



Via Francigena : de Aulla à Lucca

ITALIE - TOSCANE



La Via Francigena (voie des Francs), est un ancien chemin de pèlerinage qui mène vers Rome vers la tombe de l'Apôtre Pierre (premier pape de l'histoire de la chrétienté) . Son axe principal fut défini en 990 par Sigeric, un archevêque de Canterbury. Son tracé relie Canterbury en Angleterre, à travers la France, puis la Suisse, et enfin l'Italie jusqu'à Rome. Bienvenue dans ce périple qui vous mènera jusqu'à Lucca. Culture, paysages spectaculaires et histoire seront vos partenaires de voyage.



6 jours / 5 nuits
5 jours de randonnée



1 à 15 personnes



Itinérant



★★



Hôtel - Chambres
d'hôtes



Code : 1101

LES POINTS FORTS :

- Lucca, une ville marquée par la Renaissance
- Une expérience spirituelle
- La chaîne des Alpes Apuanes
- Traces GPX fournies



PROGRAMME JOUR PAR JOUR

JOUR 1 : AULLA

Arrivée à Aulla dans l'après-midi. Visite libre d'Aulla, 30ème étape de l'itinéraire de Sigéric. Vous pourrez y voir la Fortezza della Brunella ainsi que les ruines du Castello di Bigliolo.

JOUR 2 : AULLA - SARZANA

Au départ de l'hôtel suivez les indications du topo guide pour sortir de la ville. Vous montez une pente assez raide jusqu'au village fortifié de Bibola puis vous continuez sur des sentiers à travers la montagne pour rejoindre Ponzano Superiore. Vous pouvez apercevoir les Alpes Apuanes. Continuez jusqu'à l'entrée de Sarzana.

 5h de marche, 17,5km, +600m / -600m de dénivelé

JOUR 3 : SARZANA - MASSA

Sarzana a toujours été une étape très importante pour les pèlerins. C'est la raison pour laquelle elle a gardé un riche patrimoine architectural. Vous pouvez donc visiter plusieurs lieux qui valent le détour tel que la place Giacomo Matteotti, la rue Mazzini ou encore les églises et la cathédrale de la ville. L'étape pour aller jusqu'à Massa est plutôt paisible du point de vue de la randonnée même si plusieurs surprises attendent les randonneurs sur le chemin.

 8h de marche, 28.5km, +350m / -330m de dénivelé

JOUR 4 : MASSA - PIETRASANTA

En partant de Massa, vous marchez sur une route un peu plus rurale que celle de l'étape précédente. Sur la route, vous avez l'occasion de visiter Capanne et son château. Arrivé à Pietrasanta, prenez le temps de contempler les beautés architecturales de la place du Duomo avec la cathédrale Saint-Martin, le palais Pretorio et Moroni, ou encore l'église San Agostino. Dîner et nuit.

 4h30 de marche, 16.5km, + 250m / -350m de dénivelé

JOUR 5 : PIETRASANTA - MONSAGRATI

En quittant Pietrasanta, vous entrez dans les paysages toscans de cartes postales. Jusqu'à Camaiore, la campagne parsemée de belles Villas avec jardins exotiques et de collines couvertes d'oliviers et de cyprès s'offre à vous. L'étape est confortable puisque vous emprunterez une étroite piste goudronnée.

 5h de marche, 21,5km, +450m / -350m de dénivelé

JOUR 6 : MONSAGRATI - LUCCA

Vous traversez de petits villages où se nichent de modestes chapelles. Vous atteignez Lucca au bout de 4h de marche. Vous y trouvez de nombreux bâtiments et lieux à visiter comme la place San Michele, la place del Mercato, la tour de Guinigi, le palais Bernadini, l'église San Giovanni et San Frediano. Fin du séjour après récupération des bagages à Lucca. Nuit supplémentaire possible.

 4h de marche, 16,5km, +150m / -220m de dénivelé

IMPORTANT ITINÉRAIRE :

- Les durées de nos randonnées sont données à titre indicatif. Elles peuvent varier en fonction de plusieurs éléments lors du déroulé de notre séjour (niveau des participants, météo, état du terrain, etc...). Les durées de transfert peuvent aussi fluctuer en fonction des conditions climatiques et de l'état des routes. Il est possible de raccourcir les étapes en empruntant des bus ou des transferts, n'hésitez pas à nous consulter.

NUITS SUPPLÉMENTAIRES :

Possibilité de demander des nuits supplémentaires à l'hôtel (tarifs sur demande, nous consulter).

PERSONNALISER SON VOYAGE :

Un autre séjour existe dans cette même région : [Via Francigena en liberté : De Lucca à Sienne](#)



FICHE PRATIQUE

NIVEAU PHYSIQUE :

- Marcheur Régulier

Pour marcheur motivé, en forme, pratiquant une activité physique variée et régulière. De 4 à 5h de marche par jour sur des chemins balisés. Faible dénivelé qui ne dépasse pas les 350m sauf le jour 2 avec un dénivelé de 600m.

NIVEAU TECHNIQUE :

Aucune difficulté terrain particulière.

ENCADREMENT :

Vous disposerez d'un topo guide et de cartes.

TOPOGUIDE :

Votre topo (dossier de voyage) vous sera envoyé par courrier environ 2 à 3 semaines avant votre départ : il récapitulera les contacts utiles et le détail de votre programme jour par jour, ainsi que les points de RV et d'accès à vos hébergements. Votre questionnaire de satisfaction y sera aussi présent. Un seul topo est imprimé et envoyé par groupe. Ce séjour inclut des traces GPX que nous vous conseillons d'utiliser afin de faciliter vos randonnées (pour l'utilisation des traces GPX il est important d'avoir un smartphone chargé durant les randonnées). Possibilité d'envoi de plusieurs topos (avec supplément). En cas de réservation de dernière minute ou d'adresse à l'étranger, votre topoguide sera envoyé au premier hébergement de votre séjour et vous sera remis à votre arrivée sur place.



HÉBERGEMENT :

Auberges, Chambres d'hôtes, hôtels.

Il se peut que la douche et les WC se trouvent sur le palier ou à l'étage dans certains hébergements.

RESTAURATION :

Les petits déjeuners sont traditionnels (parfois sous forme de buffet) et sont servis vers 8H. Si vous désirez prendre votre petit déjeuner plus tôt, voir avec l'hôtelier la veille si cela est possible. Les dîners sont en général servis à partir de 19h30 ; ils sont composés la plupart du temps du menu du jour. Pas de choix de menu dans la majorité des hébergements sauf avec un supplément (à votre charge). Les boissons ne sont pas comprises dans la demi-pension.

REPAS DE MIDI :

Les paniers repas du midi ne sont pas inclus dans notre prestation. Vous pouvez les commander directement la veille à l'hôtelier (à payer sur place, de 7 à 11€ par personne selon les établissements) ou les acheter dans les villages, aux commerces existants.

TRANSPORT DES BAGAGES :

Vous porterez uniquement vos affaires de la journée.

GROUPE :

A partir d'un participant (avec suppléments)

RENDEZ-VOUS :

Le jour 1 à votre hôtel à Aulla

DISPERSION :

Le jour 6 après avoir récupéré les bagages

MOYENS D'ACCÈS :



EN VOITURE

Vous pouvez consulter votre itinéraire sur le site : www.viamichelin.com

Covoiturage : De nombreuses personnes, se rendant au départ de nos randonnées par leurs propres moyens, se rendent compte, une fois arrivée sur place, qu'elles auraient pu faire le voyage ensemble. Il nous est très difficile d'organiser par nous même le covoiturage ne disposant pas toujours des coordonnées de tous les participants et ne connaissant pas leur mode d'accès au point de rendez-vous. De plus, la loi nous interdit la divulgation des coordonnées de nos clients et nous pouvons difficilement jouer le rôle d'intermédiaire. Cependant, soucieux de vous faciliter vos déplacements mais aussi de nous inscrire dans une démarche responsable et respectueuse de la planète, nous vous incitons à consulter les sites suivants qui organisent le covoiturage :

www.covoiturage.fr ou www.covoiturage.com ou www.easycovoiturage.com , etc.

Plus d'informations sur www.05voyageurs.com



EN TRAIN

Renseignements auprès de la SNCF au 36 35 ou sur le site www.sncf-connect.com

- Gare d'accès : Aulla
- Gare de dispersion : Lucca

DATES ET PRIX

INFORMATIONS DATES ET PRIX :

Départ possible tous les jours du 02 avril au 31 octobre 2024.

➤ Prix par personne en basse saison (du 2/04 au 26/05 et du 16/09 au 31/10) :

Prix 1 participant : 865€.

A partir de 2 participants : 715€/pers.

A partir de 3 participants : 675€/pers.

A partir de 4 participants : 635€/pers

➤ Prix par personne en haute saison (27/05 au 15/09) :

Prix 1 participant : 895€.

A partir de 2 participants : 745€/pers.

A partir de 3 participants : 690€/pers.

A partir de 4 participants : 650€/pers.

➤ **A partir de 5 participants : remise privilégiée. Nous contacter.**

➤ Le supplément chambre individuelle est obligatoire pour 1 participant et pour les bases 3 participants.

Pour plus de détails concernant les Privilèges Chemins du Sud, et pour les villes et dates des Salons, vous pouvez consulter notre page : www.cheminsdusud.com/remises-privileges

Privilèges Chemins du Sud : remise fidélité -5%

Afin de vous remercier de votre fidélité, nous vous accordons une remise de 5%, appliquée dès votre 3ème séjour (les inscriptions faites via une autre agence comptent aussi!).

Cette remise vous sera attribuée systématiquement pour tous les séjours suivants, et sans durée de validité imposée. Elle est appliquée rétroactivement si elle a été oubliée sur un séjour réservé !

Remise FFRP

Afin d'encourager le développement de la randonnée sur notre territoire et la protection de l'environnement, Chemins du Sud offre une remise de 5% sur tous nos séjours, à tous les adhérents licenciés de la Fédération Française de la Randonnée.

Remise Salons – remise -5%

Chemins du Sud a un stand sur plusieurs salons du Tourisme en France et en Belgique. Réduction de 5% accordée sur tous nos séjours, pour toute personne nous rendant visite à notre stand. Utilisation de cette remise une fois par Salon, sans obligation d'achat sur place : pas de durée limitée pour l'utiliser.

Remise Groupes constitués – remise -8% à -18%

La réduction varie selon le nombre de participants. Que ce soit en formule Liberté ou avec un de nos accompagnateurs, partez entre amis ou avec votre club de randonnée, en groupe privatisé, à la date de votre choix.

NOTRE PRIX COMPREND :

- L'hébergement : 5 nuits en auberge, hôtels et/ou chambres d'hôtes.
- La demi-pension (vin et boissons non compris) (sauf dîner du J1 à Aulla)
- Un document pour 4 (contenant le topo-guide de la randonnée).
- Le transport des bagages selon formule.
- Les traces GPX.

NOTRE PRIX NE COMPREND PAS :

- L'assurance annulation et/ou assistance
- Le transport aller/retour jusqu'au lieu de rendez-vous et de dispersion
- Les repas de midi et le dîner du J1
- Les boissons et dépenses personnelles
- Les frais d'inscription éventuels,
- D'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans "Le prix comprend".
- Les taxes de séjour à régler sur place.

FRAIS D'INSCRIPTION :

Les frais d'inscription sont des frais administratifs. Ils sont applicables à chaque personne inscrite.

- Pour toute inscription à plus de 90 jours du départ : pas de frais d'inscription.
- Pour toute inscription à partir de 90 jours du départ : 15€/personne.

EN OPTION :

- Supplément chambre individuelle : 165€ par personne



ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ

BAGAGES :

- ✓ 1 sac de voyage par personne (ou valise à roulettes). Un bagage trop volumineux est à proscrire car poserait des soucis d'encombrement du bus ou d'organisation logistique.
- ✓ 1 sac à dos de 35-40 litres environ à armatures souples avec ceinture ventrale et un dos bien aéré pour votre confort (pour porter vos affaires personnelles de la journée : appareil photo, pique-nique du déjeuner, gourde, vivres de course, veste coupe-vent, pull, vêtement de pluie...). Ce bagage est placé généralement en cabine lors de vos transports aériens éventuels (10kg maximum par personne, habituellement).



VÊTEMENTS :

Pour le haut du corps, le principe des 3 couches permet de gérer quasiment toutes les situations :

- ✓ une couche légère et respirante
- ✓ une couche chaude
- ✓ une couche imperméable et respirante.

En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par temps de pluie ou vent, il suffit de rajouter cette veste imperméable. Par grands froids ou lors des pauses, la veste polaire est un complément indispensable.

Prévoir des vêtements qui sèchent rapidement et donc éviter le coton. Préférez les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible.

Pensez à vous couvrir avant d'avoir froid, mais surtout à vous découvrir avant d'avoir trop chaud. La sueur est l'ennemi du randonneur, car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés lors des pauses. Ainsi, il est très rare d'effectuer une ascension vêtue d'une veste polaire.

La liste complète et idéale : (à adapter néanmoins suivant la randonnée et la saison, et en fonction de vos habitudes)

- ✓ 1 chapeau de soleil ou casquette, ou foulard
- ✓ 1 bonnet ou bandeau en polaire et/ou un tour de cou
- ✓ 1 paire de gants légers
- ✓ Tee-shirts manches courtes en matière respirante de préférence (1 pour 2 jours de marche).
- ✓ 1 sous-pull à manches longues en matière respirante ou une chemise (parfois, les sommets sont ventés et une petite épaisseur est la bienvenue pendant la pause déjeuner),
- ✓ 1 veste chaude type polaire (voire déperlante) ou type chaude et compressible)
- ✓ 1 veste coupe-vent imperméable et respirante avec capuche
- ✓ 1 cape de pluie éventuelle et/ou sursac
- ✓ 1 pantalon de randonnée solide, ample, confortable, déperlant
- ✓ 1 surpantalon imperméable et respirant
- ✓ 1 short ou pantacourt, confortable et solide
- ✓ Chaussettes de marche (1 paire pour 2 jours de marche). Privilégier la laine ou les chaussettes spécifiques randonnée type bouclette" qui vous éviteront l'échauffement prématuré des pieds
- ✓ 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, avec semelle qui accroche bien au relief et résistante à l'abrasion. Pensez à tester auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps.
- ✓ ou si vous êtes habitués, une paire de chaussures basses type trail, notamment pour les séjours été.
- ✓ 1 paire de guêtres (facultatif)
- ✓ 1 maillot de bain et 1 serviette qui sèche rapidement (facultatif en vue d'éventuelles baignades)
- ✓ 1 pantalon confortable pour le soir
- ✓ 1 paire de chaussures de détente légères pour le soir, type baskets, permettant aussi d'être utilisées pour les visites ou balades en ville.



MATÉRIEL :

POUR LE PIQUE-NIQUE

- ✓ Couverts
- ✓ 1 boîte de conservation en plastique de 0,5 litre minimum (impératif même s'il peut arriver qu'elle ne serve pas)
- ✓ 1 gobelet plastique ou aluminium avec anse isolée pour éviter les brûlures avec les boissons chaudes
- ✓ 1 couteau de poche pliant (facultatif)
- ✓ 1 gourde isotherme ou aluminium de 1,5 litres minimum ou gourde souple (déconseillée en hiver) ou une gourde filtrante éventuellement. Surtout utile en hiver, si vous souhaitez, prendre une bouteille isotherme pour emporter thé, café... pendant la randonnée)

AUTRES

- ✓ 1 grand sac plastique à glisser dans votre sac à dos afin de protéger vos affaires des intempéries et/ou 1 sur-sac
- ✓ 1 pochette étanche avec : votre contrat d'assistance, vos papiers d'identité, carte vitale et tout autre document mentionné dans la rubrique formalités
- ✓ 1 parapluie solide et léger (facultatif mais très utile en cas de pluie, ou même de canicule)
- ✓ 1 paire de bâtons de marche télescopiques (selon vos habitudes ou le niveau technique des randonnées, se référer au paragraphe « Niveau Technique » de la fiche technique du séjour)
- ✓ 1 paire de lunettes de soleil de bonne qualité (protection niveau 3 ou 4) couvrant bien les côtés
- ✓ Crème solaire avec un bon indice de protection (30 minimum) et écran labial (le tout systématiquement dans le sac à dos)
- ✓ Trousse de toilette (brosse à dents, déodorant, etc...)
- ✓ Protections auditives en cire ou en mousse (contre les ronflements de voisinage ou autres nuisances sonores)
- ✓ Mouchoirs
- ✓ Papier toilette
- ✓ 1 frontale ou lampe de poche + couverture de survie : à mettre systématiquement dans le sac à dos, un retard imprévu suite à un incident peut subvenir même au cours d'une randonnée facile
- ✓ Des lunettes de rechange (si vous portez des lunettes de vue)
- ✓ Appareil photo, jumelles (facultatif)

PHARMACIE :

- ✓ Vos médicaments habituels
- ✓ Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- ✓ Médicaments contre les troubles digestifs (facultatif)
- ✓ Antistaminiques contre les piqûres d'insectes par exemple (facultatif)
- ✓ Pastilles contre le mal de gorge (facultatif)
- ✓ Bande adhésive élastique en 5 ou 8 cm de large x 2,5 m (facultatif)
- ✓ Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- ✓ Collyre (en cas de poussières ou irritation/sécheresse oculaire)
- ✓ Double peau pour protéger les ampoules aux pieds (facultatif)
- ✓ Pince à épiler (facultatif)
- ✓ Petits ciseaux (facultatif)
- ✓ Vitamine C (facultatif)
- ✓ Pince à écharde (facultatif)
- ✓ Gel hydroalcoolique antibactérien utile pour se laver/désinfecter les mains.

FORMALITÉS

FORMALITÉS :

Durant la randonnée, vous devez être en possession des documents suivants :

- Carte d'identité en cours de validité ou Passeport.
- Carte vitale.
- Dépliant de votre assurance voyage reçu lors de votre inscription (si vous avez souscrit cette assurance auprès de nos bureaux) ou de votre assurance personnelle (numéro de contrat + numéro de téléphone).
- Carte Européenne d'assurance maladie

ASSURANCES :

A l'inscription, vous pouvez souscrire une assurance assistance rapatriement et/ou annulation qui s'ajoute au prix du séjour.

- Assurance annulation : 3% du montant du séjour (elle comprend le remboursement des sommes retenues en cas d'annulation avant votre départ).
- Assurance assistance rapatriement : 2% du montant du séjour.
- Assurance annulation - rapatriement : 4% du montant du séjour.

Textes complets des assurances envoyés sur demande.

INFORMATIONS DESTINATION

HISTOIRE :

La via Francigena (pouvant se traduire par la « voie qui vient de France ») est un réseau de routes et chemins empruntés par les pèlerins venant de « France » (aussi bien l'actuel pays de France que le sud de l'Allemagne longtemps considéré comme « le pays des Francs ») pour se rendre à Rome. Il serait trop restrictif de l'identifier au seul itinéraire de Sigéric, archevêque de Canterbury, qui effectua le trajet en 990 et en laissa la description dans un document qui récapitule ses 80 étapes, lors du voyage de retour depuis la « ville éternelle » jusqu'au siège de son évêché. Toutefois, le voyage de Sigéric permet de donner un visage aux millions de pèlerins qui se sont rendus à Rome depuis les différentes provinces françaises.

À l'instar du chemin de Compostelle, c'est une importante voie de pèlerinage médiévale qui a été récemment l'objet d'études, d'un balisage et d'une reconnaissance en 2004 par le Conseil de l'Europe comme « grand itinéraire culturel du Conseil de l'Europe »1. La via Francigena inclut notamment, à rebours, le chemin de Saint-Jacques des Italiens (permettant d'atteindre la via Tolosana ou la via Gebennensis). Prolongée au-delà de Rome, la via Francigena du Sud permet d'atteindre le sanctuaire de Monte Gargano à Monte Sant'Angelo (par la via Micaelica) et les ports d'embarquement apuliens vers la Terre sainte.



« Tous les chemins mènent à Rome » : il n'y avait pas d'itinéraire unique pour se rendre au tombeau de saint Pierre dans la basilique Saint-Pierre du Vatican à Rome. C'était avec celui de Jérusalem (lieux saints : Bethléem, Saint-Sépulcre, etc. : les pèlerins étaient appelés « paulmiers ») et celui de Compostelle (tombeau de Saint Jacques : les pèlerins étaient appelés « jacquets »), l'un des trois grands pèlerinages chrétiens. Les pèlerins de Rome étaient appelés « roumieux » ou « romées » (d'où le prénom italien Romeo). Un des itinéraires importants est matérialisé par le tracé du voyage entrepris en 990 par Sigéric de Canterbury, archevêque de Canterbury (primat de l'Église d'Angleterre), qui se rendit à Rome afin d'y rencontrer le pape et recevoir le pallium des mains du pape Jean XV. Sigéric décrit précisément les 80 étapes de son itinéraire dans un texte qui nous est parvenu. Le parcours compte près de 1 700 kilomètres à partir de Cantorbéry. À l'initiative de la Toscane et sous l'égide du Ministère italien de la culture, un projet regroupant plusieurs régions d'Italie travaille à une revitalisation du parcours, sur le modèle du pèlerinage de Saint-Jacques de Compostelle. La via Francigena n'est pas identifiable par un symbole aussi connu que la coquille de Saint-Jacques-de-Compostelle. En l'absence de signalétique officielle, le balisage peut revêtir diverses formes selon les pays mais intègre habituellement la figure d'un pèlerin.

NOUS CONTACTER



Notre agence est ouverte du Lundi au Vendredi de 9h à 18h30, et le Samedi de 9h à 17h
En cas de problème de dernière minute, appelez :
au **04 90 09 06 06** ou sur notre téléphone d'urgence au **07 77 08 14 68 (7j/7 24h/24)**



infos@cheminsdusud.com



57 rue François Gernelle BP 155
84 120 PERTUIS

Notre agence est ouverte du Lundi au Vendredi de 9h à 18h30, et le Samedi de 9h à 17h



www.cheminsdusud.com

Dernière mise à jour : 25/01/2024