



Taurus, Cappadoce et Istanbul
- VE08 -
14 jours... 10 de marche

	Avec aérien	Sans aérien		Avec aérien	Sans aérien
20 mai au 2 juin 12	1 135 €	755 €	12 au 25 août 12	1 275 €	795 €
3 au 16 juin 12	1 175 €	795 €	26 août au 8 sept 12	1 195 €	795 €
17 au 30 juin 12	1 175 €	795 €	9 au 22 sept 12	1 155 €	795 €
1 au 14 juil 12	1 195 €	795 €	23 sept au 6 oct 12	1 125 €	795 €
15 au 28 juil 12	1 245 €	795 €	7 au 20 oct 12	1 055 €	795 €
29 juil au 11 août 12	1 275 €	795 €			
Sup. chambre individuelle : 125 € (hôtel et pension)					
Tente individuelle dans le Taurus : 35 €					

Nous découvrirons d'abord la Cappadoce, l'une des régions les plus fascinantes de la planète. Les coulées de laves volcaniques qui remontent à huit millions d'années, érodées par les eaux, s'y découpent aujourd'hui en aiguilles et cheminées de fée aux troncs coniques. Terre des premiers anachorètes, cette région regorge d'églises rupestres, de monastères et d'habitations troglodytiques qui vous emporteront dans un univers féerique.

L'art rupestre y culmina à l'époque byzantine, avec d'extraordinaires fresques polychromes. C'est à pied lentement, en suivant les vallons, les vignes et les vergers, qu'il faut découvrir les richesses cachées de cette région, où la vie s'écoule encore comme en dehors du temps.

A l'inverse, les reliefs du Taurus nous sont presque familiers : vertigineuses parois de granit, torrents impétueux, lacs de montagne aux eaux fraîches. La nudité de la montagne s'y réchauffe au contact de quelques nomades qui passent l'été dans les pâturages. Accueillis sous la yourte pour se voir offrir le thé, nous y redécouvrirons la valeur de l'hospitalité...

Pour finir nous découvrirons Istanbul ville magique avec le Palais de Topkapi, la Mosquée Bleue, Sainte Sophie et le Grand Bazar...

Déroulement et itinéraire

Jour 1 - Ankara

Vol pour Ankara. Accueil à l'aéroport et installation à l'hôtel. Selon l'heure d'arrivée, visite libre de la ville.

Jour 2 - Vallée d'Ihlara

Bus pour la vallée d'Ihlara par le plateau anatolien et les rives du gigantesque lac salé de Tuz Gölü jusqu'à Selime. La vallée d'Ihlara, formée à la suite de brisures et d'effondrements survenus au cours du refroidissement des laves expulsées par les volcans Hasan et Erciyes, puis élargie par l'érosion due à la pluie et au vent, est un véritable canyon aux parois verticales pouvant atteindre jusqu'à 150 m de hauteur. Nous marchons dans cette merveilleuse gorge qui offrit refuge à différentes civilisations durant des millénaires. Nous suivons la rivière de Melendiz et découvrons, des habitations troglodytiques ainsi que des églises rupestres datant du 6 au 12ème siècles dont les fresques sont encore intactes. C'est à travers plantations de saules et de peupliers que nous accédons au village d'Ihlara. Nuit en pension.

Temps de marche : 3h30 environ.

Jour 3 - Zelve - Pasabaglari - La Vallée Rouge

Nous quittons la région d'Ihlara en direction du cœur de la Cappadoce. Visite au passage de la ville souterraine de Derinkuyu creusée sur une profondeur de 57 m et autrefois utilisée par les Chrétiens pour se protéger des envahisseurs. Découverte ensuite du musée en plein air de Zelve, puis marche à travers les cheminées de fée de Pasabag. Ici, vous découvrirez les plus typiques demoiselles coiffées et sans doute les plus belles de toute la Cappadoce. Ensuite, à travers champs longeant le pied des falaises, nous gagnons le début d'un ensemble de vallées appelées Gulludere, Kizilçukur, vallée rose et rouge qui doit son nom aux belles couleurs rouge et rose. On découvre ici le résultat féérique du travail de millions d'années, de l'érosion par le vent et la pluie, sur une roche volcanique tendre. Pics, vallons, pénitents et cheminées de fée y alternent harmonieusement. L'ingéniosité de l'homme y a ajouté une touche particulière, par le besoin de s'intégrer dans ce paysage lunaire : habitations troglodytiques en grand nombre et églises décorées de fresques encore bien conservées. Nuit en pension à Goreme.

Temps de marche : 5h00 environ.

Jour 4 - Akvadi - Uçisar - vallée des Pigeonniers

Transfert au départ de la vallée d'Akvadi (vallée Blanche). Randonnée à travers les cheminées de fée et les arbres fruitiers au rythme des chants des oiseaux qui peuplent la vallée. Arrivée au village d'Uçisar, visite de la forteresse du haut de laquelle nous aurons une vue magnifique sur toute la Cappadoce. Marche ensuite dans la vallée des Pigeonniers au milieu des tufs de couleurs différentes et des tunnels naturels. Visite de quelques pigeonniers abandonnés. Nuit en pension à Goreme.

Temps de marche : 5h00 environ.

Jour 5 - Vallée de Gomedas - Mustafapasa

Nous commençons par la vallée de Pancarlik aux petits vallons de couleurs multicolores aux nombreux cônes de tuf volcanique, allant du jaune soufre au rouge foncé. 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 10ème siècle. En outre, elles présentent une architecture étonnante.

Notre balade nous mène ensuite dans la vallée d'Uzengi. Marche le long des rives de la rivière d'Üzengi parmi de belles formations rocheuses. A partir du 18ème siècle sur les parois les plus élevées de cette 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. Arrivée à Mustafapaşa, village qui fut habité par les Grecs orthodoxes jusqu'en 1923, date à laquelle fut signé le traité de Lausanne prévoyant un échange des populations entre la Grèce et la Turquie. Nuit en pension de charme.

Temps de marche : 5h00 environ.

Jour 6 - Massif du Taurus - Kabuzbasi (1000 m)

On quitte la Cappadoce pour la chaîne du Taurus, plus précisément pour le village de Kabuzbasi situé à l'ouest du massif. Après le déjeuner au village de Yahyali, nous nous enfonçons dans la vallée de Zamanti. Paysage sauvage, en traversant plusieurs petits villages qui bordent la rivière. Notre voyage se termine au petit village de Kabuzbasi où se trouve notre campement. Première rando pour découvrir de belles chutes d'eau.

Temps de marche : 2h00 environ / M et D : 50 m.

Jour 7 - Village de Barazama - Sogukpinar (1800 m)

Trek pour le camp de Sogukpinar. On prend un sentier qui passe au dessus de la rivière pour rejoindre le village de Barazama où les habitants gardent toujours leur mode de vie depuis des siècles. Par une forêt de pins ensuite pour atteindre notre campement de Sogukpinar (la source froide).

Temps de marche : 6h00 environ / M : 800 m.

Jour 8 - Les sept lacs (3100 m)

Montée progressive pour "les Sept Lacs" par la magnifique vallée de Hacer dominée par de superbes parois "dolomitiques". Campement sur le plateau des sept lacs. Possibilité de baignade au lac situé près du camp.

Temps de marche : 5h00 environ / M : 1300 m.

Jour 9 - Mont Emblar (3723 m) - Sokullupinar (2000 m)

Ascension du Mont Emblar offrant une vue sur toute la chaîne du Taurus, mais aussi sur le massif de l'Alaca et des Bolkars et sur les volcans Hasan (3268 m) et Argées (3916 m). Descente sur le col de Çelikbuyduran (3450 m) et pique-nique près d'une source d'eau fraîche avant de poursuivre par la superbe vallée de Karayalak dominée par le Demirkazik (3756 m), principal sommet du Taurus. Campement à Sokullupinar.

Temps de marche : 6h00 environ / M : 600 m - D : 1700 m.

Jour 10 - Plateau d'Eznevit (2500 m) - vallée d'Emli (1800 m)

Par un beau sentier, montée progressive sur le plateau d'Eznevit (2500 m). Selon l'époque, nous aurons peut-être la chance de rencontrer les semi-nomades qui montent en altitude en période de transhumance. Puis descente à travers une forêt de résineux jusque dans la vallée d'Emli. Nuit en campement.

Temps de marche : 5h00 environ / M : 500 m - D : 700 m.

Jour 11 - Vallée de Kazikali - Elekgolu - Cukurbag

Nous continuons par la magnifique vallée de Kazikali au fond de laquelle se trouve le village d'Elekgolu cerné de champs de blé et d'arbres fruitiers. Après une pause thé dans ce beau village, court transfert pour l'autre village de Cukurbag situé au pied du Taurus. Dîner et nuit au village.

Temps de marche : 4h00 environ / D : 300 m.

Jours 12 et 13 - Istanbul

Vol pour Istanbul tôt le matin. Visite libre durant deux jours complets pour découvrir les divers sites que révèle la capitale de l'empire Byzantin et Ottoman. Aujourd'hui, Istanbul honore et préserve le legs de son passé tout en se préparant pour un essor moderne. Vous pourrez visiter le palais de Topkapi, la Mosquée Bleue, et Sainte Sophie, flâner dans le Grand Bazar ou naviguer sur le Bosphore. Nuit en hôtel***.

Jour 14 - Istanbul

Visite libre d'Istanbul, selon vos horaires de vol, bus ou taxi pour l'aéroport et vol retour.

Les horaires sont donnés à titre indicatif et calculés pour des marcheurs moyens hors pauses et temps pris pour le pique-nique. M = montée ; D = descente.



- Une vraie traversée du massif du Taurus.
- Une randonnée inoubliable au cœur des cheminées de fée.
- Deux journées complètes pour visiter Istanbul.

L'esprit Visages

Les raisons sont diverses pour marcher : retrouver un rythme naturel, faire l'expérience de ses limites, s'évader, rencontrer l'autre... Ecole d'humilité et de sagesse, depuis 30 ans la marche à pied est notre passion, notre philosophie.

Du Queyras au Vietnam, nous vous faisons randonner là où notre parfaite connaissance du terrain nous permet de vous proposer des itinéraires de qualité et des hébergements accueillants, le plus souvent familiaux.

Des Alpes du Sud aux terres du Sud, nos expériences ont forgé une équipe de correspondants locaux, de guides et d'accompagnateurs, fiers de leurs terroirs et désireux de les partager en toute simplicité. Ils sont, pour la plupart, amis et partagent la même passion : le rapprochement des peuples et l'évasion vers une nature encore intacte.

L'esprit Visages est né, à vous de le faire vivre !

Randonnée



En Cappadoce

Étape de 4 à 5h00 en moyenne et de 12 à 15 km sur chemins, pistes ou sentiers vallonnés avec un sac à dos léger. Dénivelée peu significative.

Dans le Taurus

Étapes de 5h00 en moyenne pouvant présenter des dénivelées positives de 600 m à 800 m environ et/ou avec des distances de 15 km. Vous portez vos affaires de la journée. Possibilité de passage en altitude. Vous marchez régulièrement sur sentiers de randonnées. Vous pratiquez une activité physique régulière.

Hébergement et nourriture

- En hôtel*** à Ankara et Istanbul
- En pension en Cappadoce base chambre double avec linge de toilette fournie.
- Une nuit en gîte dans le Taurus.
- En tente 3 places pour 2 personnes avec matelas dans le Taurus avec tente mess et tente cuisine pour les repas.

La nourriture turque est l'une des plus savoureuses qui soient et essentiellement à base de denrées fraîches, beaucoup de crudités, très variées. Les repas y sont très copieux. Particularité, les olives au petit-déjeuner et le fromage de chèvre. Les boissons : le café turc, le thé. Pique-niques copieux à midi ou repas pris parfois dans des petits restaurants locaux.

- En Cappadoce les repas du soir et les petits-déjeuners sont pris à la pension ou au restaurant.
- Dans le Taurus les repas du soir et les petits-déjeuners sont préparés par un cuisinier et pris sous la tente mess.

Nuits supplémentaires Istanbul

Hôtel	Prix par personne en B&B	
	Chambre double	Chambre individuelle
Metropol***	40 €	60 €
Centrum****	60 €	90 €
Vol intérieur (Ankara=>Istanbul)	A partir de 60 €	
Transfert aéroport	20 € environ pour 2 à 3 personnes	

Ankara

Hôtel	Prix par personne en B&B	
	Chambre double	Chambre individuelle
Almer***	35 €	45 €
Transfert aéroport		35 € environ pour 2 à 3 personnes

Encadrement

Un guide turc francophone de Visages pour 4 à 15 participants.

Transferts locaux et portage

- Bus publics ou privés selon les cas.
- Vol intérieur sur Cie régulière
- Les bagages sont acheminés par bus, ou par mules et 4X4 dans le Taurus. Avec vous uniquement vos affaires de la journée.

Aérien

Tous nos vols sont prévus au départ de Paris sur vol régulier (Turkish airlines, Lufthansa, Austrian airlines ou Pegasus Airlines...).

Départ de province

- Départ possible de toutes les grandes villes de province. Supplément à partir de 50 € par personne pour frais de dossier.
- **Départ avancé ou retour différé.** Supplément à partir de 50 € par personne.
 - Départ avancé : rendez-vous au premier hébergement (coordonnées sur convocation).
 - Retour différé : dispersion à la fin de la dernière prestation du circuit.

Dans les deux cas le transfert aéroport est à votre charge.

Départ de Marseille

L'aéroport Marseille-Provence, gestionnaire des parkings, propose un très intéressant système de "Chèque Parking". Consulter le site : chequeparking.com. Nous pouvons, si vous le souhaitez, vous le réserver à l'inscription.

Convocation pour le départ

Avec aérien

A l'aéroport. Les lieux et heures exacts vous seront précisés quelques jours avant le départ.

Sans aérien

Au 1er hébergement, les lieux et heures exacts vous seront précisés quelques jours avant le départ. Il est impératif de nous communiquer **votre heure d'arrivée et votre n° de vol au plus tard une semaine avant votre départ.**

Formalités et santé

Passeport ou carte d'identité valable au moins trois mois après la date de retour.

Argent et pourboires

- La monnaie est la lire Turque : TRY – 1 € = 2.60 Turkish Lira.
 - Nous vous conseillons de changer de l'argent à l'aéroport ou d'en retirer directement avec votre CB (nombreux distributeurs à Ankara, Istanbul ou en Cappadoce).
- De toute façon, si vous désirez rapporter un objet cher (tapis), il est toujours possible de payer en carte bleue ou de retirer de l'argent dans une banque.

Le pourboire est une véritable tradition en Turquie et les Turques eux-mêmes y ont recours entre eux. Néanmoins, il ne faut pas oublier qu'il s'agit d'une gratification que l'on donne lorsque l'on estime que le service pour lequel on a payé a été bien rendu et nos équipes savent qu'il ne s'agit pas d'un dû.

Suivant l'importance du groupe et le niveau que vous voulez donner au remerciement, il est bien de laisser au minimum une somme de 20 € par personne pour l'équipe et pour le guide à votre convenance. Il est préférable qu'une personne du groupe se charge de récolter les pourboires et les remette elle-même à l'équipe.

Pour les restaurant ou autres, la somme usuelle à laisser est d'un montant de 10 % de la somme payée.

Le prix

Il comprend

- Le vol aller-retour sur vol régulier
- Le vol intérieur pour Istanbul
- Les taxes aériennes
- Tous les transports locaux prévus au programme
- L'hébergement en hôtel*** à Ankara et Istanbul, en pension en Cappadoce et sous tente et en gîte dans le Taurus
- La pension complète sauf les repas à Ankara et Istanbul
- L'encadrement par un guide turc de Visages, un cuisinier, des muletiers
- Le matériel de cuisine (tente mess + tente cuisine)
- Le matériel de camping (tentes de 2 + matelas mousse)

Il ne comprend pas

- Les repas à Ankara et Istanbul
- Les entrées de sites en Cappadoce et à Istanbul (compter 60 € environ)
- Les frais d'inscription à moins de 45 jours 20 € par dossier (offerts sur Internet)
- L'assurance assistance/rapatriement (1 %)
- L'assurance annulation, vol et perte de bagages, interruption de séjour (2,5 %)

Guide et bibliographie

- Turquie - Guides Bleus - Hachette
- Turquie - Lonely Planet
- Géopolitique de la mer noire - Editions Karthala
- Turquie - Editions Hermé

Climat

L'Anatolie centrale offre un climat continental et semi-désertique. À 900 m d'altitude, cet immense plateau bénéficie d'un été chaud mais sain, avec des nuits fraîches. À l'est, la steppe fait place à de hauts pâturages, entourés de montagnes. Les monts du Taurus offrent un climat aussi très agréable de juin à septembre avec des températures douces. La Cappadoce connaît parfois des chutes de neige en hiver.

Istanbul connaît un été chaud et humide. Aux brumes matinales qui nimbent le Bosphore succèdent parfois des averses orageuses le soir. L'hiver le climat y reste assez doux.



Inscription

Sur visages-trekking.com ou à l'aide du bulletin d'inscription figurant à la fin du catalogue VISAGES, ou joint, à la fiche descriptive ou à télécharger sur le site, accompagné d'un acompte de 30 %. Un exemplaire du bulletin d'inscription vous sera ensuite retourné, validé par nous.

Modalités de paiement

Si vous vous inscrivez + de 3 mois avant le départ, deux avantages :

- Vous versez un acompte réduit de 10%.
- **Vous bénéficiez de 3 % de réduction.**

Sinon acompte de 30% lors de l'inscription : solde 30 jours avant le départ.

Pour toute inscription à moins d'un mois du départ, il est nécessaire de régler la totalité du circuit. Les réductions ne sont pas cumulables et ne s'appliquent pas aux groupes constitués bénéficiant déjà d'un prix spécifique.

Conditions de vente

Les conditions générales et particulières de vente sont celles définies dans notre brochure générale.

Assurance

Nous vous engageons vivement à souscrire une assurance "Annulation-Assistance-Rapatriement" même si le paiement avec certaines cartes bancaires peut vous couvrir partiellement. C'est pourquoi Visages a négocié auprès d'EUROP ASSISTANCE une formule d'assurance totalement adaptée aux types de nos circuits. L'Assistance/Rapatriement vous est proposée au prix de 1 % du prix du circuit choisi et l'annulation au prix de 2,5 %. Elles peuvent être souscrites indépendamment l'une de l'autre, doivent être prises à l'inscription et ne peuvent prendre effet qu'après le paiement de l'intégralité du prix du circuit. Un exemplaire du contrat, détaillant les garanties souscrites et la procédure à suivre, vous sera adressé en même temps que la confirmation de votre inscription ou sur simple demande.

Visages

Licence IM005110001

Garantie financière : Crédit Lyonnais - 05200 Embrun

Responsabilité civile professionnelle :

RCP : AXA France - 26 rue DROUOT - 75009 PARIS

Pour plus de confort et de sécurité, partez bien équipés.

Garder la tête froide ou chaude !

- Chapeau ou casquette indispensable !
- Lunettes de soleil protection 3 ou 4 couvrant parfaitement les yeux.

La règle des 3 couches

- Tee-shirts manches courtes ou longues, légers et respirants pour permettre l'évacuation de la transpiration. Ces vêtements sont aujourd'hui appelés des secondes peaux.
- Couche intermédiaire pour apporter de la chaleur type fibre polaire.
- Veste imperméable type Goretex idéale pour protéger du vent comme de la pluie.

Les pantalons de saison

- Pantalon épais pour une protection suffisante, à la fois respirant et déperlant, selon la saison et/ou en cas de mauvais temps.
- Pantalon léger pour les climats chauds vous protégeant de la végétation ou du soleil tout en conservant une aisance de marche.
- Short en tissu léger, séchant rapidement.
- Collant chaud pour la nuit.
- Maillot de bain
- Sous-vêtements de rechange.

Les pieds et les mains

- Chaussures adaptées à l'activité, toujours montantes pour préserver la cheville des torsions, de préférence avec une membrane Goretex pour l'étanchéité et la respiration. L'accroche et la qualité de la semelle permettent la randonnée sur tous les chemins. Pour les circuits trekking, il est vivement conseillé d'avoir des semelles semi-rigides.

Notre conseil : Ne découvrez pas la qualité de vos chaussures le premier jour d'une randonnée ! Il est indispensable de les essayer à plusieurs reprises et d'en être satisfait avant de partir.

- Des chaussures de détente : sandales ou baskets, pour les visites culturelles ou la fin de journée, elles doivent être adaptées à la marche tout en étant légères et agréables.
- Chaussettes de marche en laine ou en soie avec renfort aux talons et sur l'avant du pied.

Le sac

- Votre sac de voyage ne doit pas dépasser 15 Kg. Ce sac sera transporté dans la journée par véhicules, ou mules selon les cas et vous le retrouverez au camp, à la pension ou à l'hôtel, le soir.
- Votre sac à dos doit être suffisamment grand pour contenir vos affaires de la journée (gourde, appareil photo, coupe-vent, tee-shirt de rechange...) : le format de 35 litres est un bon compromis entre encombrement, poids et volume disponibles.

Les indispensables

- Sac de couchage de bonne qualité (température de confort -5°/-10°) + drap cousu.
- Couteau de poche*.
- Stylo, briquet, épingles de sûreté*.
- Lingettes humides pour la toilette.
- 2 gourdes d'un litre (isothermes de préférence).
- Petit nécessaire de couture* + nécessaire de toilette + 1 paire de lacets de rechange.
- De la crème solaire.
- Des pastilles purifiantes pour l'eau.
- Lampe de poche, frontale de préférence.

- Couverture de survie (modèle renforcé).
- Quelques sacs plastique pour protéger vos affaires en cas de pluie ou un sur-sac étanche.
- Un petit sac pour vos détritrus.
- Du papier toilette.
- Une paire de bâtons télescopiques (conseillé)
- Des jumelles et un appareil photo (facultatifs).
- Des boules Quiès... (Facultatif).

* à mettre dans les bagages de soute durant le vol.

Une pharmacie personnelle

- Vos médicaments personnels habituels.
- Vitamine C.
- Médicament contre la douleur.
- Anti-diarrhéique.
- Traitement antibiotique à large spectre (sur prescription médicale).
- Collyre et crème antibiotique pour les yeux.
- Bande adhésive élastique type Elastoplast.
- Petits pansements adhésifs.
- Compresses désinfectantes.
- Double peau (ampoules).
- Traitement pour rhume et maux de gorge.
- Un anti-moustique puissant.
- Un tube de Biafine.
- Un anti-inflammatoire (pommade ou gélule).

Cette liste de matériel est à adapter suivant la saison.

Il est préférable d'avoir sur vous en permanence dans une pochette étanche :

- Carte d'identité ou passeport.
- De l'argent liquide + CB.
- Votre contrat d'assistance (assurance Visages ou autres).

Nos partenaires équipement



Votre retour en quelques mots ... Votre opinion est essentielle !

L'équipe de Visages met tout en œuvre pour que votre trekking soit une réussite, c'est pourquoi vos commentaires nous sont très précieux : ils nous permettent d'améliorer la prestation de nos partenaires et le déroulement de nos circuits.

Désormais la fiche d'appréciation est disponible en ligne, dans votre espace client, rubrique : **"Votre retour en quelques mots"**. Ne manquez pas de la remplir !

Vous avez envie de partager vos photos avec d'autres randonneurs ?

N'hésitez pas à nous envoyer un cd de vos plus beaux clichés !

Nous vous ferons un avoir de 30 € sur votre prochain voyage par photo publiée dans nos brochures.