

ITINÉRANCE RANDONNÉE-SAMBUCO (Italie)

30 juin au 2 juillet 2023



PROGRAMME

Jour 1: Sambuco

Vous serez attendus en fin de journée à Sambuco à l'Hôtel ALBERGO DELLA PACE sur la place du village.

Nous y dînerons et dormirons, ambiance chaleureuse et locale assurées.

Jour 2: Direction le refuge Don Franco Martini à 2068 m - 10 kms / 1000D+

Après un bon petit-déjeuner au refuge, nous partirons pour une randonnée en boucle à la journée (avec pique-nique) pour venir rejoindre le refuge qui nous accueillera pour le dîner et la nuit. Nous aurons en ligne de mire le **sommet du Bersaio (2 386 m)**.

Repas et nuit au refuge autogéré.

Jour 3: Descente au village avec passage à la Chiardoletta

Pour cette dernière journée, nous nous redescendrons pour environ 6km tout en passant par un village typique piémontais.

Ainsi, nous viendrons clôturer avec un bon déjeuner au Meridiana sur la place.

COMPLÉMENT DE PROGRAMME

En fonction de la météorologie ou pour toutes autres raisons indépendantes de notre volonté, nous pouvons modifier ce programme.

ACCUEIL

Rendez-vous le vendredi 30 juin 2023 en fin de journée à Sambuco.

Le lieu exact du RDV : Albergo Della Pace - Via Umberto I, 32/34, 12010 Sambuco

Fin du séjour le dimanche 2 juillet aux alentours de 15h.

FORMALITÉS

Durant la randonnée, vous devez être en possession des documents suivants :

-Carte d'identité en cours de validité ou Passeport.

-Carte vitale

HÉBERGEMENT

Nous séjurerons vendredi soir à l'Hôtel ALBERGO DELLA PACE. Niché dans la commune italienne de la province de Coni dans la région Piémont en Italie.

Nuitée en chambres doubles avec salle de bain privée.

Le samedi, nous rejoindrons le refuge autogéré Don Franco Martini, situé à 2068m d'altitude, à la frontière italienne.

PORTAGE DES BAGAGES

Sur ce séjour, vous porterez votre matériel avec vous.

Vous devrez donc prévoir un sac à dos d'environ 35 à 50L.

GROUPE

Groupe limité à 10 personnes

ENCADREMENT

Pour ce séjour, vous serez accompagnés par Antonio, accompagnateur diplômée, passionnée de l'Italie et moi-même.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

- Tee-shirt technique (évitez le coton)
- Veste chaude en polaire
- Veste coupe-vent imperméable et respirante (type gore-tex,)
- Pantalon, short de randonnée
- 1 bonnet et/ou un tour de cou multifonction type BUFF©,
- Une paire de gants fins
- 1 à 2 paires de chaussettes de randonnée
- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, à semelle type Vibram
- 1 grand sac plastique permettant de protéger l'intérieur du sac à dos
- 1 paire de lunettes de soleil catégorie 3 à 4
- 1 gobelet, 1 couteau/fourchette repliable pour les pique-niques
- Des vivres de course de votre préférence, pour les petits creux dans la journée (fruits secs, barre de céréales...)
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre votre argent, carte d'identité, carte bancaire, carte vitale..
- 1 couverture de survie
- Crème solaire et écran labial
- Un couteau
- 1 lampe frontale
- Un « sac à viande » (drap de sac de couchage)
- Casquette ou chapeau
- Gourde

-
- Battons de marche pour ceux qui les utilisent.

Pour vous sentir comme à la maison le soir, n'oubliez pas :

- Votre trousse de toilette
- Un masque et des boules Quies pour dormir sur vos deux oreilles

En cas de petits bobos (votre guide aura également une pharmacie collective) :

- Vos médicaments habituels
- Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- Bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8 cm de large, -double peau (type Compeed ou SOS ampoules).

PRIX PAR PERSONNE : 395€

LE PRIX COMPREND

- La pension complète et nuitées en refuge du vendredi soir au dimanche midi
- L'encadrement par un accompagnateur
- La taxe de séjour

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le transport entre votre domicile et Ville-Vieille
- Les boissons et le vin pendant les repas
- Le matériel précisé ci-dessus