



35, Rue Jean Jaurès  
31390 CARBONNE  
TEL/FAX : 05 61 97 66 04  
[www.surleshauteurs.com](http://www.surleshauteurs.com)  
[info@surleshauteurs.com](mailto:info@surleshauteurs.com)



## LANZAROTE en liberté, une île volcanique et des hommes

Randonnées en liberté, sans portage

Séjour 8 jours, 7 nuits

Hôtel \*\*\*\*, en formule appartement avec piscine, au centre de l'île



A l'instar des ses 6 sœurs canariennes (Gran Canaria, Tenerife, La Palma, Hierro, La Gomera et Fuerteventura), et de ses cousines macaronésiennes (Madère, Cap Vert et Açores), **Lanzarote** doit son émergence des flots aux soubresauts magmatiques des entrailles de la Terre.

Située à une centaine de kilomètres du sud marocain, elle bénéficie d'un **climat très doux et ensoleillé**. Les nuages y déversent avec grande parcimonie leur manne nourricière, l'eau est fournie aux végétaux par le souffle régulier et chargé d'humidité des alizées. Ces conditions particulières en font un écosystème aussi fragile qu'original et une terre exigeante pour les hommes. D'où son classement, initié par l'enfant du pays et artiste mondialement reconnu **César Manrique**, en **Réserve Naturelle de la Biosphère** par l'UNESCO.

Vos pas vous conduiront donc à admirer les multiples facettes d'un volcanisme insulaire unique (majestueux **Monte Corona, Timanfaya, Montana Amarilla**,...) formes et contrastes chromatiques harmonieux. Mais le voyage ne s'arrête pas là. Vos yeux seront irrémédiablement attirés par ces villages aux murs chaulés d'une blancheur immaculée et les cultures en terrasses parmi lesquelles les admirables **vignes de la Geria** produisent le superbe vin de Malvoisie.

Le bref tableau serait incomplet si l'on omettait les plages paradisiaques qui jalonnent quelques unes de nos escapades et la petite **île de la Graciosa** la bien nommée. Enfin, vous visiterez quelques sites

Fiche technique **SUR LES HAUTEURS** à LANZAROTE – Ile de feu 8 jrs en liberté 2012

aménagés où l'Homme a choisi de mêler inextricablement son art à celui de la Nature, à l'image d'une île dont la force d'âme enchante et impressionne...

**DATE 2012 :**

Dates possible tout au long de l'année, car c'est une île tempérée avec une température douce

**TARIFS 2012 :**

**Tarif 2 personnes : 489€** par personne

**LE TARIF COMPREND :**

- la location d'un véhicule,
- l'hébergement en hôtel \*\* \*\* à Costa Téguise en ½ Pension
- l'hébergement en Demi Pension, sur la base de chambre double ou triple,
- les repas pendant le séjour en Demi-pension : le matin et le soir, repas au restaurant de l'hôtel
- un topo guide avec les cartes scannées, décrivant les meilleures randonnées sur place, avec l'accès en voiture ainsi que la description de la randonnée

**LE TARIF NE COMPREND PAS :**

- le vol international sur Arrecife, aller et retour,
- les taxes d'aéroport,
- tous les transferts en bateau, mentionnés dans le circuit,
- les boissons,
- tous les repas du midi,
- les assurances,
- les boissons,
- les entrées des musées ou monuments,
- le carburant.

**RÈGLEMENT :**

**À l'inscription :** Acompte de 30 % du prix du séjour

**Un mois avant le départ :** Le solde sans appel de notre part

Chèques vacances acceptés et paiement par carte bancaire possible

**L'Assurance Annulation :** non obligatoire mais fortement conseillée, elle permet le remboursement du prix du voyage moins les frais de dossier en cas d'annulation pour raisons graves à moins de 45 jours du départ. Elle coûte 2,5 % du prix du voyage. Nous vous proposons également une assurance Rapatriement à 1 %.

**Pour les étrangers :** possibilité de paiement par mandat postal international ou par virement sur notre compte.

## **Points forts :**

- Découverte complète d'une île aussi originale que méconnue : ascension de volcans, paysages lunaires et dépaysant, villages blancs perdus, patrimoine culturel et historique se dévoilent au rythme paisible du marcheur en harmonie avec son environnement.
- Nous assurons les départs à partir de 2 personnes.
- Circuit sans portage.
- Tranquillité de notre hébergement sur l'île de la Graciosa.
- 2 belles randonnées pour découvrir tous les recoins de cette petite île de la Graciosa
- Découverte du Parc National de Timanfaya
- Un road book complet avec les plus belles randonnées à faire, avec un extrait de carte scannée

## Votre itinéraire





# Déroulement du trek



## **Jour 1 : Ola!**

Vol pour Arrecife. Prise de la voiture de location et transfert pour votre hôtel, au centre de l'île.

En fonction de votre horaire d'arrivée, vous aurez la possibilité d'aller voir, un des plus beaux points de vue de cette île : le Mirador del Rio.

*Nuit à Costa Teguise.*

## **Jour 2 : Monte Corona et les Cuevas de Los Verdes et Jameos del Agua.**

Au programme aujourd'hui, le majestueux Monte Corona, cratère qui domine le nord de Lanzarote. Fruit d'une violente et récente éruption (env. 4000 ans), il est à l'origine de la formation du fameux tunnel de l'Atlantide et du vaste champ de lave s'épanchant vers l'ouest jusqu'à l'océan : le Malpais de la Corona. Sur ses flancs, les campesinos cultivent la vigne (village de Ye) et les figuiers de Barbarie. Possibilité ensuite de visiter les sites de La Cueva De Los Verdes et de Jameos Del Agua. Tous deux sont aménagés grâce à la créativité des artistes Jesus Soto et Cesar Manrique au niveau d'effondrements du mythique tunnel de lave.

*3h30 de randonnée, 300 m de dénivelé positif et négatif. Nuit à Costa Teguise.*

## **Jour 3 : Montana Amarilla.**

Vous prenez un bateau pour traverser « El Rio », ce bras de mer qui sépare la côte nord de Lanzarote de l'île de Graciosa. Vous posez nos affaires à notre pension puis une marche paisible vous mène vers le sud de l'île. Courte ascension du cratère de la Montana Amarilla (172 m) puis passage sur la plage de la Cocina. Festival chromatique assuré !

*4h de marche. Nuit en Pension.*

## **Jour 4 : Playa de la Conchas et Las Agujas.**

Vos pas vous conduisent vers le nord de l'île en longeant la côte est jusqu'au hameau de Pedro Barba. Un peu plus loin courte ascension de la Montana Bermeja avant de rejoindre en contrebas la magnifique plage de Las Conchas. Le retour se fait par le petit groupe de cratères de Las Agujas (266 m).

*4h30 de marche, 260 m de dénivelé positif, 260 négatif. Nuit en Pension.*

## **Jour 5 : Risco de Famara, Haria.**

Toujours dans la moitié nord de l'île, vous partez du village de Guinate pour rejoindre rapidement les crêtes dominant des falaises de plusieurs centaines de mètres. Les points de vue s'enchaînent depuis ces hauteurs : d'un côté l'océan, de l'autre les couleurs changeantes des reliefs patinés par le temps de ce vieux massif riche d'une flore unique.

Pour finir, vous redescendrez vers le village d'Haria auquel les nombreux palmiers donnent un parfum d'oasis.

*4h de randonnée, 250 m de dénivelé positif. Nuit à Costa Teguise.*

### **Jour 6 : La Geria, le vignoble volcanique.**

Cette journée se passe dans le sud au niveau de la fameuse vallée de la Geria dédiée à la viticulture : vin de Malvoisie mais aussi moscatel, vino tinto et un mousseux. Le mode de culture adapté au climat et au sol est unique. Une myriade de petites terrasses individuelles bordées de murets en pierre confère à ses pentes une couverture écaillée au gris sombre tacheté du vert de la vigne. Pour admirer ce spectacle offert par l'alliance des hommes et de la nature, vous effectuerez l'ascension de deux cratères, l'un au nord - **Las Lapas (384 m)** où l'on peut chercher les cristaux d'olivine - et l'autre au sud - **Guardilama (603 m)**, plus ancien et plus élevé, il offre un panorama aussi vaste qu'inoubliable.

Pour parachever cette escapade œnologique, vous devez bien sûr de visiter une bodega, la plus ancienne de l'île, où l'on peut déguster et acheter les nectars locaux.

*4h de randonnée, 550 m de dénivelé positif, 550 m négatif. Nuit à Costa Teguise.*

### **Jour 7 : Timanfaya et Caldera Blanca.**

La cerise finale, le bouquet sur le gâteau! Cette journée est consacrée à l'éruption cataclysmique de 1730-1736 qui a tant affecté l'île. Vous visiterez tout d'abord le Centro de Visitantes consacré au volcanisme puis randonnée vers la **Caldera Blanca (458 m)** qui dresse sa claire et imposante silhouette au dessus de la mer de lave formée il y a 270 ans. Le tour de ce large cratère offre des vues incroyables sur l'immensité désolée de laquelle émergent des cratères colorés dont les Montanas des Fuego érigés au cours de ces 6 années d'enfer.

En fin d'après-midi, vous pourrez aller un peu plus au sud et admirer les salines de Janubio et l'improbable lagune d'El Golfo.

*4h de randonnée, 280 m de dénivelé positif, 280 m négatif. Nuit à Costa Teguise.*

### **Jour 8 : Hasta Luego!**

En fonction des horaires d'avion, le choix peut être cornélien entre une visite de la Fondation Cesar Manrique établie dans la demeure que s'était aménagée l'artiste et une ultime baignade turquoise! Vol retour pour la France.

**Important :** ce programme est donné à titre indicatif et peut être modifié par le guide en fonction d'évènements impondérables



# Info trek



## **NIVEAU : FACILE**

Ce sont des étapes de 3h30 minimum à 5h30 maximum.

Le rythme de marche régulier est adapté à tous. De nombreuses pauses jalonnent nos randonnées afin de se désaltérer, admirer les merveilles que la nature offre à nos yeux ou simplement discuter et échanger...

Pas de difficulté particulière sur le parcours hormis le tour du cratère du Monte Corona au profil assez « aérien » et accidenté. Notre parcours emprunte des chemins caillouteux, nous recommandons de bonnes chaussures de marche à tige montante.

**PORTAGE** : Pas de portage, uniquement les affaires de la journée.

**BAGAGES** : Ils restent à votre hôtel pendant 2 jours, vous les emportez simplement sur la Graciosa.

**GROUPE** : 2 personnes minimum à 12 personnes maximum.

**HEBERGEMENT** : Hôtel appartements très confortables, avec piscine, sur la petite ville de Costa Teguisse, en demi-Pension.

**TRANSPORT** : Une location de voiture est comprise pour toute la durée de votre séjour sur Lanzarote. Vous vous rendez à la Graciosa en bateau (ce tarif n'est pas inclus dans notre forfait).

**REPAS** : demi-pension pendant toute la durée du séjour  
**Petit-déjeuner et repas du soir pris au restaurant** de l'hôtel

**NOURRITURE** : vous goûterez les spécialités de poisson, Orzola étant un village de pêcheurs, la fraîcheur est garantie! Impossible également de manquer les **papas arrugadas**, ces patates à la peau ridée traditionnellement accompagnées des sauces **mojo** : vert ou rouge, doux ou piquant, le mojo est préparé à base d'ail, d'huile et de vinaigre que l'on peut additionner de fromage, orange, avocat, amande,... Le tout se déguste avec un bon verre de **vin de Malvoisie**, avec modération bien sûr!

**FORMALITES** : N'oubliez pas votre carte d'identité ou passeport et le permis de conduire.

**SANTE** : Aucun certificat de vaccination n'est exigé. *Etre à jour des ses vaccinations.*

Cependant les rappels du tétanos et de la typhoïde sont néanmoins conseillés.

Penser à apporter votre **Carte Européenne d'Assurance Maladie**, qui est valable 1 an et qu'il faudra demander à votre Caisse d'Assurance Maladie 15 jours avant votre départ.

Cependant les rappels du tétanos et de la typhoïde sont néanmoins conseillés.

**SOUVENIRS** : Artisanat : Poterie, vannerie et broderie. Et si vous l'avez apprécié, une ou plusieurs bonnes vieilles bouteilles de vin de Malvoisie...

**AERIEN en option** : Vol régulier au départ de Paris ou certaines villes de Province (Bordeaux, Marseille, Lyon, Nice et Toulouse). Nous pouvons nous en occuper.



# Lanzarote



## RENSEIGNEMENTS DIVERS

**Capitale :** Santa Cruz de Tenerife (pour la partie occidentale) et Las Palmas (partie orientale)

**Superficie :** 7 447 km<sup>2</sup>

**Langue :** le castillan

**Monnaie :** l'Euro

**Décalage horaire :** - 1 heure (par rapport à la France)

## **Le Parc National de Timanfaya :**

Avant de visiter le Parc National de Timanfaya, il est vivement recommandé de faire une visite au centre culturel de Mancha Blanca. Celui-ci donne une vision complète de cet extraordinaire Parc National. La visite de ce centre est possible du lundi au vendredi de 9h à 15h seulement.

Déclaré Parc National en 1974, Timanfaya s'étend sur les communes de Yaiza et Tinajo, sa superficie est de 51 km<sup>2</sup> et son périmètre de 30 km environ.

Ce Parc est le fidèle témoin de l'activité volcanique très récente sur cette île.

Timanfaya est le résultat d'un épisode géologique violent au cours duquel se sont produits 2 grands processus éruptifs. Le plus intense et le plus long, a commencé en 1730 et s'est terminé que 6 ans après !

Le plus récent a eut lieu en 1824.



# Nécessaire et Indispensable



## LISTE DU MATERIEL :

- un sac à dos de 25 à 35 litres pour les affaires de la journée
- un sac de voyage souple ou une valise
- une bonne paire de chaussures à tige haute (pour un bon maintien des chevilles)
- des tee-shirts, des chaussettes
- sous-vêtements de rechange
- un short
- pantalon de randonnée + rechange
- chaussures légères de détente pour le soir
- protection contre le soleil (crème solaire, stick pour lèvres)
- casquette ou chapeau
- 1 fourrure polaire ou gros pull
- une veste de type Gore-Tex (imperméable et respirante)
- une gourde (au minimum 1,5 litre)
- une trousse de toilette

- **une petite pharmacie personnelle** : élastoplast, double peau, pansements divers, désinfectant (bisephtine), anti-diarrhéique (Immodium ou autre), antalgique (Doliprane ou autre), antibiotique à large spectre, médicament pour la gorge (lysopaine par exemple), pince à épiler, une paire de ciseaux, ...
- maillot de bain et appareil photo : ni nécessaires ni indispensables, ils agrémentent le voyage, pendant et après...
- vos papiers.

**Petit conseil** : vos affaires de rechange, classez-les et rangez-les dans des poches plastiques afin de mieux les protéger de la poussière.



## En vous souhaitant un agréable trek ...



Si nous n'avons pas entièrement répondu à toutes vos questions sur ce voyage :

- appeler nous au : 05 61 97 66 04
- envoyer nous un fax au : 05 61 97 66 04
- un e-mail à : [info@surleshauteurs.com](mailto:info@surleshauteurs.com)
- ou bien un courrier à :



35, Rue Jean Jaurès  
31390 CARBONNE  
TEL/FAX : 05 61 97 66 04  
[www.surleshauteurs.com](http://www.surleshauteurs.com)  
[info@surleshauteurs.com](mailto:info@surleshauteurs.com)

Association Loi 1901 déclaration Atout France IM 031110008

**Garant :** COVEA CAUTION SA Contrat N° 20 379

**R.C.P :** MMA IARD Police N° 119 932 138 10, Boulevard Marie et Alexandre Oyon 72 000 LE MANS

Code APE 633 Z SIRET : 479.869.166.000.13. TVA intracommunautaire : FR52479869166