










# RANDO DANS LES LAVANDES: SPLENDEURS ET SENTEURS PROVENCALES

Nous vous proposons un séjour où vos pas vous emmèneront à la découverte de cette plante odorante caractéristique de la Provence: la lavande.

Nous explorons d'abord les champs sauvages du plateau d'Albion au pied du Ventoux, avant de rejoindre le célèbre plateau de Valensole, aux portes du Verdon et terminons sur le territoire de la majestueuse montagne de Lure pour y rencontrer les hommes et les femmes qui, grâce à leur savoir-faire, ont façonné ces paysages d'exception.

Champs, visite de distilleries, ateliers de découverte, produits locaux s'entremêlent au sein des randonnées constituant ce séjour. Un spectacle saisissant et odorant proposé sur la période de floraison uniquement!

 Région	<a href="#">Provence</a>
 Activité	<a href="#">Rejoindre un groupe</a>
 Durée	<a href="#">5 jours</a>
 Groupe	<a href="#">6 à 8 personnes</a>
 Code	<a href="#">FPLAVAND</a>
 Prix	<a href="#">A partir de 790 €</a>
 Niveau	<a href="#">2/5</a>
 Confort	<a href="#">3/5</a>
 Langue(s)	<a href="#">français</a>

## PROGRAMME

### 📍 Jour 1 Arrivée en Provence et visite des villages perchés du Luberon



Accueil à la gare d'Avignon TGV début d'après midi. Rencontre avec Arnaud, notre guide accompagnateur habitant au coeur du territoire riche en couleur qu'il va nous partager pour les jours à venir.

Transfert vers le Luberon et les contreforts de la montagne de Lure. Nous effectuons une première randonnée pour découvrir un des nombreux villages perchés en pierres du Luberon. Nous continuons ensuite jusqu'au gîte où nous nous installons pour les 4 prochaines nuits. Premier repas et soirée au gîte.

*Hébergement: Chambre twin en gîte*

*Distance: 5,8 km soit environ 2h*

*Dénivelé: +100m/-100m*

### 📍 Jour 2 Plateau d'Albion et visite d'une distillerie de lavandin



Après un transfert depuis notre hébergement, nous démarrons notre randonnée. Avec le Mont Ventoux en toile de fond, nous évoluons à travers les champs d'où nous pourrions observer les différentes variétés de lavande et leur culture.

Visite d'une distillerie qui produit et distille en agriculture bio depuis plus de 50 ans, en plus d'une trentaine de plantes aromatiques et médicinales. Retour à l'hébergement pour profiter de la fin de journée.

*Hébergement: Chambre twin en gîte*

*Transport: 1h*

*Distance 12,5 km soit environ 4h30/5h*

*Dénivelé +/-: 250 m*

### 📍 Jour 3 Découverte de la montagne de Lure et rencontre avec un apiculteur



La Montagne de Lure est une superbe citadelle surplombant la vallée de la Durance et une des portes d'entrée des Hautes-Alpes. « Petite sœur » du Mont Ventoux elle offre de magnifiques panoramas sur les Alpes et sur les contreforts de Provence.

Nous en gravirons le sommet tout en effleurant l'histoire des hommes qui l'ont hardiment fréquentée : bergers, charbonniers, colporteurs..

En fin de journée, nous irons à la rencontre d'un apiculteur du territoire afin de faire une dégustation de ses produits.

*Hébergement: Chambre twin en gîte*

*Distance: 13km soit environ 5h*

*Dénivelé: +450m/-450m*

### 📍 Jour 4 Plateau de Valensole et sa farandole de couleurs



Nous randonnons sur l'un des secteurs de culture de lavande les plus emblématiques: le plateau de Valensole, niché entre les lacs et gorges du Verdon et les pré Alpes.

Ce plateau accueille sur 800 km<sup>2</sup> des plantations de lavandes, mais également de nombreuses autres espèces de plantes médicinales et odorantes comme la sauge ou l'immortelle. Nous progressons à pied dans ce décor qui ravi nos yeux comme nos narines.

Retour à notre gîte pour la nuit.

*Hébergement: Chambre twin en gîte*

*Temps de marche: 4h*

*Dénivelé: +250m/-250m*

#### 📍 Jour 5 **Visite du village de Banon et randonnée au Colorado provençal**



Nous partons à la découverte du village provençal de Banon, célèbre pour son fromage de chèvre et sa librairie Le Bleuët. Plus grande de France en son genre.

Rencontre des gens de Banon et d'un de ses apiculteurs et dégustation de ses produits.

Nous prenons ensuite la route du retour et effectuons une dernière randonnée pour découvrir les ocres du Colorado provençal, un site unique au charme sans pareil.

Transfert retour vers la gare d'Avignon et fin du séjour vers 16h30.

*Temps de marche: 3h*

*Dénivelé: +200m/-200m*

## **MODIFICATION DE PROGRAMME**

Les itinéraires peuvent être modifiés en fonction des conditions météorologiques ou du niveau de condition physique des participants. En dernier ressort, l'accompagnateur reste seul juge du programme qu'il peut adapter en fonction des différents impératifs pouvant se présenter.

## DATES & PRIX

### Départs pour les groupes parlant français :

Du	Au	Prix par personne	Garanti	Inscription
18/06/2025	22/06/2025	790 €	Non	
25/06/2025	29/06/2025	790 €	Non	
02/07/2025	06/07/2025	790 €	Non	
12/07/2025	16/07/2025	850 €	Non	

Code voyage: FPLAVAND

### Le prix comprend

- L'organisation technique du séjour
- L'encadrement par Arnaud, accompagnateur en montagne
- L'hébergement en chambre twin en gîte
- Les transferts prévus au programme avec prise en charge à la gare d'Avignon TGV
- Le transport des bagages
- L'ensemble des demi-pensions et pique-niques

### Le prix ne comprend pas

- Les frais d'acheminement A/R jusqu'au lieu de RDV
- Les vivres de course (snacks : barres de céréales, fruits secs, etc.)
- Les dépenses personnelles
- L'assurance

### Remarques

**A payer sur place :**

- Les dépenses personnelles.
- Les boissons.
- Les visites éventuelles.
- Les pourboires à l'équipe d'encadrement sur place (à votre discrétion)

**En option (sous réserve de disponibilité) :**

- Supplément chambre individuelle: 200 €
- Nuit supplémentaire à Aix en Pce en chambre double et petit déjeuner: 80€ par personne.
- Nuit supplémentaire à Aix en Pce en chambre individuelle et petit déjeuner: 130 € par personne.

### Conditions de paiement et d'annulation

#### Inscription

L'inscription à l'une de nos activités ou voyage implique l'acceptation des conditions générales de vente. Chaque client doit remplir un bulletin d'inscription. L'inscription n'est acceptée qu'avec le versement d'un acompte représentant 35% du montant total du voyage et dans la mesure des places disponibles. Si l'inscription se fait à moins de 30 jours du départ, le prix total du voyage devra être réglé dès l'inscription. Vous pouvez effectuer votre paiement par virement bancaire (SWIFT/IBAN) ou par carte bleue directement sur le site (à paraître prochainement). Une confirmation d'inscription vous sera envoyée par mail dans les plus brefs délais.

#### Facturation

Une fois votre réservation enregistrée, nous vous envoyons par mail votre facture. Le solde doit nous parvenir au moins 30 jours avant votre date d'arrivée. Si le solde du voyage ne nous est pas parvenu dans ces délais, Altaï France se réserve le droit d'annuler la réservation sans indemnité.

## Annulation

### Conditions et frais d'annulation :

Si, pour quelque raison que ce soit, vous devez annuler votre voyage, les sommes que vous avez versées vous seront remboursées sous réserve des retenues suivantes :

### Si le désistement a lieu :

- Jusqu'à 30 jours avant le départ, une somme forfaitaire de 50€ par personne sera retenue
- De 29 à 21 jours avant le départ, le montant de l'acompte versé sera retenu (soit 30% du montant total du dossier)
- De 20 à 14 jours avant le départ, 50% du montant total du dossier sera retenu
- De 13 à 7 jours avant le départ, 75% du montant total du dossier sera retenu
- Moins de 7 jours avant le départ, 100% du montant total du dossier sera retenu

### Cas particuliers :

Quelle que soit la date d'annulation ou de modification de contrat, les frais suivants s'ajoutent au barème ci-dessus :

- Frais fixes aériens (si votre billet d'avion doit être émis longtemps à l'avance, souvent pour vous éviter des suppléments importants), 100% des frais non remboursables en cas d'annulation ou de modification de votre plan de vol vous seront facturés. Dans ce cas le barème ci-dessus ne s'applique que sur le prix du voyage sans le vol.
- Frais fixes terrestres : les frais engagés tôt pour des réservations fermes vous seront facturés en cas d'annulation.
- Frais d'assurance : que vous ayez souscrit à une assurance multirisque ou une assurance annulation, le montant de l'assurance est dû et ne peut faire l'objet d'aucun remboursement. Ces conditions spécifiques vous seront signifiées sur votre confirmation d'inscription.

Si vous êtes dans l'obligation d'annuler votre voyage avant son commencement (date de départ), vous devez en informer dès que possible Altaï France et l'assureur par tout moyen écrit permettant d'obtenir un accusé de réception.

C'est la date de réception de l'écrit qui sera retenue comme date d'annulation pour facturer les frais d'annulation.

Si Altaï France se trouve dans l'obligation d'annuler un départ en groupe, en raison du nombre insuffisant de participants, la décision sera prise et les clients informés au plus tard 21 jours avant le départ. Altaï France peut également annuler un départ suite à des événements exceptionnels, relevant notamment des cas de force majeure (éruption volcanique, événements sociaux, grèves, intempéries) pouvant porter atteinte à la sécurité des participants. Dans ces cas, les participants seront remboursés intégralement des sommes qu'ils ont versées sans toutefois pouvoir prétendre à aucune indemnité.

## Modification du contrat

En cas de modification d'un voyage par le client entraînant des frais pour Altaï France, ces frais seront à la charge du client. Dans tous les cas, toute modification fera l'objet d'un écrit. Altaï France pourrait modifier des éléments au contrat de voyage si des événements extérieurs à notre volonté s'imposaient, nos clients en seraient informés par écrit dans les plus brefs délais.

## Prix et révision des prix

Pour les voyages en groupe, les prix figurant sur le site internet ont été calculés et sont valables pour le nombre indiqué de participants pour chaque voyage. Les tarifs sont confirmés lors de l'inscription. Si le nombre de participants est inférieur, un supplément petit groupe peut être appliqué. Pour tous les séjours ou programmes, nous mentionnons le prix par personne, valable à partir d'un certain nombre de participants, et nous détaillons les prestations incluses et non incluses de ce prix. Toute modification des taux de change, des prix des différents éléments composant un voyage et en particulier le prix des carburants peut entraîner un réajustement du prix.

## Cession du contrat

En cas de cession du contrat par le client à un cessionnaire, les conditions de modification et d'annulation s'appliquent.

## Assurance

Nous pouvons vous proposer 3 formules possibles:

- Assurance Annulation à 3% du prix de votre séjour : pour tout accident ou maladie, licenciement, mutation ou événement survenant avant votre départ et vous empêchant de pouvoir effectuer le séjour.
- Assurance Multirisques à 4% du prix de votre séjour : elle reprend la partie "annulation" ci-dessus et vous couvre aussi durant

tout votre séjour en frais de recherche et secours ainsi qu'en hospitalisation, rapatriement, remboursement de frais médicaux, etc..

- Assurance rapatriement à 2% du prix du séjour : prise en charge des frais de recherche et de secours en montagne, assistance en cas de maladie, blessure au cours du voyage

Si vous ne souhaitez pas souscrire à notre assurance, vous devez impérativement nous renvoyer la décharge d'assurance envoyée avec votre confirmation d'inscription. Si vous choisissez d'autres contrats d'assurance et d'assistance, nous vous invitons à vérifier notamment que la couverture recherche-secours est adaptée : zone de couverture, montant, risques couverts. Pour information, un montant minimal de 15 000 € est recommandé en couverture recherche-secours. Les cartes de crédit offrent peu ou pas ce type de garantie.

### Encadrement

Notre voyage est encadré par Arnaud Poupounot, un accompagnateur en montagne et guide littéraire vivant sur place. Il vous apportera les éléments techniques nécessaires au bon déroulement du séjour.

Il a été choisi pour son expérience du terrain, sa connaissance spécifique d'une aire géographique et de la culture s'y rattachant, ainsi que pour sa passion à faire découvrir sa région.

Il pourra être amené à modifier le programme pour assurer la sécurité en fonction des conditions météorologiques de la montagne ou la condition physique des participants.

### Alimentation

#### Repas :

- Les pique-niques du midi sont constitués pour la plupart de salades composées, de charcuteries, de fromages et de fruits. Ils sont effectués par l'accompagnateur avec votre aide chaque jour. Pensez à rendre vos tupperware.
- Le soir, les repas sont préparés dans les gîtes où vous dormez. Les repas sont l'occasion de découvrir des spécialités culinaires locales comme le miel de pays, le fromage de chèvre ou l'agneau de Sisteron.
- Pensez à prévoir des vivres de courses selon vos goûts avant le départ : barres de céréales, barres chocolatées, fruits secs... et n'hésitez pas à apporter des petites spécialités de vos régions pour les apéritifs !

*Les repas et les piques niques seront l'occasion de découvrir les spécialités locales comme les produits de la mer et les spécialités terrestres comme la tapenade ou l'aïoli.*

#### Boissons :

- Les boissons ne sont pas comprises dans le prix du séjour

### Hébergement

Vous logerez en gîte en chambre de 2 lits avec salles de bains privatives. Simples et propres, le gîte a été choisi pour son emplacement privilégié à proximité de la nature.

Pensez à prévoir votre nécessaire de toilette (petite serviette de toilette et savon ; tous les hébergements ne les fournissent pas)

*Dans la mesure du possible, nous vous proposons des hébergements possédant au moins une des caractéristiques suivantes : éco-labellisés (Ecogite, Ecolabel européen "hébergement touristique", Clef Verte, Green Globe, label local ou équivalent...) ou inscrits dans une démarche d'amélioration de leur impact environnemental.*

### Déplacement et portage

Pédestre, bus ou minibus

### Pourboires

Les voyageurs payent habituellement pour les boissons du guide : vous pourriez trouver pratique de faire une cagnotte en début de séjour (aucune obligation).

### Équipement fourni sur place

Le matériel collectif (boussole, altimètre, cartes, pharmacie, ...) est prévu par l'encadrement.

### Équipement indispensable

- Chaussures de randonnée. Ce sont les meilleures amies du randonneur. Elles doivent réunir trois qualités : solidité, bonne tenue du pied et de la cheville (tiges hautes) et imperméabilité. Choisissez des chaussures à semelles antidérapantes et relativement rigides type "Vibram",
- Chaussures légères (tennis ou sandales) pour enfiler le soir dans les villes et villages.
- Chaussures de baignade,
- Sous vêtements. C'est la première isolation que vous aurez, soignez la ! Des fibres techniques fines, comme la Carline ou la Polartec, sont très efficaces, chaudes, souples, confortables et légères. Elles séchent très rapidement,
- Pantalons de randonnée,

- Shorts,
- Vestes polaires. Ces dernières sont résistantes, chaudes, légères et sèchent rapidement. Les plus adaptées, bien connues des montagnards, sont les fibres Polartec, Carline et Ulfrotté.
- Tee-shirts (techniques de préférence),
- Cape de pluie ou veste imperméable type Gore-tex,
- Chapeau,
- Paire de gants et bonnet (utile en cas de fort Mistral!),
- Maillot de bain et serviette de bain,

## Matériel

---

### Matériel technique :

- Chaussures de trek à semelle Vibram, tenant bien la cheville, que vous aurez au préalable portées sur quelques randonnées pour les faire à vos pieds. Il ne faut jamais partir avec des chaussures neuves, sinon gare aux ampoules...
- Des bâtons télescopiques
- Un drap type sac à viande
- Une petite trousse de toilette avec une serviette séchant rapidement
- Une crème de protection solaire (visage et lèvres)
- Une lampe frontale, avec piles et ampoule de rechange
- 1 gourde ou camel-back de 1.5 litres
- Un couteau de poche
- Papier hygiénique + briquet
- Deux à trois sacs en plastique (100 litres) pour protéger le sac à dos et les affaires en cas de pluie
- Un tupperware pour les salades du midi, avec couteau, fourchette et cuillère

### Équipement personnel:

- Chapeau (ou casquette) pour le soleil et/ou foulard
- Lunettes de soleil d'excellente qualité et de catégorie 3
- 1 paire de gants en fourrure polaire ou laine
- Sous-vêtements techniques respirants
- Sous-pull technique respirant (carline, fourrure polaire légère...) à manches longues
- 2 tee-shirts respirants à manches courtes
- Veste polaire
  - 1 veste/gilet duvet
- 1 veste coupe-vent et imperméable type Goretex
- 1 collant technique respirant
- 1 pantalon de randonnée confortable
- 1 short ou pantacourt
- 1 pantalon coupe-vent type Goretex
- 2 paires de chaussettes, une paire fine et une plus épaisse (évitiez le coton qui engendre des ampoules)
- 1 tenue de nuit

Attention : la montagne est capricieuse et soudaine. Nous avons essayé de penser à toutes les différentes situations climatiques que celle-ci peut nous offrir. Cette liste d'équipement vous permettra de vous adapter, agréablement, aux débordements d'humeur de dame montagne !

## Bagages

---

Un **sac à dos** 30L avec large sangle ventrale et sangle de poitrine. Pensez à prendre un sac poubelle pour isoler le linge de rechange de l'humidité.

### Conseil du guide:

"Dans votre **sac à dos** vous glisserez :

- Vêtements chauds (polaire, pantalon)
- Vêtements de pluie
- Gourde



- Appareil photos\*
- Crème solaire
- Et votre pique nique de la journée".

## Pharmacie

---

Votre accompagnateur disposera d'une pharmacie de première urgence. Prévoyez avec votre médecin votre pharmacie personnelle :

- Médicaments personnels
- Anti-douleur (paracétamol de préférence)
- Double-peau
- Elastoplast
- Pansements
- Désinfectant local
- Anti-inflammatoire
- Antispasmodique
- Anti-diarrhéique
- Anti-vomitif
- Antiseptique intestinal
- Collyre
- Somnifère léger
- Boules Quies
- Antibiotique à spectre large
- Vitamines C

Liste non exhaustive.

## Passeport

---

Merci de vérifier que votre passeport et autres documents de voyage sont valides.

## Carte d'identité

---

Pour les citoyens européens, vous pouvez utiliser votre carte d'identité pour voyager en France.

## Vaccins obligatoires

---

Aucun vaccin obligatoire.

## Santé / recommandations sanitaires

---

Avant votre départ, il est important d'avoir une condition physique en accord avec l'activité envisagée. La pratique régulière d'un sport d'endurance est obligatoire pour les activités en montagne. Ce sport peut être le jogging, le vélo, la natation ou la marche sportive. Si vous n'êtes pas du tout entraîné, il sera difficile d'envisager une activité en montagne sans prendre le risque d'être confronté à de trop grandes difficultés physiques qui vous pénaliseraient ainsi que le groupe. Un sport d'endurance est obligatoire pour pouvoir profiter au maximum de ce circuit. Trois mois avant le départ, prévoyez de faire si possible 2 à 3 séances de sport d'endurance d'une heure minimum par semaine et une randonnée durant le week-end d'au moins 6 heures avec un dénivelé de 350m/heure. Le meilleur entraînement pour un trek reste évidemment la randonnée. Les problèmes de genoux restent le principal souci rencontré sur ce type de trek : parlez-en avec votre médecin avant le départ. Merci de prévenir rapidement l'agence des indications médicales vous concernant : allergies alimentaires, diabète, accidents cardiaques et vasculaires anciens ou récents, asthme, etc...

## Electricité

---

Il y aura de l'électricité dans les lieux où vous logerez. Si vous avez peur de manquer de batterie, nous recommandons d'amener une batterie externe.

Les prises en France ont la particularité d'être à la fois mâle et femelle : elles ont 2 broches et un réceptacle. Si vous avez besoin d'un adaptateur, veuillez vous le procurer avant votre départ. En France, les prises sont de type E. La tension est de 230 V et la fréquence standard est de 50 Hz.

## Heure locale

---

Temps standard (CET: Central European Time) : UTC +1

Heure d'été (CEST: Central European Summer Time) : UTC+2

## Tourisme responsable

---

Chez Altaï, notre priorité est votre satisfaction tout en respectant l'environnement, c'est pourquoi nous organisons des séjours en petits groupes et favorisons les activités de plein-air qui ont un impact mineur sur la nature. Ainsi, nous souhaitons transmettre à nos clients cette volonté de préservation.

Si nous souhaitons profiter de la nature et apprécier sa beauté sur le long terme, il faut la protéger. Le temps de votre voyage mais pas seulement, il nous tient à coeur que vous vous engagiez à appliquer quelques règles de bonne conduite:

- Lors des transferts entre les hébergements et les différents points de rendez-vous avec le guide, pensez au covoiturage, il est inutile que chaque participant prenne son propre véhicule si tout le monde se rend dans la même direction. Par ailleurs, la France est aujourd'hui équipée de transports en commun, optez pour le train ou le bus si vous souhaitez visiter les lieux.
- Lors des pauses pique-nique, ne laissez aucun déchets par terre. Si aucune poubelle ne se trouve à proximité, prévoyez un sac plastique dans lequel vous mettrez tous vos déchets et que vous jetterez à la fin de la journée. Pensez également au tri, des containers sont à votre disposition dans les villes et villages traversés.
- Amis fumeurs, nous vous prions ne pas jeter vos mégots dans la nature.
- Afin d'éviter de déranger la faune et la flore, sachez rester discret et respectez les zones balisées.