



SEJOUR en GRECE



Randonnées dans les Cyclades : 2 niveaux proposés

Iles visitées : PAROS – NAXOS - SANTORIN

Séjour n°2 pour 2018 : du 5 au 12 octobre - 8j/7n

**TARIFS : 1340€/p base 36 à 40 participants
1380€/p base 30 à 35 - 1440€/p base 25 à 29**

Modalités de règlement à l'ordre d'ALSAVOSGES (ou chèques vacances) :

Acompte de 410 €/p à l'inscription + montant single éventuelle (155€)

Le solde en 1 seul versement (entre 930 € et 1030 € suivant nb de p.) **pour le 1^{er} août 2018 au + tard.**

Ou Possibilité de régler le solde en 3 fois 310 € mais tous les chèques devront être donnés à l'inscription

(ils seront mis en encaissement les 10 janvier – 10 mars et 10 mai 2018)

Le différentiel éventuel (suivant nb de participants) devra être envoyé pour le 1^{er} août 2018 dernier délai

Programme prévisionnel

L'ordre des excursions pourra être modifié en fonction des impératifs locaux

Le programme des randonnées pourra être adapté sur place en fonction du niveau des participants

NB : Niveau des randonnées : 2 à 4 heures maximum de marche par jour.

Faible dénivelé. Aucun entraînement spécifique requis

Jour 1: REGION – Apt Francfort / Apt Athènes – TOUR PANORAMIQUE ATHENES

Départ de votre localité en direction de Sarrebruck, Kaiserlautern. Arrivée à l'aéroport de Francfort, formalités d'enregistrement et envol **sur compagnie régulière LUFTHANSA** à destination de la Grèce.

Arrivée à l'aéroport d'Athènes. Accueil et transfert avec assistance.

Visite d'Athènes - visite du site de l'**Acropole** et **tour panoramique de la ville en autocar**. *Au cours de ce parcours, vous découvrirez le centre-ville la **Place de la Constitution**, le Parlement et les bâtiments néoclassiques sur l'Avenue Venizelos (l'Académie, l'Université et la Bibliothèque Nationale). Sur le chemin **de l'Acropole** vous verrez l'Arc d'Hadrien, le Temple du Zeus Olympien et puis le **Stade Panathénaique**, où les premiers Jeux Olympiques de l'Ère moderne ont eu lieu en 1896 (bref arrêt).*

En soirée transfert hôtel. Dîner et nuit à l'hôtel Athènes.

2^{ème} jour : Athènes - Traversée pour l'île de Paros & visite guidée de Paros

Après le petit déjeuner départ (**07h15**) pour Paros – arrivée à **Paros (14h45)** Déjeuner en bord

Départ pour la visite guidée de Paros, célèbre pour son marbre blanc : la coopérative agricole, l'Eglise de la Panaghia Ekatondapiliani

Transfert à l'hôtel. Dîner et nuit à l'hôtel à Paros.

3^{ème} jour : Randonnée à Paros 3h env. – visite Antiparos

Petit déjeuner et départ pour Randonnée à partir du paisible village de **Lefkès**, perché sur une colline et entouré d'oliviers et d'arbres fruitiers. **La route Byzantine Lefkes – Prodomos – Marpissa (10km)**

HEURES DE MARCHÉ : environ 3h - DÉNIVELÉ + : 150 m - DÉNIVELÉ - : 150 m

*L'ancien chemin Byzantin qui est aussi connu comme "la route Byzantine", mène du village pittoresque de **Lefkes au village Prodomos** et est considéré comme un des **chemins classiques de Paros**. Le chemin pavé en marbre passe à travers de très beaux paysages naturels où les odeurs de thym, d'origan, de sage et des semailles remplissent l'air. En arrivant à Prodomos, vous suivrez le chemin qui mène à Marpissa et de là, au sommet de la colline Kefalos vous atteindrez le monastère de Saint Antoine.*

Déjeuner en taverne locale en cours d'excursion. Découverte de **Naoussa** avec son petit port pittoresque et coloré. En soirée **visite d'Antiparos en ferry** puis retour à Paros. **Dîner et nuit à Paros.**

4^{ème} jour : Paros – Naxos

Petit déjeuner et départ **en ferry pour l'île de Naxos** (11h45 – 12h30) (environ 45Minutes)

Arrivée à Naxos transfert à l'hôtel, déjeuner en taverne locale.

L'après-midi **découverte du portique d'Apollon et de la citadelle de Naxos.**

Retour à l'hôtel pour le dîner et la nuit à Naxos.

5^{ème} jour : Tour de l'île et Randonnée à Naxos

Petit-déjeuner et **journée de visite sur l'île de Naxos – visite du musée archéologique de Naxos** et de l'église paléochrétienne Panaghia Drosiani.

Randonnée : Kouros de Mélanes - village de Potamia - Tripodes et Aghia Anna

HEURES DE MARCHÉ : 3h30/4h env. - DÉNIVELÉ + : 400 m - DÉNIVELÉ - : 350 m

Bus pour Mélanes et son fameux kouros de pierre à la jambe brisée, datant du VI^e siècle av. J.-C. Descente vers le beau village de marbre de Potamia.

Pique-nique près d'Agios Mamas, une église catholique du IX^e siècle abandonnée au milieu des champs. Retour à pied vers la mer et Naxos, en passant par Tripodes et ses moulins. Poursuite vers la mer par des chemins agricoles bordés de bambous afin de rejoindre la mer à Plaka. Fin de la randonnée sur la plage d'Aghia Anna.

Visite de la distillerie de cédrat, continuation Folito, Apirathos et Flerio Melanon.

Retour à l'hôtel - dîner et nuit à Naxos.

6^{ème} jour : Traversée Naxos - Santorin – Randonnée de Oia à Fira

Après le petit déjeuner **temps libre à Naxos**

Déjeuner en taverne locale ou panier repas dans le bateau. Départ en ferry pour l'île de **Santorin** (12h50 – 14h50)

Arrivée à Santorin et **départ pour une randonnée la plus classique et la plus spectaculaire de votre séjour.**

HEURE DE MARCHÉ 2h30 à 3h - Dénivelé +300m – 300m

Progressant sur un sentier en balcon au-dessus de la caldeira, vous dominez un paysage exceptionnel. Après avoir quitté **Oia**, vous gagnez la Chapelle du prophète Elie. Passage sur la **montagne noire**, puis le long de la crête de Mouzakia, pour traverser ensuite les villégiature d'Imerovigli et de Forostefani et parvenir à **Fira** capitale de l'île. Promenade dans les ruelles touristiques, puis retour à Oia à pied pour **profiter des lumières exceptionnelles avant le couchant.**

Retour à l'hôtel. Dîner et nuit à Santorin.

7^{ème} jour : Découverte de Santorin en car – Ferry pour Athènes

Après le petit déjeuner départ **pour une visite de l'île de Santorin. Tour en autocar** de la plus saisissante des îles grecques en passant par le charmant village Fira d'où on peut admirer le magnifique panorama sur le volcan et les îlots de l'archipel.

Visite du site archéologique d'Akrotiri. *Après 6 années de rénovation la « Pompéi de Santorin » a ré-ouvert ses portes en 2012. Ville appartenant à la civilisation des Cyclades, avec une forte influence minoenne. En plein épanouissement, la ville a été enfouie par une éruption volcanique. C'est ainsi qu'elle a été conservée pendant plus de 3500 ans. L'excellent état de conservation des bâtiments et de leurs magnifiques fresques permet d'avoir un aperçu de l'histoire sociale, économique et culturelle de l'âge du bronze dans la mer Égée.*

Déjeuner en taverne locale.

Traversée maritime pour Athènes (**15h30 – 23h15**) dîner à bord. **Arrivée à Athènes, transfert à l'hôtel et nuit.**

8^{ème} jour : matin suite visite Athènes – RETOUR EN FRANCE

Petit-déjeuner à l'hôtel.

Transfert à l'aéroport. Assistance aux formalités d'enregistrement. Envol d'ATHENES sur la compagnie régulière LUFTHANSA pour FRANCFORT. Arrivée à Francfort et transfert autocar vers vos localités.

Programme sous réserve de disponibilité au moment de la réservation – séjour maintenu à partir de 25 inscrits
Point des inscriptions au 30 novembre 2017 et chèque d'acompte encaissé à partir de début décembre

Le prix comprend

- Les transferts autocar / région / aéroport Francfort / région
- **Le vol régulier A/R Francfort / Athènes sur compagnie régulière LUFTHANSA TAXES INCLUSES**
- Les transferts d'arrivée et de départ à Athènes et sur les îles
- Les traversées maritimes Pirée/Paros/Naxos/Santorin/Pirée en ferry, en classe touristique
- L'hébergement en hôtel 4*nl pour 7 nuits selon le programme ci-dessus en chambre double
- **La pension complète du dîner le jour 1 au petit-déjeuner le jour 8**
- **Un déjeuner avec boissons pour le JOUR 1 ou le JOUR 8 selon horaire de vol**
- **Les Boissons** : ¼ de vin + 1 petite bouteille d'eau par personne et repas
- Les services d'un accompagnateur francophone pendant le voyage
- **les services de guides de randonnées avec 2 guides/randonnée** (3 randos prévues dans le séjour)
- **Les excursions mentionnées au programme**
- Les droits d'entrées aux sites et musées mentionnés au programme, valables pour 2018
- **les taxes de séjour - Les pourboires**
- l'assurance annulation assistance bagages rapatriement VALEURS ASSISTANCES

Non compris :

- Les dépenses personnelles - Les éventuels porteurs (pour les hébergements dans les îles)
- Le supplément en chambre individuelle + 155€ pour le séjour (sur demande et en nombre limité)
- Les adhésions 2017 et 2018 à Progress'Forme



Coupon d'inscription : 2^{ème} séjour GRECE – du 05 au 12 octobre 2018

A renvoyer obligatoirement à PROGRESS'FORME - 7 rue du Docteur Roux – 54130 St MAX
Joindre 2 enveloppes timbrées à votre adresse si vous n'avez pas de mail

Madame et/ou Monsieur :

Déjà Adhérent(e) à Progress'forme : oui non

Si non => merci de renseigner vos coordonnées complètes, le bulletin d'adhésion vous sera adressé.

Adresse :

Mail :

tél. :

Inscription :

- En chambre double : couple
- En Twin - Merci d'indiquer le nom de la personne qui partagera la même chambre :
- En chambre individuelle (supplément de 155 € à régler à l'inscription)

Lieux de départ (à choisir) : Tomblaine Vandoeuvre

Règlement : MERCI de compléter et de ne pas découper cette partie.

Chèques à l'ordre d'ALSAVOSGES ou chèques vacances

- Je joins un acompte de 410 €/p + montant single éventuelle (155€)** – mis à l'encaissement début décembre
 - Banque et n° Chèque :
- Je choisis le solde en 1 seul versement** (entre 930 €/p et 1030 €/p suivant nombre de participants) **pour le 1^{er} août 2018 au + tard.**
- Je choisis le solde en 3 fois 310 €/p et je joins tous les chèques à l'inscription** (inscrire banque et N° de chèques à côté de la date de retrait - merci)
 - A retirer le 10 janvier 2018 :
 - A retirer le 10 mars 2018 :
 - A retirer le 10 mai 2018 :