

# Découverte sensorielle du Luberon à vélo

## FRANCE - PROVENCE



Des randonnées à vélo à travers des villages provençaux reconnus comme « Plus Beaux Villages de France », Lourmarin, Ansouis mais aussi Cucuron et Cadenet. Vous découvrez un territoire authentique, préservé et plein de richesses. Avec des panoramas à couper le souffle, un marché typique provençal, des dégustations de vins AOC et d'huile d'olives Bio, un éveil de vos 5 sens sera garanti pour pouvoir profiter pleinement de ce que le sud du Luberon a à vous offrir.



4 jours / 3 nuits / 2,5  
jours de vélo



1 à 15 personnes



En étoile



Hôtel



Code : 1270

### LES POINTS FORTS :

- Les visites et dégustations des spécialités du Luberon
- Un hébergement 3\* labellisé "Accueil vélo"
- La découverte des villages de Lourmarin, Ansouis et Cucuron



## PROGRAMME JOUR PAR JOUR

### JOUR 1 : CADENET

Arrivée à Cadenet en début d'après-midi. Vous êtes accueillis au Mas du Colombier 3\*, un hôtel de charme labellisé « Accueil Vélo ». Vous commencez avec la visite de Cadenet à pied depuis l'hôtel. Sur les hauteurs du village, vous appréciez le panorama grandiose depuis les vestiges du château de Cadenet : vue imprenable sur les Alpilles, la Sainte Victoire et la vallée de la Durance. Si vous le souhaitez vous pouvez visiter le Musée de la Vannerie, puis retour à l'hôtel pour votre dîner.


### JOUR 2 : CUCURON ET L'ETANG DE LA BONDE

Cette journée fera appel à votre « sens du goût », avec une halte au Domaine de la Bastide du Laval pour une dégustation de leur huile d'olives Bio et une visite de l'oliveraie. Vous découvrez Cucuron, son bassin, son église et ses remparts puis continuez vers l'étang de la Bonde pour vous y reposer, bercé par les sons du vent et des oiseaux. Enfin, rejoignez le Domaine de la Cavale pour profiter d'une dégustation de vins AOC Luberon.

 50km


### JOUR 3 : ANSOUIS ET LAURIS

Au programme du jour, la visite d'Ansois « Plus Beau Village de France ». Après avoir pris l'itinéraire du « Pays d'Aigues à vélo » vous pourrez visiter le château et le Musée Extraordinaire. Pour les gourmands, profitez des savoirs faire d'un artisan maître glacier qui proposent des glaces et sorbets hors du commun (+12km). Les plus courageux pourront découvrir le village de Lauris avant de rentrer à Cadenet pour profiter d'une vue magnifique sur la Vallée de la Durance (+15km). Possibilité de visiter le Jardin Conservatoire des Plantes Tinctoriales.

 35km

### JOUR 4 : LOURMARIN

En route pour un autre « Plus Beau village de France » : Lourmarin, où la découverte pourra passer par le sens du « toucher » au marché provençal le vendredi matin. Déambulez dans les petites rues piétonnes, visitez son célèbre château ou encore vous rendre sur la tombe d'Albert Camus.

 15km

#### 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.
- Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction et peut être sujet à des modifications dans un souci de qualité. De plus, des situations indépendantes de notre volonté peuvent modifier le déroulement de votre séjour (météo, routes coupées, vols annulés ou retardés, grèves, fêtes locales...).

### **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 : [Tour du Luberon à vélo](#)



## **FICHE PRATIQUE**

### **NIVEAU PHYSIQUE :**

➤ Cycliste Régulier

Pour cycliste motivé, en forme, pratiquant une activité physique variée et régulière.

2 jours et demi de vélo, dont une journée de 50km. Le dénivelé est relativement faible.

### **NIVEAU TECHNIQUE :**

Aucune difficulté terrain particulière.

### **ENCADREMENT :**

Vous êtes en autonomie, aucun accompagnateur.

### **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. Pour ce séjour vous pourrez trouver une carte IGN en complément de votre Topoguide. Un seul topo est imprimé et envoyé par groupe. 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 :**

Hôtel 3\* labellisé "Accueil vélo" à Cadenet.

### **TRANSPORT DES BAGAGES :**

Aucun transport des bagages car c'est un séjour en étoile dans le même hébergement. Vous pédalez uniquement avec vos affaires de la journée.



**GROUPE :**

Un seul participant (avec suppléments).

**RENDEZ-VOUS :**

Le jour 1 à l'hôtel à Cadenet.

**DISPERSION :**

Le jour 4 à l'hôtel à Cadenet.

**MOYENS D'ACCÈS :**



**EN VOITURE**

Vous pouvez calculer votre itinéraire sur : <https://www.google.fr/maps>

## DATES ET PRIX

### INFORMATIONS DATES ET PRIX :

Départ possible tous les jours du 8 janvier au 15 décembre 2024.

➤ Prix par personne en basse saison (du 08/01 au 03/03 et du 01/11 au 15/12) :

Prix 1 participant : 665€.

A partir de 2 participants : 565€/pers.

A partir de 3 participants : 520€/pers.

A partir de 4 participants : 495€/pers

➤ Prix par personne en moyenne saison (du 04/03 au 05/04 et du 02/09 au 31/10) :

Prix 1 participant : 710€.

A partir de 2 participants : 610€/pers.

A partir de 3 participants : 580€/pers.

A partir de 4 participants : 550€/pers

➤ Prix par personne en haute saison (06/04 au 01/09) :

Prix 1 participant : 780€.

A partir de 2 participants : 680€/pers.

A partir de 3 participants : 645€/pers.

A partir de 4 participants : 620€/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](http://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 FFRandonnée – remise -5%

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 :**

- Les 3 nuits en hôtel 3\*,
- Les 3 petits-déjeuners et les 3 dîners,
- 2 jours et demi de location de vélo (VTC),
- 1 visite dégustation d'huile d'olive au domaine Bastide du Laval,
- 1 visite dégustation de vins au domaine La Cavale,
- Le topoguide et tous vos documents de voyage (1 dossier pour 4).

### **NOTRE PRIX NE COMPREND PAS :**

- Les repas du midi,
- Les dépenses personnelles,
- Le transport aller/retour jusqu'à Cadenet,
- Les visites non comprises dans le prix du séjour,
- Les taxes de séjour
- Les assurances,
- Les frais d'inscription éventuels,
- D'une manière générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans "le prix comprend".

### **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 : +280€
- Vélo à assistance électrique sur demande.

## **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).
- Sur les séjours itinérants ou semi-itinérants, il est demandé de limiter également le poids à 10-12kg, car l'accès malaisé à certains hébergements pourrait compromettre la livraison des bagages. Nous vous invitons également à éviter d'y laisser des objets fragiles et/ou de valeur.



## 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 échardes (facultatif)
- ✓ Gel hydroalcoolique antibactérien utile pour se laver/désinfecter les mains.





## FORMALITÉS

### FORMALITÉS :

➤ Durant le séjour, vous devez être en possession de votre carte d'identité en cours de validité ou passeport, de votre carte vitale, du numéro de contrat et numéro de téléphone de votre assurance personnelle (en cas de non souscription à notre assurance).

### 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.



## 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](mailto: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](http://www.cheminsdusud.com)

Dernière mise à jour : 23/01/2024