limitez le poids au maximum. N'oubliez pas un sac de randonnée de bonne contenance où vous pourrez ranger les objets dont vous aurez besoin pendant la journée. Tous les jours, vous devez y ajouter le pique-nique du midi.

Attention, certains pays interdisent l'importation et l'utilisation des cigarettes électroniques, nous vous recommandons donc vivement de vous renseigner auprès des autorités compétentes (MAE, ambassade, consulat) avant votre départ.

PHARMACIE

Votre accompagnateur disposera d'une pharmacie de première urgence pendant le circuit. Toutefois, il est recommandé aux participants d'apporter leurs médicaments : aspirine, antiseptique intestinal, petits ciseaux, tricostéril, crème de protection solaire visage et lèvres...
Pensez également à vos pieds : élastoplast, éosine, etc...
NB : Il n'y a pas d'antibiotiques "courants" dans la pharmacie commune. Aussi chaque participant doit apporter, s'il le souhaite, son propre traitement en fonction de sa tolérance.

Formalités & santé

PASSEPORT

Oui en cours de validité.

En plus de votre passeport ou de votre CNI, nous vous conseillons de voyager avec une photocopie en permanence sur vous (la double page où figure la photo), qui vous dépannera en cas de perte ou de vol de l'original.

A partir du 15 janvier 2017, un enfant qui voyage à l'étranger sans être accompagné de l'un de ses parents doit présenter les 3 documents suivants :

- Pièce d'identité valide du mineur : carte d'identité ou passeport + visa éventuel en fonction des exigences du pays de destination (à vérifier en consultant les fiches pays du site diplomatie.gouv.fr)
- Photocopie du titre d'identité valide du parent signataire : carte d'identité ou passeport
- Formulaire d'autorisation de sortie du territoire signé par l'un des parents titulaire de l'autorité parentale.

NB : cette autorisation peut être requise par certains pays lorsque l'enfant mineur voyage avec un seul de ses parents (par exemple : Algérie, Maroc, Suisse : à vérifier en consultant les fiches pays du site diplomatie.gouv.fr

VISA

Non

CARTE D'IDENTITÉ

Oui en cours de validité.
À compter du 1er janvier 2014, la durée de validité des cartes nationales d'identité (CNI) délivrées aux personnes majeures passera de 10 à 15 ans. Attention, cette prolongation ne concernera pas les CNI délivrées aux mineurs qui resteront toujours valables 10 ans. Un décret vient en effet d'être publié en ce sens au Journal officiel du vendredi 20 décembre 2013. Cet allongement de 5 ans concernera à la fois : les nouvelles CNI délivrées à partir du 1er janvier 2014, les CNI délivrées entre le 2 janvier 2004 et le 31 décembre 2013. Pour les CNI délivrées entre le 2 janvier 2004 et le 31 décembre 2013, cette prolongation de 5 ans n'impliquera aucune démarche particulière de la part des usagers, la date de validité inscrite sur le titre n'étant pas modifiée. Pour chaque pays acceptant la carte nationale d'identité comme document de voyage, le ministère de l'intérieur propose une fiche d'information traduite.
http://www.interieur.gouv.fr/Actualites/L-actu-du-Ministere/Duree-de-validite-de-la-CNI

VACCINS

Depuis la pandémie, la plupart des pays n'accueillent que des personnes vaccinées contre la COVID, pensez à vous informer régulièrement sur les conditions sanitaires, et gardez en tête qu'elles sont évolutives.

RECOMMANDATIONS SANITAIRES

Les obligations sanitaires de chaque pays face à la pandémie évoluent fréquemment, il est important et de votre responsabilité de les consulter jusqu'au jour de votre départ sur le site du ministère des affaires étrangères, rubrique "Conseil aux voyageurs

SPÉCIFICITÉS

coordonnées de passeport ou CNI pour l'entrée dans le parc du Teide.