



Magie de Cappadoce et d'Istanbul

- VF31 -

8 jours... 4 de marche

	Avec aérien	Sans aérien		Avec aérien	Sans aérien
23 au 30 oct 11	1 055 €	625 €	26 fév au 4 mars 12	995 €	595 €
30 oct au 6 nov 11	995 €	595 €	1 ^{er} au 8 avril 12	995 €	595 €
25 déc au 1 ^{er} janv 12	1 095 €	665 €	15 au 22 avril 12	1 075 €	645 €
1 ^{er} au 8 janv 12	995 €	595 €	22 au 29 avril 12	1 075 €	645 €
19 au 26 fév 12	995 €	595 €			
Jusqu'à 11 ans		- 85 €	De 12 à 17 ans		- 55 €
Sup. chambre individuelle : 115 € (hôtel et pension)					

Un monde étrange...à découvrir en famille. Au cœur de la Turquie la plus authentique, la Cappadoce offre un tableau surréaliste sculpté par la nature et les intempéries où règne une lumière inouïe... On y retrouve des vallées blanches, roses et rouges, des falaises érigées en citadelles criblées de cavités naturelles, de somptueuses cheminées de fée, des aiguilles de tuf, véritables forêts lunaires où poussent vignes et vergers...

Nous irons ensuite découvrir la "magique Istanbul", frontière entre l'Orient et l'Occident...

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 - Belisirma

Bus pour le village de Selime et la vallée d'Ihlara. Marche ensuite jusqu'à Belisirma. Véritable coup d'épée dans le roc, la vallée d'Ihlara aux parois abruptes recèle de nombreuses églises richement décorées. Nuit en pension à Belisirma.

Temps de marche : 3h00 environ.

Jour 3 - Vallée d'Ihlara - Cavusin

Marche jusqu'au village d'Ihlara. Découverte de nombreuses églises aux peintures très bien conservées, témoignant d'une grande ferveur religieuse.

Au village d'Ihlara, nous retrouvons notre taxi pour partir en Cappadoce. En route, nous visitons la ville souterraine de Derinkuyu qui comprend 8 étages sous terre... Impressionnant... Nous commençons notre marche en Cappadoce par Pasabag (les vignes du seigneur).

On y découvre les plus typiques et sans doute les plus belles demoiselles coiffées de toute la Cappadoce. Tandis que certaines ont perdu leur chapeau, d'autres en possèdent encore plusieurs ; tandis que certaines sont à la fin de leur vie, d'autres sont en train de se former... Notre sentier en balcon nous mène jusqu'au village de Cavusin. Ce petit village construit autour de deux massifs rocheux criblés d'ouvertures d'anciennes maisons troglodytiques fut au V^{ème} siècle un grand centre de pèlerinage consacré à Saint Jean-Baptiste comme en témoigne aujourd'hui sa vaste basilique. Nuit en pension à Cavusin.

Temps de marche : 5h30 environ.

Jour 4 - Vallée de Kızılçukur - La vallée Rose - Cavusin

Nous commençons par la vallée de Kızılçukur (Vallée Rouge) qui doit son nom aux belles couleurs rouge et rose des tufs volcaniques, résultat féérique du travail de millions d'années d'érosion dû au vent et à la pluie, sur une roche volcanique tendre. Pics, vallons, pénitents et cheminées de fée 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 Cavusin.

Temps de marche : 5h30 environ.

Jour 5 - Akvadi - Uçhisar - Güvercinlik

Randonnée dans la Vallée Blanche, jusqu'à Uçhisar, village construit autour d'un promontoire rocheux qui domine toute la vallée. Nous trouvons sur notre chemin de nombreuses habitations troglodytiques et églises témoins de la période chrétienne. Arrivée au village, visite de la forteresse (vue panoramique de toute la Cappadoce). L'après-midi, nous marchons dans la vallée des Pigeonniers au milieu des pénitents dans un paysage lunaire. Nuit en pension à Göreme.

Temps de marche : 5h30 environ.

Jours 6 - Istanbul

Bus pour Kayseri et vol pour Istanbul. Visite libre de la ville. Nuit en hôtel.

Jour 7 - Istanbul

Visite guidée d'Istanbul qui possède un patrimoine historique, culturel et architectural immense. Elle est bien plus importante qu'Ankara, capitale de la Turquie. Les monuments les plus célèbres sont le palais de Topkapi, la Mosquée Bleue, le musée de Sainte Sophie etc. Le grand bazar et le marché égyptien valent aussi le détour... Nuit à l'hôtel.

Jour 8 - Istanbul

Visite libre d'Istanbul, si les horaires d'avion nous le permettent, transfert à l'aéroport et vol de retour.



- La nuit en habitation troglodytique (selon période)
- La visite d'Istanbul avec un guide culturel
- Le choix des pensions en Cappadoce

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

Qui peut venir ?

Ces voyages doivent rester des voyages en famille. C'est pourquoi nous demandons la présence d'au moins l'un des deux parents, et d'au moins un adulte pour deux enfants. Il est aussi possible d'emmener le cousin ou le copain préféré.

Age

En règle générale les enfants peuvent venir à partir de 6 ans, mais c'est bien entendu aux parents d'estimer si l'enfant est en âge de participer et d'apprécier les conditions particulières d'une randonnée de plusieurs jours.

Randonnée



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

Votre profil : vous pratiquez la marche de temps à autres sur chemins ou sentiers.

Hébergement et nourriture

- En hôtel 3* à Istanbul et Ankara et en pension en Cappadoce base chambre double avec linge de toilette fournie.
- Une nuit en habitation troglodytique en fonction des conditions atmosphériques (trop froid à certaines périodes de l'année).

La nourriture turque est une des plus savoureuses qui soit 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. Les repas du soir et les petits-déjeuners sont pris à la pension ou au restaurant.

Extension libre à Istanbul

Nous vous proposons deux hôtels situés dans le centre "historique" près des principaux monuments que vous pourrez visiter à pied au départ de votre hôtel.

Hôtel	Prix par personne en B&B	
	Chambre double	Chambre individuelle
Metropol 3*	40 €	60 €
Centrum 4*	60 €	90 €
Vol intérieur (Ankara=>Istanbul)	A partir de 60 €	
Transfert aéroport	20 € 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. Les bagages sont acheminés par bus. Vous portez uniquement vos affaires de la journée.

Aérien

Départ de Paris

Vols réguliers ou low cost au départ de Paris avec Austrian, Lufthansa, Turkish 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.
Compter environ 30 € la course en taxi et 10 € Bus public + taxi

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 **vosre 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.

Vaccins : aucun vaccin n'est obligatoire. Nous vous conseillons cependant d'être à jour des vaccinations classiques : diphtérie, tétanos, poliomyélite, fièvre typhoïde.

Dentiste et médecin : nous recommandons d'effectuer une visite de contrôle avant votre départ.

Vous voyagez avec des enfants :

Les enfants sont soumis aux mêmes obligations de passeport que les adultes.

Les inscriptions de mineurs sur les passeports des parents sont désormais impossibles, les mineurs doivent être titulaires d'un passeport individuel. La possession de ce document, en cours de validité, est suffisante pour permettre au mineur de sortir du territoire français.

NB : Si vous voyagez en compagnie de vos enfants porteurs de leur carte d'identité et s'ils ne portent pas votre nom, veuillez à emporter impérativement votre livret de famille. Si ce ne sont pas vos enfants, une autorisation de sortie du territoire vous sera demandée en plus de leur carte d'identité.

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.

Dans le cadre de ce voyage lorsqu'il est conseillé de laisser un pourboire (restaurant ou autres) la somme usuelle est d'un montant de 10 % de la somme payée.

Le prix

Il comprend

- Le vol aller-retour sur vol régulier
- Le vol intérieur Kayseri=>Istanbul
- Les taxes aériennes
- Tous les transports locaux prévus au programme
- L'hébergement en hôtel 3*** à Ankara et Istanbul, en maison troglodyte et pension en Cappadoce
- La pension complète sauf les repas à Ankara et Istanbul
- L'encadrement par un guide turc de Visages
- La visite guidée d'Istanbul

Il ne comprend pas

- Les repas à Ankara et Istanbul
- Les entrées de sites (compter 40 € 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 %)

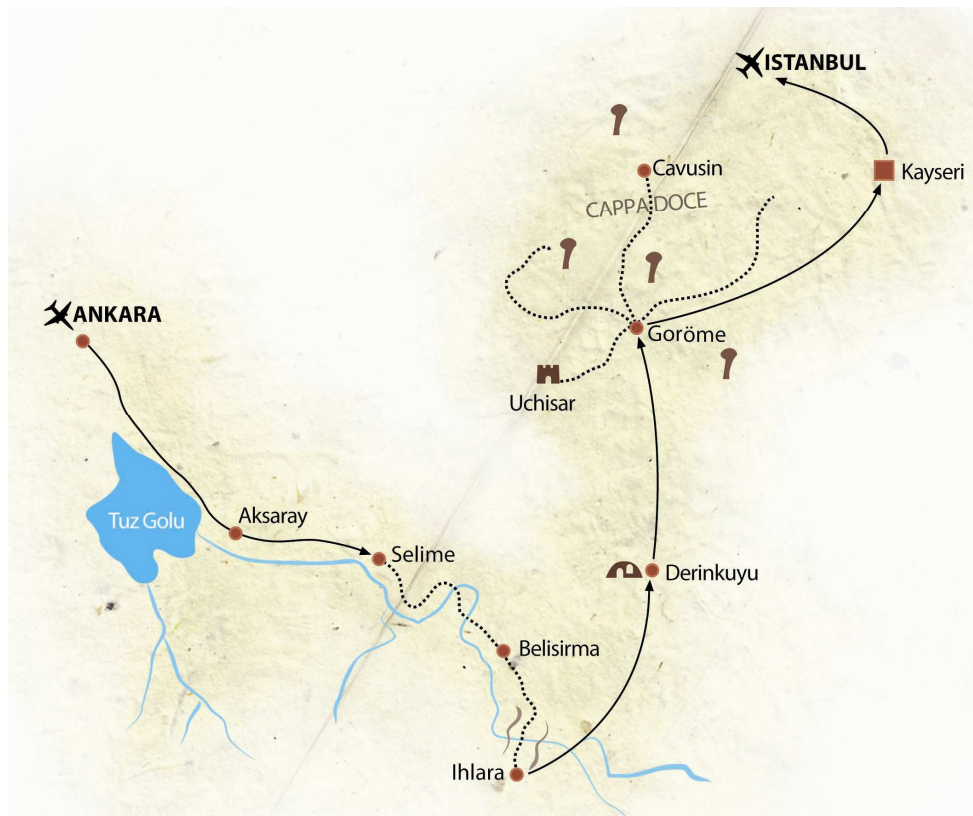
Guide et bibliographie

- 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.

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

Garder la tête froide ou chaude !

- Chapeau ou casquette indispensable !
- De très bonnes lunettes de soleil

La règle des 3 couches

- Tee-shirts manches courtes ou longues, légers et respirant 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 vous protégeant de la végétation ou du soleil tout en conservant une aisance de marche.
- Short en tissu léger, séchant rapidement.
- Sous-vêtements de rechange.

Les pieds et les mains

- Chaussures adaptées à l'activité, de préférence montante pour préserver la cheville des torsions, 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.

Notre conseil : Ne découvrez pas la qualité de vos chaussures le premier jour d'un trek ! 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 coton avec renfort aux talons et sur l'avant du pied.

Le sac

- Votre sac de voyage (pas de valise) ne doit pas dépasser 15 Kg. Ce sac sera transporté dans la journée par véhicules et vous le retrouverez au camp le soir.
- Votre sac à dos (**sac de cabine durant le vol**) 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

- Couteau de poche*.
 - Stylo, briquet, épingles de sûreté*
 - Du savon liquide
 - 1 gourde d'un litre (isotherme de préférence).
 - Petit nécessaire de couture* + nécessaire de toilette + 1 paire de lacets de rechange.
 - De la crème solaire
 - 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.
 - 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 :

- Votre passeport ou votre Carte d'identité.
- 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 oeuvre 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.