Carpates

La grande traversée des Carpates

21 jours, 14 jours de marche
Voyage Trek et randonnée, Trek
Niveau : SOUTENU
Exceptionnel

Les Carpates, qu'elles soient ukrainiennes, slovaques, polonaises ou roumaines, alignent le même ordre de beauté naturelle et humaine. Pour les découvrir nous vous proposons un itinéraire exclusif qui part de Cracovie, plus belle ville de Pologne, jusqu'à Bucarest, capitale de la Roumanie, via le sud de l'Ukraine et la Slovaquie.

Cet itinéraire de 3 semaines entrecoupé de journées touristiques et relaxantes lors des changements de pays, permet de parcourir en une traite l'intégralité de la chaîne des Carpates et d'en gravir tous les plus hauts sommets.
Les Carpates polonaises et slovaques : de Cracovie à Kosice.
Elles sont de loin les plus connues, sous le nom de Tatras ; que ce soit en Slovaquie ou en Pologne, elles sont bordées de nombreuses stations touristiques de qualité. Certaines parties des Tatras sont très sauvages et c'est là que nous avons choisi de marcher : Hautes Tatras et Belianske Tatry. Cette partie des Carpates est d'un aspect haute montagne, offrant des paysages variés dans une nature très protégée. Les visites de Cracovie, Zakopane et Kosice forment la partie touristique du séjour.
Les Carpates ukrainiennes : de Ouzgorod à Rachiv.
Presque inconnues des touristes étrangers et français en particulier, elles sont situées au sud de l'Ukraine, pays plus grand que la France. Il s'agit de montagnes douces, aux crêtes herbeuses ; un riche folklore et de solides traditions viennent compléter l'aspect "terre inconnue" qui s'en dégage.
Les Carpates roumaines : du Marmures à Bucarest. En Roumanie les Carpates s'étendent sur environ 800 km de long formant une frontière naturelle entre la Transylvanie et les plaines qui se situent entre la Moldavie et la mer Noire à l'est et le Danube au sud. Pour les randonnées nous avons choisi deux régions particulièrement intéressantes : celle des monts Rodna au nord et celle du massif de Fagaras au sud.
Vous serez invités à partager l'hospitalité des Roumains. Les très beaux centres historiques de Sighisoara et de Sibiu et Bucarest, capitale de la Roumanie sont au programme.
Les visites du centre de Mukacevo, des musées des Carpates et de la culture Houtzoule, apportent la note touristique

POINTS FORTS

- Un itinéraire exclusif Club Aventure.
- Une découverte très complète du massif le plus secret d'Europe, les Carpates.
- Une réelle approche du milieu physique et humain.
- L'ascension des plus hauts sommets des quatre pays traversés.

- Des visites culturelles: Cracovie, Zakopane, Kosice

ITINERAIRE

Jour(s) 01 : Envol vers Cracovie - Zakopane.
Visite du centre. Transfert vers Zakopane, le Chamonix des Polonais.
- Hébergement : Pension familiale.

Jour(s) 02 : Zakopane et les Tatras polonaises.
Au départ de Zakopane, nous partons pour une randonnée en boucle sous les crêtes des Hautes Tatras et passons près de magnifiques et énormes lacs glaciaires. Il arrive que nous apercevions des ours sur le chemin du retour.
Nuit dans une pension.
- Dénivelé plus : 1000 mètres
- Dénivelé moins : 1120 mètres
- Nb d'heures de marche : 6h30
- Hébergement : Pension.

Jour(s) 03 : Le Pic Rysi (2499m).
Très belle randonée de type haute montagne sur les parois vertigineuses de la face nord du Pic Rysi (plus haut sommet de Pologne) à 2499 m, avant de redescendre sur le versant Slovaque plus doux.
- Dénivelé plus : 1550 mètres
- Dénivelé moins : 1065 mètres
- Nb d'heures de marche : 8
- Hébergement : Refuge.

Jour(s) 04 : Les Hautes Tatras.
Parcours à flanc de montagne sur les bords des Hautes Tatras en empruntant l'itinéraire appelé " Magistrala " qui nous permet d'embrasser du regard les Basses Tatras au sud. Descente vers Stary Smokovec. Nuit en chambres d'hôtes. 5/6 heures de marche
- Dénivelé plus : 755 mètres
- Dénivelé moins : 890 mètres
- Nb d'heures de marche : 5 à 6
- Hébergement : Refuge / hôtel.

Jour(s) 05 : Les Bélianské Tatry ou le pic Gerlach.
Randonnée entre Bélianské Tatry et Hautes Tatras, depuis le village de Zdiar.
C'est un très beau massif calcaire, qui se distingue très nettement du reste des Hautes Tatras. Les paysages sont doux et harmonieux, une forêt d'épicéas couvre le piémont, puis le relief devient plus vertical et la forêt s'estompe pour laisser place à la pelouse alpine, aboutissant à un col à 1825 mètres. C'est le seul sentier traversant cette réserve naturelle strictement protégée. Passé le col, vous marchez vers le sud en direction des Hautes Tatras et du célèbre lac Vert. Descente par la " petite vallée froide ", pour atteindre Kysli Pramen. Vous rejoignez ainsi le village frontière de Tatranska Javorina. Nuit en pension.

OPTION
- - -- - - - - - -- -- -
Ou, pour celles et ceux qui le souhaitent nous donnons la possibilité de faire en option l'ascension facultative du plus haut sommet de la Slovaquie et de toutes les Carpates (2655 m).
A noter que l' ascension du pic Gerlach se fait sous la conduite de guides de haute montagne et nécessite de s'encorder car bien qu'elle ne présente pas de grandes difficultés, celle-ci s'apparente partiellement à la pratique de l'alpinisme. 7 h de marche.
D+ : 1050
D- : 1050 m
Temps : 8h00
Dans les deux cas, nuits en chambre d'hôtes à Zdiar.
Supplément au moment de l'inscription
- Dénivelé moins : 990 mètres
- Nb d'heures de marche : 7
- Hébergement : Refuge / hôtel.

Jour(s) 06 : Poprad - Train pour Kosice - Uzhgorod en Ukraine.
Transfert en train express depuis Poprad jusqu'à Kosice. Visite libre du centre de Kosice. C'est en bus de ligne que nous quittons Kosice et la Slovaquie pour nous rendre à Uzhgorod en Ukraine.
- Hébergement : Hôtel.

Jour(s) 07 : L'Ukraine subcarpatique.
Transfert de 250 km en bus de ligne pour arriver dans le coeur des Carpates ukrainiennes. C'est un très bel itinéraire qui suit la vallée de la Tizsa, le long de la frontière avec la Roumanie dans cette région que les géographes appellent l'Ukraine subcarpatique .
- Hébergement : Nuit chez l'habitant.

Jour(s) 08 : Le sommet de Bliznitse (1880m).
Randonnée vers le sommet de Bliznitse (les Jumeaux en Français) qui culmine à 1880 m.

L'occasion de découvrir l'habitat dispersé de cette région et les belles maisons en bois, dans la deuxième partie

évolution sur une superbe pelouse carpatique avec des troupeaux en alpage…Pour ne pas dire en "carpatage".
- Dénivelé plus : 980 mètres
- Dénivelé moins : 980 mètres
- Nb d'heures de marche : 7
- Hébergement : Chez l'habitant.

Jour(s) 09 : Hoverla, le culminant de l'Ukraine.
Ascension du mont Hoverla (2061 m), plus haut sommet de l'Ukraine. Depuis Kosmetchik nous grimpons par le Pic Petros et rejoignons par un col intermédiaire le Pic Hoverla. La descente se fait de l'autre côté pour rejoindre le point de départ, la base de Kosmetchik.
- Dénivelé plus : 1100 mètres
- Dénivelé moins : 1100 mètres
- Nb d'heures de marche : 5h30
- Hébergement : Nuit chez l'habitant.

Jour(s) 10 : Le sommet Pip Ivan (2028m)
Ascension du magnifique sommet Pip Ivan (2028 m) où se trouve un ancien observatoire astronomique. A noter que selon les conditions météo nous pourrons être amenés à faire un autre sommet d'une hauteur semblable dans le massif voisin des Gorganés.
- Dénivelé plus : 1040 mètres
- Dénivelé moins : 1040 mètres
- Nb d'heures de marche : 7h30
- Hébergement : Hôtel.

Jour(s) 11 : La Roumanie - Les Maramures.
Passage de la frontière Roumaine. Visite de Sighetu Marmatei et de la vallée d'Iza véritable musée architectural.
- Hébergement : Chez l'habitant.

Jour(s) 12 : Le parc national des monts Rodnei.
Visite d'un village du Maramures et dans l'après-midi, montée vers un refuge de la réserve de Pietrosul (inscrite comme réserve de la biosphère UNESCO).
- Dénivelé plus : 600 mètres
- Nb d'heures de marche : 2 à 3
- Hébergement : Refuge.

Jour(s) 13 : Le Pic Pietrosul(2303m).
Ascension du Pic Pietrosul (2303 m), plus haut sommet des Carpates orientales et descente vers Borsa.
- Dénivelé plus : 900 mètres
- Dénivelé moins : 1500 mètres
- Nb d'heures de marche : 6
- Hébergement : Refuge ou chez l'habitant.

Jour(s) 14 : Le mont Ineut.
Très belle traversée, des monts Rodna (parc national) d'Est en Ouest, par le sommet Ineut.
- Hébergement : Nuit chez l'habitant.

Jour(s) 15 : Les Carpates méridionales.
Transfert en minibus (350 km) vers les Carpates méridionales. Découverte de la cité médiévale de Sighisoara.
- Dénivelé plus : 500 mètres
- Nb d'heures de marche : 2
- Hébergement : Refuge.

Jour(s) 16 : Le sommet Negoiu (2535m).
Ascension du sommet Negoiu (2535 m) et marche sur la crête dégagée vers le refuge du lac Balea.
- Dénivelé plus : 1300 mètres
- Dénivelé moins : 1000 mètres
- Nb d'heures de marche : 7
- Hébergement : Refuge.

Jour(s) 17 et 18 : Le massif des Fagaras. Pic Moldoveanu(2544m).
Randonnée dans le massif des Fagaras pour faire l'ascension du Pic Moldoveanu (2544 m) plus haut sommet de la Roumanie.
- Dénivelé plus : 1000 mètres
- Dénivelé moins : 900 mètres
- Hébergement : Refuge et nuit chez l'habitant.

Jour(s) 19 : Visite du centre ville de Sibiu.
Transfert vers Sibiu (70 km), visite du centre ville de la capitale culturelle de l'Europe en 2007 et du musée etnographique.
- Hébergement : Nuit chez l'habitant.

Jour(s) 20 : Bucarest.
Transfert vers Bucarest (275 km). Visite de la capitale et soirée "ambiance".
- Hébergement : Hôtel.

Jour(s) 21 : Envol vers la France.
Vol vers la France.

Coup de projecteur

L'ascension du pic Gerlach
Pour celles et ceux qui le souhaitent nous donnons la possibilité de faire en option l'ascension facultative du plus haut sommet de la Slovaquie et de toutes les Carpates (2655 m).
A noter que l' ascension du pic Gerlach se fait sous la conduite de guides de haute montagne et nécessite de s'encorder car bien qu'elle ne présente pas de grandes difficultés, celle-ci s'apparente partiellement à la pratique de l'alpinisme.
Dénivelé +: 1050 m
Dénivelé - : 1050 m
Temps de marche : 8h00

Prix par personne
base 1 personne: 310€
base 2 personnes: 200€
base 3 personnes: 170€

Le prix comprend
l'hébergement en ½ pension à l'hôtel / refuge Slievsky dom ; les services d'un guide de haute montagne pour 3 pax, le prêt du matériel nécessaire à la course, le transport pour rejoindre le groupe après l'ascension.

RENSEIGNEMENTS COMPLEMENTAIRES

VOTRE RENDEZ-VOUS

Se loger avant ou après le circuit :
Hôtel dernière nuit :
Hôtel Venezia
Str Pompiliu Eliade nr. 2
7000 BUCURESTI sect 1
+ 40 21 310 68 72

FORMALITES

Formalités police :
Les informations mentionnées ne sont qu'indicatives pour les ressortissants français. Elles peuvent être sujettes à modification sans préavis de la part des autorités concernées.
Il est donc prudent de les vérifier auprès des consulats dans le mois précédent votre départ.

Passeport :
Oui valide 3 mois après la date de retour.

CNI :
non

VISA :
Non

Vaccin obligatoire :
Non

Centre de vaccination :
Non

BUDGET ET CHANGE :

En novembre 2011 :
1 euro valait 4.03 (PLN) zloty polonais
1 euro valait 10.47 (UAH) grivna ukrainienne
1 euro valait 4.31 (RON) leu roumain
La Slovaquie fait partie de la zone Euro.
Vous pourrez changer de l'argent en arrivant à Zakopane.

Concernant les boissons, les repas non compris et les entrées sur les sites, ainsi que les petites dépenses à caractère personnel, un budget de 100 euros
paraît suffisant. Prévoir des espèces.

Il est toujours possible en cours de route de faire des retraits en monnaie locale avec sa carte CB.

POURBOIRES :

Il s'agit d'une pratique usuelle et non obligatoire. Selon votre satisfaction à la fin de votre voyage, il est d'usage de donner un pourboire à votre guide et à l'équipe locale. Il doit être adapté en fonction du niveau de vie du pays et de la durée de votre voyage. C'est votre geste d'appréciation par rapport à la prestation reçue.
Pour ce voyage, prévoir de 2 à 3EUR par jour et par participant(peuvent concerner les guides de chaque pays, les chauffeurs, le cuisinier).
En accord avec votre guide, il pourra se charger de répartir cette somme à l'ensemble de l'équipe de manière équitable.

HEURE LOCALE :

Quand il est 12 h à Paris il est aussi 12 h en Pologne et en Slovaquie ; mais il est 13 h en Ukraine et en Roumanie.

ENCADREMENT :

Un guide accompagnateur Huwans local francophone parfois accompagné d'un guide local (non francophone).

HEBERGEMENT :

Durant ce périple de trois semaines, nous aurons l'occasion d'apprécier toutes les formes d'hébergements offertes dans les Carpates.
Petits hôtels ou chez l'habitant en chambres doubles et triples. Refuges sommaires pour 2 nuits dans les Carpates roumaines. Bases touristiques et refuges avec WC et douches à l'étage.
- Chez l'habitant le confort est simple mais de bonne qualité.
- 3 nuits en refuge J12, J15 et J17 où un sac de couchage est nécessaire. Pas de possibilités de douches dans ces refuges.
Le confort chez l`habitant est toujours simple, mais il permet une réelle approche de ce pays et de ses habitants.

DEPLACEMENT PAYS :

Les déplacements se font en minibus.
Le portage se fait par véhicule d'assistance ou animal. Pique-nique du midi à porter.
Exceptionnellement pour 4 nuits, vous aurez à porter le nécessaire pour la nuit (tee-shirt, brosse à dents,…). Votre accompagnateur vous indiquera quoi emporter : J2 au J3 ; J12 au J 13; J15 et J16 ; J17 au J18.

ELECTRICITE :

Pologne: 220V
Slovaquie: 220V
Ukraine: 220V
Roumanie: 220V

PHOTOS / VIDEOS :

Pensez à vos pellicules photos ou cartes mémoire, difficile à trouver sur place, et souvent moins chères en France. Munissez-vous également de batteries ou piles de rechange pour vos appareils, afin de ne pas tomber en panne au milieu de vos vacances.

ALIMENTATION :

Repas :

Nous aurons l'occasion de découvrir la cuisine carpatique, toujours bonne et consistante.
Repas du soir et petit-déjeuner à l'étape ou au restaurant ; repas de midi sous forme de pique-nique en montagne.

CLIMAT :

Continental, agréable en été. Pluies et nuits fraîches toujours possibles en montagne. Assez, voire très chaud à Cracovie, Kosice ou Bucarest. En raison de l'influence climatique, l'étagement de la végétation entre les Carpates et les Alpes est très différent. On peut estimer globalement la différence à 1000 m.
températures moyennes estivales de 19 à 38 °C.

L'EQUIPEMENT INDISPENSABLE

· Un duvet moyenne montagne + un drap de couchage en soie ou polaire.
. Une bonne paire de chaussures de randonnée (montantes)
· Une paire de tennis pour le soir.
· Une cape de pluie, ou cape cycliste ou tout autre tenue de pluie.
· Une veste coupe vent et imperméable du type gore tex.
. Tee-shirts et/ou chemises en coton.
· Chaussettes fines et épaisses.
· Pantalons de randonnée
. Polaire fine et épaisse
. Une veste polaire épaisse.
· Un short
. Un maillot de bain.
. Une paire de guêtres.

Il sera possible, une ou deux fois, de laver du linge.

LE MATERIEL

· Un chapeau et des lunettes de soleil.
· Une lampe frontale avec une pile et une ampoule de rechange.

· Une gourde (1.5l minimum) et un couteau de poche.
· Une trousse de toilette.
. 1 serviette de toilette qui sèche rapidement.
· Papier hygiénique + briquet.
· Crème solaire.
· Sacs plastiques pour protéger vos affaires.

L'EQUIPEMENT UTILE

. Une paire de bâtons télescopiques. (Facultatifs), Ils permettent de soulager les genoux lors des descentes.

LES BAGAGES

Vous aurez besoin de deux sacs :

- Un grand sac de voyage souple avec cadenas dont le poids ne doit pas dépasser 15kg. Les bagages étant transportés par véhicule ou à dos de chevaux, ils doivent être résistants. Evitez les sacs rigides et les valises.
- Un petit sac à dos (contenance : 40l) est nécessaire pour porter les affaires dont vous avez besoin dans la journée.

Protégez vos sacs de voyage !
Tapis roulant des aéroports, animaux de bât, intempéries se liguent pour abîmer vos sacs de voyage. Les sacs protecteurs clubaventure sont solides et étanches. Ils font d'excellents sur-sacs, assurant la protection de vos sacs de voyage. Vous pouvez les commander dans nos bureaux à Paris ou par téléphone au 0826 88 20 80. (Longueur : 90 cm, diamètre 50 cm, contenance 100 l).
Tarif = 20euros (+10euros frais de port France)

SANTE

Pharmacie

Votre accompagnateur disposera d'une pharmacie de première urgence. Toutefois, vous devez prévoir les médicaments personnels suivant : tricostéril, aspirine, antidiarrhéique, antiseptique intestinal, collyre, désinfectant cutané, pansements adhésifs, mercurochrome, élastoplast, crème solaire et crème hydratante, petits ciseaux.

Recommandations

La carte européenne d'assurance maladie (CEAM)
Elle permet de bénéficier d'une prise en charge sur place de vos dépenses de santé (soins médicaux et pharmaceutiques, hospitalisations). Au moins deux semaines avant votre départ, demandez le formulaire à votre Centre de Sécurité Sociale. Toute les informations concernant cette carte sont disponibles sur le site : http://www.ameli.fr

TOURISME RESPONSABLE

TOURISME RESPONSABLE :

Huwans clubaventure oeuvre depuis toujours pour un tourisme plus responsable et s'inscrit dans une démarche d'organisation de voyages respectant des principes équitables et durables.
L'harmonisation des pratiques assure :
- Une juste répartition des retombées économiques
- L'amélioration des conditions de travail des équipes locales et leur sensibilisation à la protection de l'environnement
- L'information des voyageurs au respect des populations locales et de l'environnement et le recueil de leurs ressentis à leur retour

Adoptez, vous aussi, des gestes simples lors de vos voyages et agissez ainsi en faveur d'un tourisme responsable :
- Évitez de laisser des déchets derrière vous : déposez les dans des poubelles ou ramenez les avec vous
- Utilisez l'eau potable avec parcimonie (préférez les douches aux bains et signalez les fuites) et évitez de la gaspiller (préférez les savons biodégradables pour vous laver etc.)
- Évitez de dégrader des sites culturels : ne touchez pas les statues, ne déplacez pas pierres et objets etc.
- Préférez les échanges aux dons (des cadeaux trop importants au vu du niveau de vie du pays peuvent déstabiliser l'équilibre économique local)
- En balade, notamment dans certains écosystèmes fragiles, observez la faune à distance, ne sortez pas des sentiers, limitez le piétinement et ne rapportez pas de « souvenirs » : renoncez à cueillir des fleurs rares, à ramasser des fossiles etc.
- Dans certains hôtels, vous disposerez d'une climatisation individuelle. Il est vivement recommandé pour éviter la surconsommation énergétique et les émission de gaz à effet de serre de la couper systématiquement lorsque vous n'êtes pas présent dans la chambre.

POUR ALLER PLUS LOIN

CARTE D'IDENTITE

L'Eurorégion des Carpates est l'une des plus grandes eurorégions et la plus ancienne de l'ancien bloc de l'Est. Elle se situe sur le territoire des Carpates Orientales sur cinq pays : Hongrie,Pologne,Ukraine,Roumanie et Slovaquie. Elle a une superficie de 145 153 km2 avec environ 16 millions d'habitants.

GEOGRAPHIE :

Le bois, l'âme des Carpates
Les Carpates abritent les plus grandes forêts d'Europe. Le bois a donc été largement utilisé comme matériau de construction dans tous les pays qu'elles traversent et a permis de créer au fil des siècles un joyau architectural unique au monde.
La Pologne, la Slovaquie, l'Ukraine et la Roumanie abritent chacune sur leur territoire un ensemble de constructions et de styles qui ont fait l'objet de procédures de classement et de protection. Les églises en bois représentent les exemples les plus aboutis de ces créations. Celles du Maramures en Roumanie sont exceptionnelles dans leurs dimensions (leurs clochers sont souvent plus hauts qu'elles ne sont longues) et elles semblent vouloir atteindre le ciel.

ARTISANAT :

Broderies, copies d'icônes, couvertures, tapis, poteries, vêtements folkloriques, etc...

SOCIETE / RELIGION :

Les Carpates, carrefour des religions
Vu du ciel (si l'on peut dire !), les Carpates représentent aujourd'hui la frontière naturelle entre le monde catholique et le monde orthodoxe. Catholicisme en Pologne et en Slovaquie, orthodoxie en Ukraine et en Roumanie. De plus dans ces trois derniers pays, on trouve sur les contreforts des Carpates la " spécificité " uniate (catholiques de rite orthodoxe).

OFFICE DE TOURISME :

office du tourisme Polonais, Opéra, Paris
9 Rue Paix, 75002 Paris
01 42 86 00 67
Ambassade de Slovaquie à Paris
125, rue du Ranelagh - 75016 Paris
Tél : 01 44 14 56 00
Fax : 01 42 88 76 53
Ouverture : De 9 h à 18h.
Site de l'Ambassade de Slovaquie en France
E-Mail : paris@amb-slovaquie.fr
Ambassade d'Ukraine en France
21, avenue de Saxe - 75007 Paris
Tél. : 01 43 06 07 37
Fax : 01 43 06 02 94
Office de Tourisme de Roumanie
7 rue Gaillon 75002 PARIS
Tél.: 01 40 20 99 33
Fax: 01 40 20 99 43
info@guideroumanie.com

REFERENCES DU VOYAGE

NOMBRE DE PARTICIPANTS : 6 à 15 CODE : ECARP

Le prix comprend :
- Le vol international au départ de Paris
- Les transferts selon programme
- La pension complète du dîner du J1 au dîner du J20
- Les services d'un guide / accompagnateur local clubaventure
- Tous les transferts terrestres depuis Cracovie jusqu'à Bucarest

Le prix ne comprend pas :
- Les frais de dossier.

A payer sur place :
- Les déjeuners des J1, J6, J7 et J21
- Le dîner du J20
- Les boissons, les entrées dans les musées et autres lieux touristiques ou culturels (~20 EUR),
- Les pourboires et plus généralement les dépenses à caractère personnel

Options :
- L'assurance voyage : Assurance annulation (2.7% du prix du voyage), ou Assurance Multirisque (4% du prix du voyage).

Nous vous recommandons notre Assurance Multirisque spécialement étudiée pour nos voyages et les activités qui y sont pratiquées.

Pour vous inscrire : 04 96 15 10 20 (appel non surtaxé) du lundi au samedi de 9h à 19h
ou via notre site internet : www.huwans-clubaventure.fr ou bien par mail : info@huwans-clubaventure.fr

Pour nous rencontrer :
à Paris, 18 rue Seguier, 75006 Paris du mardi au samedi de 10h à 19h
à Lyon, 38 quai Arloing 69009 Lyon du mardi au samedi de 9h30 à 13h et de 14h à 18h30