



## Des neiges à la Fournaise

- VL04 -

13 jours... 11 de marche

Départ possible tous les jours, toute l'année 12	
2 participants	1 465 €
3 participants	1 295 €
4 participants	1 295 €
5 participants	1 125 €
Au-delà nous consulter	
Votre vol à partir de 795 € TTC	
Sup. chambre individuelle à Cilaos et St Gilles : 95 €	

Un itinéraire en liberté pour une traversée de cette île aux mille facettes. Petite terre majestueuse perdue au cœur de l'Océan Indien, la Réunion offre une variété de contrastes saisissants entre le lunaire, le tropical et le minéral. Avec une population arc-en-ciel, l'île présente une culture métissée à découvrir sans modération. Un itinéraire pour une traversée complète de l'île en 13 ou 9 jours... Avec et sans portage...

### Déroulement et itinéraire

#### Jour 1 - St Denis de la Réunion

Accueil à l'aéroport. Transfert immédiat dans nos montagnes. Pas de transition, vous serez directement confrontés à la réalité des Hauts : montagnes verdoyantes, cascades et patrimoines culturels (cuisine, architecture, vie agricole). Hell Bourg est classé parmi les plus beaux villages de France : ses cases créoles, au milieu des montagnes, le méritent bien ! Visite possible de la case Folio et son jardin tropical, guidés par la famille Folio, habitante du village de longue date. Nuit en gîte.

#### Jour 2 - Forêt de Bélouve - Trou de Fer

Nous montons dans la forêt de Bélouve, l'une des plus belles de la Réunion, jusqu'au point de vue du Trou de Fer. Le sentier serpente dans une végétation tropicale inextricable. L'humidité permanente des lieux rend le chemin assez boueux... Le Trou de Fer est un effondrement béant dans la forêt où se jettent des cascades de plusieurs centaines de mètres de hauteur. Nous les verrons d'en haut, seuls le canyoning ou l'hélicoptère permettent de s'en approcher. Le transfert jusqu'au site du volcan marque la transition brutale entre l'exubérance tropicale et l'univers minéral volcanique. Lors de votre transfert possibilité de visite de la Maison du volcan, musée éducatif sur les phénomènes volcaniques mondiaux et locaux. Nuit en gîte.

Temps de marche : 5h30 env. / M : 750 m - D : 150 m.

### **Jour 3 - Tour des Cratères de la Fournaise**

En fonction de la réglementation du moment, plusieurs sentiers sont proposés dans cet univers minéral très particulier qui ont chacun leur spécificité : sentier classique du sommet du volcan ou la Plaine des Sables et son univers lunaire ou encore les sentiers de l'enclos et les cônes éruptifs sont les itinéraires permettant aux randonneurs de découvrir ce site grandiose. Le carnet de route tiendra compte de l'itinéraire "classique", le sommet. Nuit au gîte du volcan.

Temps de marche : 5h30 env. / M - D : 600 m.

### **Jour 4 - La Plaine des Cafres**

Du site lunaire aux portes du volcan actif de la Fournaise, vous traverserez toute la chronologie de formation du massif actif avec ses nombreuses fractures géologiques dans un univers bucolique d'alpages.

Temps de marche : 6h00 env. / M : 200 m - D : 1000 m.

### **Jour 5 - Refuge de la caverne Dufour**

Longue montée depuis les hauts plateaux de la Réunion, appelés "plaines", marqués par de nombreux cônes stromboliens, juxtaposition des deux massifs aux reliefs plus doux. Vous traverserez mille et un paysages où la notion d'isolement prend tout son sens car la nature y est préservée sur de grandes étendues. C'est le sentier caractéristique de l'île aux multiples facettes (alpages, landes à bruyères, forêts tropicales humides...) et aux multiples substrats (boue, racines, sur crête, sur échelles...). Nuit en refuge ou sous tentes. Au refuge du Piton, pas d'eau courante, pas de douche, mais un bon repas préparé par le gardien.

Temps de marche : 6h00 / M : 1200 m - D : 200 m.

### **Jour 6 - Piton des neiges (3070 m) - Cilaos**

Tôt le matin, vous partez avec un petit sac pour le lever du soleil au sommet puis retour au gîte où vous prendrez un second petit-déjeuner. Descente panoramique sur Cilaos avec vue permanente sur la mer en traversant en 3h00 tous les étages de la végétation représentative des hauts de l'île. L'après-midi, visite libre de Cilaos, connu pour son vin, ses thermes, ses broderies et ses lentilles. Nuit à l'hôtel.

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

### **Jour 7 - Col du Taïbit (2082 m)**

Nous partons pour le 3<sup>ème</sup> cirque : Mafate. Montée au col du Taïbit d'où nous découvrons le cirque. Nous entrons dans la magie de Mafate : ce cirque abrite environ un millier d'habitants, répartis en minuscules villages inaccessibles par la route. A Mafate, se côtoient télé satellite et cuisine au feu de bois, hélicoptère et marche à pied. Mais le sourire des habitants est toujours bien là... Descente vers ces îlets où l'isolement est total. Nuit en gîte.

Temps de marche : 7h30 env. / M : 1100 m - D : 800 m.

### **Jour 8 - Col de Fourche - Grand Ilet**

Ascension du col séparant les deux cirques pour basculer sur Salazie, autre vision panoramique de ce cirque. Descente dans une superbe forêt primaire : fuchsias, orchidées, cascades... jusqu'au village de Grand Ilet, grenier agricole du cirque. Nuit en gîte.

Temps de marche : 7h30 / M : 600 m - D : 1100 m.

### **Jour 9 - Cirque de Mafate - Grand Place**

Nous entrons de nouveau dans Mafate pour découvrir sa partie auparavant invisible : nous prenons là, le sentier scout, qui offre sans doute, les plus beaux points de vue sur Mafate jusqu'à Grand Place. Nuit en gîte.

Temps de marche : 6h00 env. / M : 900 m - D : 1100 m.

## Jour 10 - Grand Place - Dos d'Ane

De Grand Place, nous descendons dans la Rivière des Galets que nous traversons une quinzaine de fois, avant de monter sur Dos d'Ane. Nuit au gîte.

Temps de marche : 6h00 env. / M : 750 m - D : 300 m.

## Jour 11 - Plaine des Chicots

Très beaux passages en crête : sentier panoramique longeant Mafate d'un côté et la Réserve de la Roche Ecrite de l'autre. Nuit au gîte forestier de la plaine des Chicots.

Temps de marche : 5h30 env. / M : 1000 m - D : 100 m.

## Jour 12 - La Roche Ecrite (2277 m)

Tôt le matin, nous partons sans sac, pour le sommet de la Roche Ecrite, l'un des plus beaux points de vue de la Réunion. La végétation se raréfie, jusqu'au sommet que nous atteignons en 1h30 environ. De là, la découverte des cirques de Salazie et Mafate est saisissante jusqu'au volcan, véritable résumé panoramique de votre périple. Retour au gîte où nous reprenons les sacs pour une descente vers le monde moderne, St Denis. Lors de votre transfert sur St Gilles vous remarquerez les belles demeures créoles vestiges de l'épopée de la canne au XIX<sup>ème</sup> siècle.

Installation à l'hôtel, au bord du lagon. L'eau n'est jamais à moins de 25°C.

Temps de marche : 5h00 env. / M : 450 m - D : 1100 m.

## Jour 13 - Saint Gilles

Fin du circuit à votre hôtel après le petit-déjeuner.

Journée libre à St Gilles, départ de nombreuses activités : plongée, hélicoptère, ULM...

*Les horaires sont donnés à titre indicatif et calculés pour des marcheurs moyens hors pauses et temps pris pour le pique-nique.*

**Attention :** le site de l'Enclos (dernière caldeira dans laquelle se situe le Piton de la Fournaise lui-même) peut subir des modifications de réglementation d'accès du fait de la forte probabilité de transformations physiques (éruptions en cours ou "fraîches", instabilités). Aussi, dans ce cas, un descriptif supplémentaire vous sera remis à votre arrivée pour vous orienter vers d'autres curiosités tout aussi intéressantes, le massif comportant plus de 100 km de sentiers officiels !



- La traversée des forêts primaires.
- La traversée d'est en ouest pour des panoramas encore plus inoubliables.
- La cuisine au feu de bois à Mafate.

## 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 !

## Trekking



- Etape de 4 à 7h00 nécessitant une bonne condition physique. La marche s'effectue sur tous types de chemins (cailloux, boue, dalles volcaniques abrasives, racines) et pouvant varier en cours de journée en fonction de la météo... Tous les villages sont reliés entre eux par route sauf à Mafate (autonomie de 2 jours) et au Piton des Neiges (autonomie de 2 jours).

NB : Certains terrains peuvent changer en fonction du climat, ainsi les durées de marches peuvent s'en trouver rallongées.

- Votre profil : vous êtes sportif endurant et marchez très régulièrement sur sentiers ou hors sentiers.

## Le voyage liberté

Ce circuit s'effectue sans guide/accompagnateur et sous votre propre responsabilité. Nous vous fournissons toutes les indications nécessaires au bon déroulement de votre circuit, mais nous ne pouvons en aucun cas être responsables d'une erreur d'itinéraire ou d'un départ trop tardif le matin qui pourrait poser des problèmes pour arriver à l'étape suivante.

## Documents fournis

- 1 "road book" très détaillé de votre circuit avec : une estimation des horaires, les hôtels ou pensions avec toutes leurs coordonnées.
- 1 bon d'échange pour chaque prestation prévue au programme.
- Les extraits de carte au 1/25 000ème avec, dessus, votre itinéraire ainsi qu'une carte générale de l'île.
- Une étiquette Visages pour vos bagages avec votre nom écrit dessus à mettre impérativement sur le sac qui sera transporté d'un hôtel à l'autre.

**Tout ce dossier vous sera envoyé après versement du solde de votre voyage.**

## Sur place nous vous remettons :

- Les bons d'échanges pour les hébergements et les autres prestations (transports, visites)
- Un complément d'information, à joindre avec votre itinéraire qui vous a été remis avant votre départ, pour vous guider sur les lieux d'hébergement et vous informer sur les modifications ponctuelles.

## Hébergement et nourriture

Vous serez logés en hôtel à Cilaos et St Gilles base chambre double.

La nuit précédant l'ascension au Piton des neiges se fait en refuge ou en campement aménagé, sans chauffage, sans eau courante donc sans douche.

Toutes les autres nuits, vous serez logés dans des gîtes confortables, en dortoir ou en chambres partagées selon les gîtes.

Vous êtes hébergés en 1/2 pension sur l'ensemble du séjour (sauf repas à St Gilles). A la Réunion, le carry est roi : "ragoût" de viande ou de poisson accompagné de riz ou de lentilles, plus ou moins épicé selon la demande.

Vos pique-niques pourront être préparés sur commande auprès de vos hébergements. Vaste choix de restaurants à St Gilles pour les repas libres.

**NB :** pensez à prendre avec vous des contenants type Tupperware, gobelets plastiques et couverts de pique-nique, cela vous facilitera la vie pour les transporter et les apprécier !

## Extension libre en hôtel à St Gilles ou St Denis

Repos pour le corps et l'esprit... ou profiter des dernières possibilités de l'île à multiples facettes sportives (canyon, VTT, parapente, pêche au gros, voile, kayak, surf...), culturelles (visite de villes, des aquariums, des musées alentours), spectaculaires (survol en hélicoptère ou en ULM)...

### A St Gilles

Prix par nuit et par personnes en B&B	
triple	41 €
double	51 €
individuelle	88 €

### A St Denis

Prix par nuit et par personnes en B&B	
double	33 €
individuelle	52 €

## Extension libre en hôtel à l'île Maurice

Vous êtes dans l'Océan Indien, profitez-en ! Il est possible de trouver des vols au départ de St Denis vers l'île Maurice à partir de 280 €. Nous consulter.

### *Villa 2\*\**

A Flic en Flac, cette charmante villa offre un accueil et une décoration soignée. Situé à l'ouest de l'île, à 100 m d'une plage de sable fin, vous pouvez aussi profiter de la piscine. Restauration à la carte.

Prix par nuit et par personne en 1/2 pension		
	individuelle	double
1 <sup>er</sup> octobre au 30 novembre 11 9 janvier au 30 avril 11 1 <sup>er</sup> au 31 octobre 11	60 €	40 €
1 <sup>er</sup> au 23 décembre 11 1 <sup>er</sup> mai au 30 sept 11	55 €	35 €
24 décembre 10 au 8 janvier 12	80 €	45 €
Aéroport / hôtel Maurice	35 € / pers / transfert	
Frais de dossier extension à Maurice	30 € / personne	

### *Hôtel 3\*\*\**

Au nord est de l'île à Grand Gaube, ce complexe hôtelier et spa à taille humaine saura vous offrir tout le confort, le charme et l'attention d'un séjour haut de gamme.

Prix par nuit et par personne en 1/2 pension		
	individuelle	double
1 <sup>er</sup> octobre au 30 novembre 11 5 janvier au 30 avril 11	140 €	100 €
1 <sup>er</sup> au 23 décembre 11 1 <sup>er</sup> mai au 30 septembre 11	120 €	85 €
24 décembre 10 au 4 janvier 11	235 €	120 €
Aéroport / hôtel Maurice	35 € / pers / transfert	
Frais de dossier extension à Maurice	30 € / personne	

**NB :** lorsque vous prenez une extension, si votre vol nécessite un transfert aéroport en dehors de celui du groupe, ce dernier est à votre charge.

A réserver auprès de l'accompagnateur (ou par vos soins en liberté) :

- St Gilles / aéroport : 70 € de 1 à 4 personnes / 100 € de 5 à 8 personnes
- St Denis/aéroport : 25 € environ la course.

## Transferts locaux et portage

Avec vous uniquement vos affaires de la journée.

Vous retrouvez votre bagage tous les soirs à l'étape et ne portez que vos affaires de la journée les J2, J3, J4, J8, J10 et J12.

Portage allégé les J5, J6, J7, J9 et J11 : vous avez donc dans votre sac, votre pique-nique, votre eau, une petite trousse de toilette et seulement les sous-vêtements de rechange pour la journée du lendemain.

## Groupe

A partir de 2 participants.

## Aérien

Possibilité de vol de Paris et des principales villes de province à partir de 795 € selon la période sur les compagnies régulières ou affrétées Air Austral, Corsairfly ou Air France. Nous consulter.

• **Si vous prenez votre vol par l'intermédiaire de Visages**, il est obligatoire de prendre notre assurance annulation à 2,5% sur la totalité du voyage pour pouvoir couvrir les frais d'annulation du vol. En effet pour obtenir de bons tarifs ces vols ne sont ni remboursables ni modifiables.

• **Si vous achetez vous-même votre vol, il est impératif de nous communiquer votre heure d'arrivée et votre n° de vol au plus tard une semaine avant votre départ.**

• **Départ avancé ou retour différé.**

- 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](http://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*

A l'aéroport de St Denis, 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 en cours de validité.

Passeport obligatoire valable encore 6 mois pour l'extension à l'île Maurice.

**Vaccin** : 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, veillez 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 pourboire**

Vous trouverez des distributeurs de billets dans la plupart de vos villes étapes.

Comme en France, bien que beaucoup plus inscrits dans la culture locale, les pourboires doivent refléter votre satisfaction.

### **Le prix**

#### ***Il comprend***

- L'assistance de notre correspondant francophone.
- Un carnet de route détaillé avec cartes et itinéraire tracé (un pour 4 participants).
- Le transfert aéroport du premier jour.
- Tous les transports locaux nécessaires au déroulement du circuit.
- L'hébergement en hôtel confortable en B&B à St Denis ou St Gilles.
- La 1/2 pension en gîte ou en refuge ou en campement aménagé durant la randonnée.
- Le portage des bagages tel que décrit.

#### ***Il ne comprend pas***

- L'aérien.
- Les transferts aéroport du dernier jour (compter 70 € de 1 à 4 pers. / transfert).
- Les boissons et dépenses d'ordre personnel, les pourboires.
- Le transfert Le Bloc/Cilaos, Cilaos/Sentier départ Taïbit.
- Les visites suggérées.
- Les déjeuners et les repas à St Gilles et St Denis.
- Les frais d'inscription à moins de 45 jours 15 € par dossier (offerts sur Internet).
- L'assurance assistance/rapatriement (1 %).
- L'assurance annulation, vol et perte de bagages (2,5 %).

#### ***Vos dépenses complémentaires***

- Les transferts aéroport / hôtel St Gilles / aéroport (Environ 70 € la course).
- Le transfert Le Bloc / Cilaos, Cilaos / Sentier départ Taïbit (1 € /pers).
- Un dîner et un déjeuner à St Gilles entre 8 et 20 € par repas (en gargote locale : entre 5 et 7 €).
- Les pique-niques commandés en gîte la veille : entre 7 et 12 € (faire les courses à l'épicerie coûte évidemment moins cher).
- Visites de musées suggérées au programme : 3 à 7 €/pers (Maison du Volcan, Stella Matutina, Maison Folio à Hell Bourg, Musée "Far Far" sur Cilaos).

### **Guide et bibliographie**

- Réunion, Geoffroy Morhain, 2010, *Guides Bleus évasion*

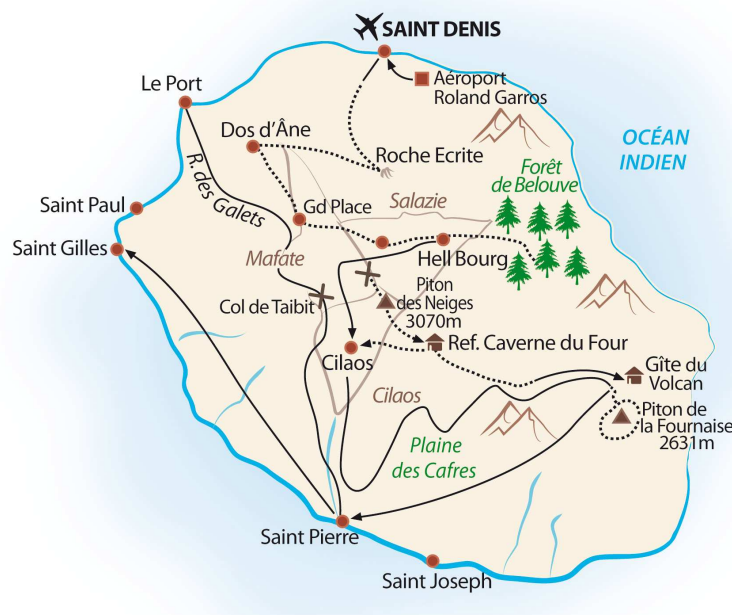
- Récits et traditions de La Réunion, Jean Valentin Payet, 2000, Légendes des mondes
- Les jardins créoles, île de La Réunion, Collectif, 1996
- L'empreinte française, Jean-François Samlong, 2005

### Cartes

- Carte touristique La Réunion, IGN 1 :100 000,
- Carte 4402RT St Denis, IGN, Top 25
- Carte 4401RT St Paul Le Port, IGN, Top 25
- Carte 4406RT Le Piton de La Fournaise, IGN, Top 25
- Carte 4405RT St Pierre, IGN, Top 25

### Climat

De type tropical le climat de La Réunion profite des Alizés et ne souffre pas de températures trop élevées. Ce climat se caractérise par une saison sèche et une saison « plus humide ». La meilleure période pour y randonner reste de mai à novembre, la saison sèche. Octobre et novembre sont les mois qui correspondent à notre printemps pour la flore locale. De décembre à avril il fait très humide et les cyclones sont fréquents.



### Inscription

Sur [visages-trekking.com](http://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.

### Modifications et inscriptions tardives

- Frais de dossier s'appliquant aux modifications de prestations à moins de 15 jours du départ : 25 €.
- Frais de traitement prioritaire du dossier si inscription à moins de 15 jours du départ et l'envoi Chronopost des documents, de 35 € pour la France, 65 € pour l'étranger (Suisse, Belgique, Allemagne, Autriche).

### 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 n° 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.
- Un bonnet au fond du sac est fortement conseillé.

### 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 : surtout pour les circuits côtiers...
- 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'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 soie avec renfort aux talons et sur l'avant du pied.
- Pour les circuits en altitude une paire de gants est indispensable.

### **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 à l'hôtel les soirs tel que prévu au programme.
- 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**

- Drap cousu, couverture fournies par les hébergements.
- Couteau de poche\*.
- Stylo, briquet, épingles de sûreté\*
- Lingettes humides pour la toilette.
- Du savon liquide sans rinçage
- 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.
- Des jumelles et un appareil photo (facultatifs).
- Des boules Quiès... (facultatif)
- Tupperware (pour les pique-niques en salade).
- Bâtons de marche (facultatifs)

\* 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 si extension à l'Ile Maurice).
- 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.

