



35, Rue Jean Jaurès
31390 CARBONNE
TEL/FAX : 05 61 97 66 04
www.surleshauteurs.com
info@surleshauteurs.com



DECOUVERTE DE LA CAPPADOCE

Randonnées dans les plus belles vallées de la Cappadoce, en étoile, sans portage

Séjour 8 jours, 7 nuits

En Hôtel de charme, très confortable, à l'écart des foules et du centre ville, avec équipe locale, composée d'un guide local francophone et d'un chauffeur



Un circuit de randonnée et de découverte dans la plus insolite région de la Turquie : La Cappadoce. C'est une véritable merveille unique au monde, où la nature a façonné un paysage extraordinaire. Subissant l'érosion du vent et de l'eau, le sol de cet immense plateau de tuf volcanique, s'est littéralement transformé en un paysage surréaliste fait de cônes, de pics, de canyons et de cheminées de fées...

Avec ses formations géologiques uniques au monde, la Cappadoce est incontestablement un fantasme de la nature et quasiment une autre planète. Dans la roche volcanique, le vent, la pluie et le gel ont sculpté au cours de millions d'années, le plus ahurissant des décors. En parcourant à pied les sentiers

dans cette création de la nature, vous découvrirez les richesses historiques s'ajoutant à la curiosité des paysages.
L'homme à vécu là, creusant des habitations dans la roche, des villes souterraines, des églises rupestres et même des monastères richement décorés.

DATE :

Toute l'année du dimanche au dimanche (ou autre date pour les groupes à partir de 5 personnes).

TARIFS :

995 € pour Avril, Septembre, Octobre et Novembre,
924€ pour Mars, Mai et Juin,
1055 € pour Août et Juillet

CE TARIF COMPREND :

- le transport aérien au départ de Paris, ou autres villes de Province,
- les taxes d'aéroport,
- déplacements en minibus privés,
- le transfert des bagages
- 1 guide local francophone, assisté d'une équipe locale
- tous les repas sur place,
- hébergement en hôtel de bonne catégorie sur Ankara ** à ***
- Hôtel très confortable, en Cappadoce sur la base en chambre double, Single possible nous la demander à l'inscription,
- les entrées des musées et des sites mentionnés dans le déroulement du trek,
- Transfert du groupe le dernier jour de l'Hôtel à l'aéroport d'Ankara

NON COMPRIS :

- les boissons en dehors des repas,
- les pourboires d'usage
- l'assurance

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

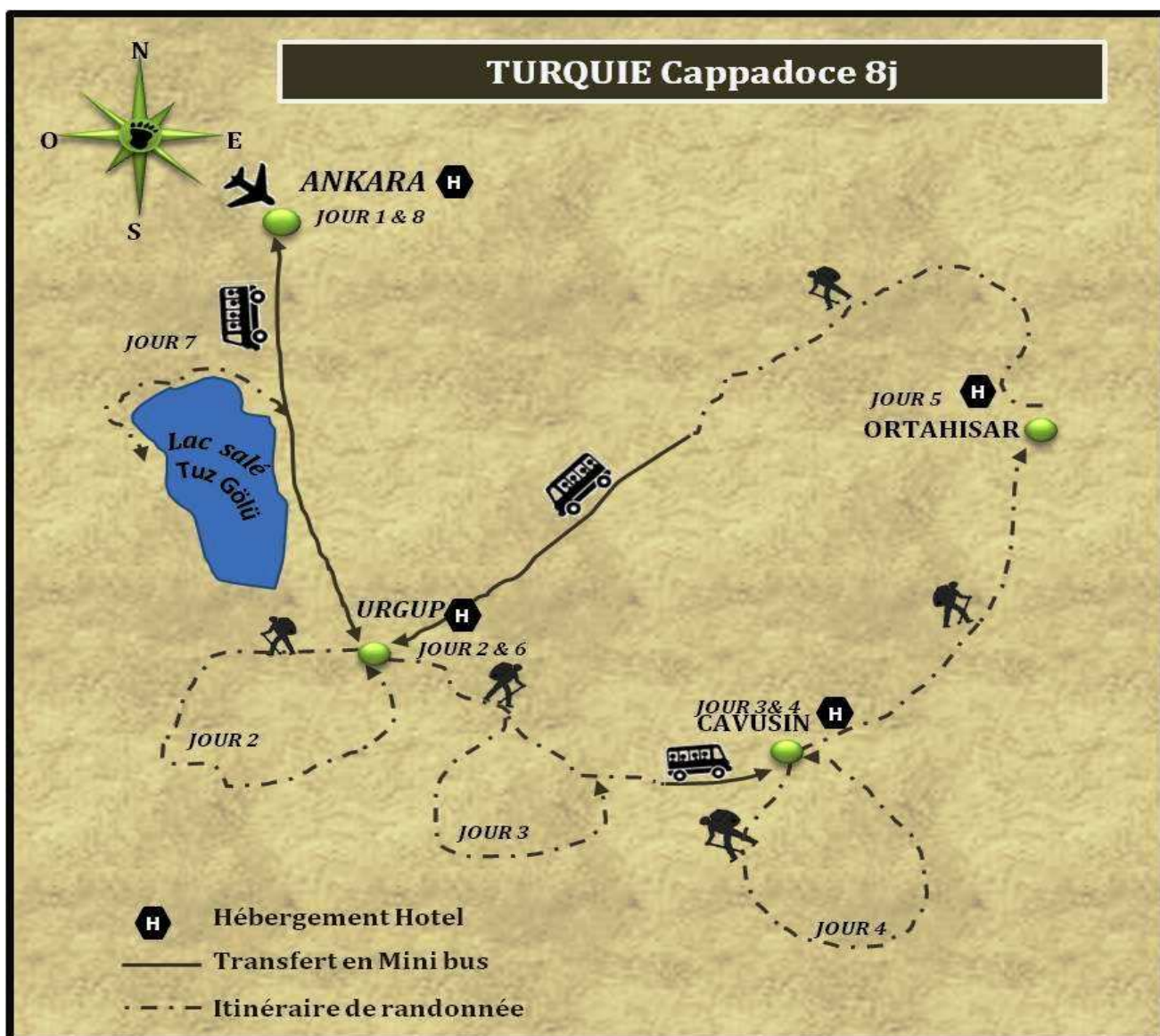
L'Assurance Annulation : non obligatoire mais fortement conseillée, elle permet le remboursement du prix du voyage moins les frais de dossier en cas d'annulation pour raisons graves à moins de 45 jours du départ. Elle coûte 2,5 % du prix du voyage. Nous vous proposons également une assurance Rapatriement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

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

Points forts :

- Découverte de villages et de vallées « hors du temps »
- nuits dans des hôtels sélectionnés pour leur calme et leur confort, loin des axes touristiques, au cœur de la Cappadoce
- Découverte de la plus insolite région de Turquie : la Cappadoce
- Un circuit progressif dans les efforts, sans aucune difficulté particulière
- Un itinéraire très complet pour vraiment découvrir les plus belles vallées de la Cappadoce

Votre itinéraire





Déroulement du trek



Jour 1 : ANKARA

Accueil à l'aéroport et transfert à l'hôtel pour la nuit.

Jour 2 : ANKARA - IHLARA

Départ d'Ankara dans la matinée.

Nous quittons la Capitale en direction de la Cappadoce. Notre véhicule sillonne durant 4h le plateau anatolien et passe par les rives du gigantesque lac salé (Tuz Gölü, superficie 1700 Km²), exploité pour la production de sel de cuisine.

Après 4h de route, via les rives du lac salé, nous arrivons dans le village de Belisirma. Après le repas du midi nous découvrons ce véritable canyon formé par une rivière souterraine voilà des millions d'années. Les moines Syriens fuyant les arabes au 7^e siècle y découvrirent un paradis... Ils creusèrent dans les falaises des habitations troglodytiques ainsi que des églises... Nous découvrons aujourd'hui les fresques qui savent résister au temps.

3h de marche. Nuit en Pension.

Jour 3 : IHLARA - UZENGI et PANCARLIK

Nous quittons la région d'Ihlara en direction du cœur de la Cappadoce. En route nous visitons la ville souterraine de Derinkuyu où nous visitons la ville souterraine creusée sur une profondeur de 57 m. autrefois utilisée par les indigènes dans le but de se protéger des envahisseurs.

Notre balade commence sur le plateau de Pancarlik aux petits vallons de couleurs multicolores. Visite de l'église de Pancarlik aux fresques encore intactes et poursuite de la randonnée en direction des chapelles et églises rupestres de Kepez et Sarica. Excavées au 6^{ème} siècle, ces églises furent tapissées de fresques au 10^{ème} siècle. En outre, elles présentent une architecture étonnante.

Sur notre chemin se trouvent de nombreuses formations rocheuses du paysage cappadocien avec une forme d'érosion rappelant des pénitents et des meringues !

Notre balade nous mène dans la vallée d'Uzengi. Nous suivons la vallée sur les rives de la rivière d'Üzengi parmi de belles formations rocheuses. A partir du 18^{ème} siècle sur les parois les plus élevées de la vallée les Cappadociens creusèrent des pigeonniers en quantité innombrable. Aujourd'hui leurs façades étant tombées pour la plupart, vous apercevrez les nombreuses excavations qui servaient de nichoirs aux pigeons.

Nous retrouvons notre véhicule pour réintégrer notre pension.

Nuit en Pension, 4h de marche.

Jour 4 : VALLEES DE ZEMINDERESI ET AVCILAR

La Cappadoce est une terre née du feu; Durant des millions d'années les cendres projetées par les volcans de l'Anatolie couvrirent la région subissant par la suite une intense érosion jusqu'à nos jours. Le résultat est sublime: vallées, crêtes, cônes et cheminées de fées s'offre aux visiteurs. Nous découvrons aujourd'hui ces merveilles.

Nous commençons la journée par une randonnée dans la vallée de Zeminderesi qui termine la matinée dans la vallée de l'amour: des cheminées de fées aux formes phalliques se dressent ici plus suggestives qu'ailleurs... Dans l'après-midi nous poursuivons notre chemin dans la vallée dite d'Avçilar. À chaque détour de chemin vous découvrirez des formes nouvelles que l'Homme par endroits a utilisées pour en

tirer avantage : habitations troglodytiques et pigeonniers.

En fin d'après-midi nous vous proposons la découverte de l'artisanat qui fait vivre les habitants de cette région où l'on interdit l'industrie par souci de préserver cette belle nature. Les turcs étaient des nomades originaires des steppes d'Asie Centrale où ils vivaient sous tentes avec pour seul vrai trésor des revêtements de sol facilement transportables que les femmes produisaient: le tapis. Aujourd'hui cette tradition ne s'est pas perdue et les habitantes la font perdurer.

Nuit en Pension à Göreme.

Jour 5 : AKVADI - UÇHISAR - VALLEE DES PIGEONNIERS.

Voilà une belle occasion de découvrir la Cappadoce de haut; Ceux qui le désirent peuvent choisir d'expérimenter un vol en Montgolfière (facultatif).

Voilà l'occasion pour ceux qui le désirent (optionnel) d'expérimenter un vol en montgolfière; nul par ailleurs cette activité n'offre une telle beauté de paysage.

Transfert au départ de la vallée d'Akvadi (Vallée Blanche). Randonnée à travers les cheminées de fées, et les arbres fruitiers au rythme des chants des oiseaux qui peuplent la vallée.

Arrivée au village d'Uçhisar et visite de la forteresse du haut duquel nous aurons une vue magnifique sur toute la Cappadoce. Déjeuner dans un restaurant.

Dans l'après-midi notre randonnée se poursuit dans la vallée des pigeonniers au milieu des tufs de couleurs différentes et des tunnels naturels, visite de quelques pigeonniers abandonnés.

Nuit en Pension, 5h de marche.

Jour 6 : VALLEES de PASABAGLAR et KIZILÇUKUR

Départ pour la vallée de Pasabalar, un lieu fantastique qui semble présenter une coupe chronologique de la formation des cheminées de fées: tandis que certaines sont en train de se former, d'autres ont déjà terminé leur existence !

Marche en suivant un beau sentier en direction du village de Çavusin. Visite ici d'une belle église dédiée Saint Jean Baptiste, qui fut décapité sur la demande de la princesse Salomé, en remerciement de "la danse des sept voiles" qu'elle fit pour le roi Hérode...

Notre marche se poursuit ensuite dans la vallée de Kizilçukur. Cette vallée est véritablement une cerise sur le gâteau: paysages fantasmagoriques, couleurs variées, vallons et pics innombrables...

En fin d'après-midi nous vous ferons découvrir l'artisanat local: la Cappadoce étant une belle région protégée par l'UNESCO l'industrie y est sous contrôle; c'est donc tout naturellement que le tissage traditionnel de la tapisserie s'est intensifié ici.

Nuit en Pension. 5/6h de marche.

Jour 7 : CAPPADOCE - ANKARA

Dans la matinée nous voyons les formations rocheuses extraordinaires de la vallée de Derwent : l'étonnement est à son paroxysme ; des formes à vous en couper le souffle : Derviches tourneurs, chameaux, danseurs, Sainte vierge (!) etc...

Avant de quitter la Cappadoce définitivement nous vous proposons une dernière balade : Randonnée dans la vallée de Çat où se trouvent de centaines de pigeonniers troglodytiques creusés dans la falaise. Continuation vers Ankara. Installation l'hôtel pour la nuit.

Jour 8 : RETOUR

Transfert à l'aéroport pour le vol du retour.

Note : nous pouvons être amenés à modifier quelque peu l'itinéraire indiqué en cas de force majeure en fonction de la météo, de la date, du nombre et/ou du niveau des participants.



Info trek



NIVEAU : pour marcheurs moyens pratiquant déjà la randonnée, étapes de 5h à 6h, sur sentier en montagne

En Cappadoce : Etape facile, tous les jours, traversée de superbes villages, paysages de cultures et de contrastes marqués entre les versants cultivés et les versants arides, en Cappadoce.

Circuit en étoile tous les jours à partir de notre hôtel.

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

GROUPE : de 4 à 12 personnes

ENCADREMENT : Par un guide local francophone, assisté d'une équipe locale composée d'un chauffeur de bus.

HEBERGEMENT :

En Cappadoce : randonnée en étoile à partir de différents hôtels de charme et sélectionnés pour leur confort et leur qualité !

En l'hôtel confortable à Ankara ** à *** (en chambre double).

Single possible, nous la demander à l'inscription.

REPAS : Pension Complète pendant toute la durée du trek, petit déjeuner et repas du soir.

Le repas du midi à base de différentes salades, sera préparé par votre guide.

NOTES SUR LE PAYS

CLIMAT : circuit à faire de préférence au printemps ou en automne, car les saisons ne sont pas trop chaudes.

FORMALITE : n'oubliez pas votre passeport **et visa obligatoire pour les Anglais**, délivré sur place pour 15 € et vérifier sa validité ou carte nationale d'identité.

RENSEIGNEMENTS DIVERS

Superficie : 779 452 km²

Capitale : Ankara

Régime : Démocratie parlementaire, Président de la République

Population : environ 70 millions d'habitants

Religion : musulmane

Langue : le Turc (avec l'alphabet latin), anglais parlé couramment sur les sites touristiques

Monnaie : Livre turque

Devises à emporter : des Euros en cash, qui seront changés sur place en arrivant.

Décalage horaire :

- 1 heure (par rapport à la France)

SANTE : aucun certificat de vaccination n'est exigé pour les voyageurs venant d'Europe.

Etre à jour des ses vaccinations.

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

DEPLACEMENT : En minibus privé pour tous les transferts.

SOUVENIR : Beaucoup de souvenirs dans les souks à Ankara, artisanat, poterie, bijoux, céramique, faïence, tapis et vêtements,

Une visite d'un atelier de tapis ainsi qu'un vol en montgolfière au dessus de la Cappadoce au lever du soleil, vous sera proposé.

AERIEN : Vol régulier au départ de Paris sur Ankara pour l'Aller et Retour ou autre ville de Province
Autre ville possible, nous en faire la demande avant l'inscription.

CONVOCATION :

Elle vous sera envoyée quelques jours avant votre départ en mentionnant les horaires de départ et de retour.

SAVOIR VIVRE :

Respecter les coutumes locales dans un pays accueillant, c'est faire preuve d'une grande courtoisie envers ce magnifique pays.

Quelques règles de bonne conduite à connaître :

- l'accès des mosquées et des lieux saints est interdit aux non-musulmans.
- Evitez les tenues provocantes
- Acceptez le thé à la menthe, geste d'hospitalité
- Si vous êtes invité à partager un repas familial, vous vous laverez les mains.
- Mangez avec la main droite, goûtez à tout, mais vous n'êtes pas obligés de tout finir...
- Evitez de boire, de manger, et de fumer en public dans la journée pendant la période du Ramadam.
- Avant de photographier une personne, n'oubliez pas de lui demander son autorisation



Nécessaire et Indispensable



LISTE DU MATERIEL :

- un sac à dos de 25 à 35 litres pour les affaires de la journée
- une bonne paire de chaussure à tige haute (pour un bon maintien des chevilles)
- des chaussettes
- des tee-shirts
- pantalon en toile
- fourrure ou un gros pull
- une veste de type Gore-Tex (imperméable et respirante)
- chaussure légères de détente pour le soir à l'étape
- gant et bonnet en début de saison en Cappadoce
- protection contre le soleil (crème solaire, stick pour lèvres)
- un short
- sous vêtements de rechange
- une gourde (au minimum 1,5 litre)
- une lampe frontale

- **une petite pharmacie personnelle** : élastoplast, double peau, pansements divers, 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, une boîte de Micropur ou Hydroclonazone afin de traiter l'eau prise dans les sources et les fontaines...
- votre appareil photo
- vos papiers

- et un sac de voyage souple ou une valise

Petits conseils et astuces : vos affaires de rechange, classez-les et ranger-les dans des poches plastiques afin de mieux les protéger de la poussière ou autre durant votre séjour.

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
- ou bien un courrier à :



35, Rue Jean Jaurès
31390 CARBONNE
TEL/FAX : 05 61 97 66 04
www.surleshauteurs.com
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