

Des Météores aux villages des Zagori en passant par le Pindos way

du mardi 4 octobre 2022 au jeudi 20 octobre 2022

Organisateurs : Isabelle Terrail, Nicole Clavier	Niveau : Moyen ▲▲
Avec accord : Oui	Itinérant avec portage
Effectif maximum : 10	auberges de jeunesse, gîtes, refuge et hôtels

La Grèce est un pays montagneux et de nombreuses montagnes dépassent les 2 000 m. La plupart sont calcaires et sont creusées de profonds ravins. Dans la partie nord de la Grèce où nous nous rendrons les forêts de pins noirs, et de hêtres sur les faces nord, sont fréquentes. Les sources abondent et les rivières ne sont jamais à sec. Ces montagnes sont restées relativement à l'écart de la modernité. La vie agricole a quasiment disparu et seules les transhumances animent encore ces montagnes à la belle saison. Cependant, depuis quelque temps les petits-fils d'émigrés ruraux reviennent dans leur village, restaurent leur maison et les églises et redonnent vie aux villages, qui ont failli disparaître.

Nous visiterons les Météores. Il s'agit d'une formation géologique du nord de la Grèce, en Thessalie, dans la vallée du Pénée. Ces Météores abritent des monastères chrétiens orthodoxes, perchés au sommet de falaises et de pitons rocheux gris sculptés par l'érosion.

Nous continuerons par Le Pindos Way, qui traverse le nord de la Grèce depuis Delphes jusqu'à la frontière albanaise. Nous randonnerons entre Mesochora et Metsovo, puis nous irons jusqu'au parc national Valia Kalda. Nous nous rendrons ensuite vers l'ouest pour aller visiter les villages de pierre des Zagori. Il s'agit de villages isolés et répartis dans une région montagneuse, qui entoure les gorges de Vikos, mondialement connues, et situés à peu de distance de Ioannina, la grande ville de l'Épire, capitale historique et économique.

Niveau et esprit

Randonnée variée permettant de découvrir la Grèce du nord. Après une visite plus ou moins rapide d'Athènes, nous nous rendrons dans les Météores en Thessalie pour visiter quelques monastères perchés. Ensuite, un transfert privé nous permettra d'arriver à Mesochora, à partir de laquelle nous randonnerons quelques jours sur le Pindos way dans le pays des valaques, ces populations alors semi-nomades, dont les activités principales étaient l'élevage et la bijouterie. Nous nous rendrons ensuite au nord de Metsovo pour découvrir le parc national de Valia Kalda et enfin nous terminerons dans le pays des Zagori. Les étapes ne sont jamais très longues ni trop dures et nous monterons à la vitesse de 300 - 350 m à l'heure. Cette randonnée est accessible à toute personne s'entraînant physiquement régulièrement et aimant marcher en montagne. Les chemins pourront être très confortables, mais aussi escarpés et caillouteux. Cette longue randonnée itinérante demande une bonne endurance, malgré son niveau Moyen.

Participation aux frais

800 € (300 € à l'inscription, 250 € le 01/07/2022, 250 € le 01/09/2022)

Trois versements doivent être préparés (chèques ou carte bancaire) lors de la demande d'inscription. Si vous êtes retenu 300 € seront encaissés à l'inscription, 250 € le seront le 1er juillet 2022 et 250 € le seront aussi le 1er septembre. Ces sommes ne seront encaissées que si votre inscription est validée par le secrétariat.

Incluant : les transports internes, les hébergements en demi-pension pour neuf jours, juste avec le petit-déjeuner pour trois jours et sans aucun repas pour quatre autres jours, les frais d'organisation.

N'incluant pas : le transport pour venir jusqu'à la ville d'Athènes et pour repartir de Corfou, le repas de midi pris en pique-nique, les en-cas et boissons, le petit-déjeuner et le dîner pour quatre jours, et le dîner seul pour trois autres jours. Le coût de la nuit du 3 au 4 octobre n'est pas inclus dans le prix.

Transport

Aller : Nous vous proposons un départ le mardi 4 octobre.

Mardi 4 octobre de Paris CDG avec la compagnie Aegan Airlines vol 11h55 - 16h05. Rendez-vous à l'hébergement pour les présents. Nous donnerons toutes les indications utiles nécessaires pour rejoindre l'auberge de jeunesse.

Départ possible le lundi 3 octobre afin de visiter plus complètement Athènes :

Départ lundi 3 octobre de Paris Orly avec la compagnie Transavia vol 14h30 - 18h45. Rendez-vous aux bagages pour les présents.

A l'aller, le rendez-vous est à l'hébergement choisi en centre-ville d'Athènes.

Pour le retour, nous nous séparerons, soit dans la ville de Corfou, soit à l'aéroport.

Retour : Départ jeudi 20 octobre de Corfou vol 20h05 - 21h55. Nous irons ensemble à l'aéroport à pied depuis la ville de Corfou.

Hébergement et repas

Nous serons logés dans des hôtels (4), dans des guesthouses (5), dans des auberges de jeunesse (2) et dans un refuge. Nous aurons des lits superposés dans les auberges de jeunesse et un ou deux lits doubles à partager pendant une nuit. Nous serons 9 soirs en demi-pension et le reste du temps nous dînerons au restaurant.

Nous aurons souvent des draps et des serviettes, mais pas tout le temps. Il faut donc que vous emportiez votre drap-sac et votre serviette.

Pour les pique-niques, nous ne savons pas dire si nous trouverons toujours des petites épiceries où nous ravitailler. Les hébergements nous proposeront le nécessaire en l'absence d'épicerie.

Programme

Lundi 3 octobre 2022.

Arrivée à l'aéroport d'Athènes depuis Paris-Orly à 18h45. Les personnes présentes à l'aéroport seront accompagnées jusqu'à l'hébergement retenu. Le coût du transport jusqu'à la ville, le dîner et la nuit du 3 au 4 octobre ne sont pas compris dans le prix de la sortie.

Transfert par train régional à la gare ferroviaire d'Athènes (gare de Larissis), puis métro M2 jusqu'à l'arrêt Panepistimio.

Dîner. Nuit dans une auberge de jeunesse privée.

Mardi 4 octobre - 1er jour : Paris- Athènes ou visite d'Athènes

Arrivée à l'aéroport d'Athènes à 16h05 pour les participants prenant le vol d'Aegan Airlines de 11h55 à Paris CDG. Ces personnes devront se rendre à l'hébergement retenu par leurs propres moyens. Toutes les indications nécessaires leur seront données.

Transfert par train régional à la gare ferroviaire d'Athènes (gare de Larissis), puis métro M2 jusqu'à l'arrêt Panepistimio.

Les personnes arrivées la veille visiteront Athènes.

Visite des quartiers Monastiraki et Plaka d'Athènes avec l'ensemble du groupe et dîner dans un restaurant.

Nuit dans une auberge de jeunesse privée.

Mercredi 5 octobre 2022 - 2ème jour : Fin de la visite d'Athènes et Athènes - Kalambaka

Visite d'Athènes : l'Acropole et ses différents monuments, le musée national archéologique, le musée de l'Acropole et l'agora antique sont les endroits qu'il faudrait avoir vu.

En fin d'après-midi, retour à l'auberge de jeunesse pour récupérer le sac à dos et prendre le métro pour la gare centrale d'Athènes. Nous y prendrons un train pour Kalambaka à 18h22 où nous arriverons à 21h39.

Vu l'heure tardive, il vaudra mieux avoir dîné dans le train.

Nuit dans une auberge de jeunesse privée.

Jeudi 6 octobre 2022 - 3ème jour : Visite des Météores

Environ 10 km et 5h de visite. Nombreux escaliers à monter.

De Kalambaka, nous irons à Kastraki (2 km) par la route, puis par les chemins nous irons au monastère Agios Nikolaos, puis à celui de Varlaam (ça grimpe), enfin à Megalo Meteora.

Retour à Kalambaka par le même chemin ou un autre chemin.

Dîner dans une taverne et nuit à l'auberge de jeunesse privée.

Vendredi 7 octobre 2022 - 4ème jour : Kalambaka - Mesochora (850 m) - Athamania (1 000 m).

Transfert privé à Mesochora.

15,1 km ; + 250 m ; - 100 m ; 4h30.

L'itinéraire suit la magnifique vallée de l'Akheloös à peu de distance de la rivière sur un chemin confortable. Nous entrons dans une région peuplée par les Valaques, peuple parlant une langue d'origine romane. On les retrouve en Albanie et en Roumanie.

Hébergement en 1/2 pension dans un hôtel.

Samedi 8 octobre 2022 - 5ème jour Athamania. (1 000 m) - Matsouki (1 100 m)

21,1 km ; + 1 250 m ; - 1 150 m ; 8h.

L'itinéraire du jour nous fait passer de la vallée de l'Akheloös à celle de l'Arakhtos en passant par une vallée étroite, puis par le col de Katarakhias à 2 020 m.

Transfert privé pour le village de Kalarites, où nous trouverons notre hébergement. C'est l'un des plus beaux villages de ce coin reculé, qui témoigne de la richesse de ses précédents habitants, monopolisant au 18^e siècle, le commerce de joaillerie d'or et d'argent à Ioannina.

Hébergement en 1/2 pension chez Napoléon.

Dimanche 9 octobre : 6ème jour : Visite du monastère Moni Kipinas

Nous descendrons dans la vallée du Kalaritikos pour aller voir le monastère du 13^e siècle inséré dans une faille de la falaise.

Environ 10 km, +/- 300 m, 4 h.

Retour chez Napoléon.

Lundi 10 octobre 2022 - 7ème jour : Kalarites (1 100 m) - Khaliki (1 200 m)

23 km ; + 850 m ; - 800 m ; 8 h.

L'itinéraire traverse le massif du Péristeri. Prendre par la route non goudronnée à l'ouest.

Nous traverserons des alpages et des troupeaux et monterons au col de Tris Pirghi (1 862 m) pour descendre un autre vallon, toujours à travers des alpages, jusqu'à Khaliki.

Khaliki est un autre village valaque situé près de la source de l'Akheloös, habité seulement l'été. Voir l'église Ayia Paraskevi.

Mardi 11 octobre 2022 - 8ème jour : Khaliki (1 200 m) - Metsovo (1 050 m)

17 km ; + 940 m ; - 790 m ; 5h30.

Suivre au départ la rive est (chiens de l'autre côté). Monter au col à 1 634 m situé sur la crête de Hodja, là où le sentier rejoint la route goudronnée. Descendre vers la bergerie de Hodja, puis rejoindre la route au

pont sur la Ronas. Descendre jusqu'à Anilio, puis Metsovo, deux villes jumelles séparées par la rivière Metsovitikos.

Nuit dans un hôtel et dîner au restaurant.

Mercredi 12 octobre - 9ème jour : Metsovo, petite randonnée dans la forêt à la recherche des empreintes de l'ours brun.

8 km ; +/- 560 m ; 3h.

Jolie randonnée dans la forêt de hêtres et dans les alpages au-dessus de Metsovo, jusqu'au sommet Kaligomeno Aloni (1 590 m) et retour.

Transfert au refuge Valia Calda de Vovoussa, où nous serons en 1/2 pension.

Jeudi 13 octobre - 10ème jour : Valia Calda National Park

19 km ; +/- 890 m ; 7h.

Cette randonnée nous emmènera le long du torrent Arkoudorema et ses plaisantes baignoires d'eau turquoise. Valia Calda est une jolie vallée magique cachée entourée de hautes montagnes, couvertes de forêts denses de pins noirs et de hêtres. C'est la destination rêvée de tout botaniste : on y trouve des fleurs sauvages très rares, de nombreuses orchidées et fleurs carnivores et beaucoup d'autres plantes. De nombreux cours d'eau se jettent dans l'Arkoudorema, qui coule paisiblement au fond de la vallée.

Retour au refuge.

Vendredi 14 octobre 2022 - 11ème jour : Avgo Peak

17,5 km ; +/- 1 200 m ; 6h30.

Cette ascension nous donnera une bonne idée de l'isolement de cette région sauvage. Du sommet (2 177 m) on a une belle vue sur les lacs de Flega, les falaises rocheuses du Mt Timfi à l'ouest et le Mt Smolikas au nord-est.

Retour au refuge.

Samedi 15 octobre 2022 - 12ème jour : Transfert à Kipi et jour de repos.

En cours de transfert, il est possible de s'arrêter à Tsepolovo et faire la randonnée suivante :

18 km ; +580 m ; - 890 m ; 6h.

Cette journée permet de visiter des villages typiques de la région de Zagori ainsi qu'un pont. Tsepolovo est l'un des villages le mieux préservé et le plus vivant de la région. Monter directement au point de vue de Beloi, qui domine les gorges de Vikos, de 800 m. Ensuite prendre le chemin de Vradeto (1340 m), le plus haut village de la région des Zagori, puis de Kapesovo (1050 m). La descente sur Kapesovo se fera par l'escalier de Vradeto, l'un des chefs d'œuvre des maçons locaux.

A la sortie des gorges du Vikakis le pont de Kontodimos conduit au village de Kipi.

Nuit en 1/2 pension dans un hôtel.

Dimanche 16 octobre 2022 - 13ème jour : Kipi (770 m) - Monodendri (1 040 m)

15 km ; + 680 m ; - 410 m ; 5h.

Journée consacré à la visite de plusieurs villages de pierre, réputés dans le monde entier pour leur architecture (Kipi, Koukouli, Dilofo et Vitsa) et de ponts de pierre étonnants (Kondotimos, Mylos, Plakidas, Missios, Kokoros, Kapetan Arkoudas), tout en traversant la région centrale des Zagori, ses forêts et ses pâturages.

Nuit dans un hôtel avec petit-déjeuner. Dîner au restaurant.

Lundi 17 octobre 2022- 14ème jour : Monodendri (1040 m) à Elafotopos (1 100 m)

11 km ; + 400 m ; - 340 m ; 3h30.

On arrive à un petit sommet (1 214 m), avec de belles vues sur le plateau et les deux villages de Pedida-le-haut et Pedida-le-bas. Peu avant d'arriver à Ano pedida (Pedida-le-haut) on verra un monastère du 18^e siècle Ayia Paraskevi. On continuera notre route vers Elafotopos.

Elafotopos est l'un des villages les plus pittoresques et tranquilles de la Zagori centrale.

Nuit en demi-pension dans une guesthouse.

Mardi 18 octobre - 15ème jour : Elafotopos (1 100 m) to Vikos village (760 m) and Mikro Papigo (975 m) / Megalo Papigo (960 m)

14,5 km ; + 1 050 m ; - 890 m ; 6h

Nous irons vers Vikos, où nous rejoindrons les gorges éponymes, dans lesquelles nous descendrons pour visiter un vieux monastère et les sources du Voidomatis.

De là, nous remonterons vers deux autres villages de pierre : Mikro Papigo et Megalo Papigo. Ces deux villages sont typiques de l'architecture de pierre des villages Zagori et sont dominés par les tours du Mont Astraka.

Nuit en demi-pension dans une auberge guesthouse.

Mercredi 19 octobre 2022 - 16ème jour : Mikro Papigo - Ioannina - Igoumenitsa - Corfou

Transfert privé à Ioannina.

Visite du Kastro, ancien quartier byzantin et ottoman, qui se trouve à 1 km de la gare routière. Depuis le 11e s., Ioannina vit sous la garde du kastro élevé sur la péninsule dominant le lac, au nord-est de la ville. Une fois franchie la lourde enceinte d'Ali Pacha (début du 19e s.), qui intègre des éléments d'époque byzantine, de vieilles maisons ottomanes à encorbellements de bois jalonnent des ruelles pavées.

Transfert à Igoumenitsa en bus (14h15). Igoumenitsa est de construction récente, ayant été détruite au cours de la seconde guerre mondiale. Le port se trouve à 550 m de la gare routière Ktel.

Ferry pour Corfou (16h30).

A Corfou, nous nous rendons à pied à l'hôtel, où nous passerons la nuit (2,1 km), en longeant la mer.

Dîner dans un restaurant.

Jeudi 20 octobre 2022 - 16ème jour : Visite de Corfou et retour à Paris.

Visite de Corfou.

Corfou - Paris par la compagnie Transavia : 20h05 - 21h55.

Ce programme indicatif n'est pas contractuel. L'organisateur se réserve le droit de le modifier à tout moment, notamment en fonction des conditions du terrain, d'obstacles imprévus, des transports, du groupe, de la météo et pour toute raison de sécurité. Les participants doivent avoir le niveau physique et technique demandé ainsi que l'entraînement correspondant.

Équipement

Papiers

- Carte CAF, carte d'identité ou passeport valide.
- Carte européenne d'assurance-maladie.
- Carte bancaire internationale ou espèces.

Marche et portage

- Chaussures de moyenne montagne avec une bonne accroche.
- Bâtons recommandés.
- Sac à dos de 30 à 40 litres.
- Poche à eau à tuyau ou gourde de 2 litres.

Alimentation

- Vivres de course
- Couteau, cuillère.

Hygiène

- Affaires de toilette, petite serviette.

Vêtements

- Sous-vêtements
- Chemisette ou tee-shirt
- Pantalon ou short
- Chapeau ou casquette.
- Maillot de bain.

Pluie ou froid

- Polaire, coupe-vent imperméable et respirant.
- Surpantalon de pluie, guêtres "stop tout".
- Housse de pluie du sac à dos.
- Bonnet, gants, tour du cou ou écharpe.

Sécurité

- Pharmacie, pastilles pour purifier l'eau.
- Sifflet, couverture de survie.
- Téléphone mobile et chargeur.

- Chapeau, crème et lunettes de soleil.
- Lampe frontale.

Nuitées

- Drap-sac, bouchons d'oreille, sandales.

Modalités sanitaires

Chacun devra être en mesure de présenter son pass sanitaire au transporteur (terrestre ou aérien) et aux différents prestataires (hébergements, restaurants,...) qui sont susceptibles de le demander à tout moment.

Inscription

Sauf mention contraire sur la page de la sortie, la demande d'inscription est possible dès maintenant en ligne ou auprès du secrétariat. Elle ne sera effective qu'après réception de vos règlements ou paiements en ligne. Vous devez impérativement effectuer tous les paiements demandés à l'inscription y compris les paiements différés.

Les places seront attribuées à partir du **mercredi 27 avril 2022** selon les [règles de priorité](#) du club.

Vous pouvez vous faire remplacer ou annuler votre inscription à tout moment avant le début de la sortie, moyennant les frais spécifiés dans les [conditions d'annulation et de remboursement](#). À plus de 30 jours du départ, vous pouvez en outre souscrire une assurance annulation pour couvrir ces frais, à l'exclusion d'une franchise et du montant de cette assurance.

Tous les inscrits devront être à jour de leur cotisation 2022-2023 pour pouvoir participer à cette sortie.