



# Ile d'Elbe, oasis de l'archipel Toscan

## ITALIE - TOSCANE



L'île d'Elbe, perle de l'archipel toscan est la troisième île d'Italie, en superficie, après la Sicile et la Sardaigne. Voisine de la Corse on y trouve tous les charmes de l'île de Beauté : une mer limpide, des plages de sable blanc, le maquis méditerranéen odorant, des montagnes sculptées par le soleil et le vent, des bois de châtaigniers, des villages perchés et mille autres richesses que vous aurez plaisir à découvrir. Nous vous proposons de parcourir cette "perle" où les paysages entre mer et montagnes rappellent en miniature ceux de la Corse toute proche et où l'accueil des habitants y est des plus chaleureux.



7 jours / 6 nuits  
5 jours de randonnée



1 à 15 personnes



Itinérant



★★★★



Hôtel



Code : 394

### LES POINTS FORTS :

- Des randonnées entre mer et montagne
- La beauté des villages perchés et des cultures en terrasse
- Des baignades possibles tous les jours
- Traces GPX fournies



## **PROGRAMME JOUR PAR JOUR**

### **JOUR 1 : PORTOFERRAIO**

Arrivée à votre convenance à votre hôtel à Portoferraio à partir de 14h30. Visite libre du centre historique et baignade possible. Dîner et nuit à l'hôtel.

### **JOUR 2 : CAPOLIVERI - PORTO AZZURO**

Transfert en bus pour Capoliveri, au sud de l'île. Randonnée sur le Monte Calamita et la Costa dei Gabbiani. Dîner et nuit à Porto Azzurro et son petit port de pêche coloré.

▲ 5h30 de marche, 16km, +450m/-450m de dénivelé

### **JOUR 3 : RIO NELL'ELBA - MONTE CASTELLO - PORTO AZZURRO**

Court transfert en bus pour le village perché de Rio nell'Elba. Randonnée en crêtes par la Cima del Monte et le Monte Castello où vous aurez de magnifiques panoramas sur l'ensemble de l'île. Dîner et seconde nuit à Porto Azzurro.

▲ 4h de marche, 11 km, +470m/-700m de dénivelé

### **JOUR 4 : GOLFE DE LACONA - MARINA DI CAMPO**

Court transfert en taxi pour le golfe de Lacona. Randonnée sur le Cap Stella et la côte de Segagnana jusqu'à la station balnéaire de Marina di Campo. Dîner libre et nuit en hôtel.

▲ 6h30 de marche, 19km, +600m/-600m de dénivelé

### **JOUR 5 : SAN PIERO IN CAMPO - POGGIO - MARCIANA MARINA**

Par le village perché de San Piero in Campo vous gagnerez les crêtes avant de redescendre sur le village de Poggio qui rappelle certains villages du Cap Corse. Cette étape vous permettra de découvrir l'une des parties les plus spectaculaires et les plus sauvages de l'île d'Elbe. Dîner et nuit à Marciana Marina.

▲ 5h de marche, 14km, +800m/-800m de dénivelé

### **JOUR 6 : POGGIO - MONTE CAPANNE - POMONTE**

Court transfert en bus pour Poggio, vous gagnerez le sommet de l'île au Monte Capanne (1018m) d'où l'on aperçoit très bien la Corse par temps clair. Cette journée vous amène à la découverte de la vallée de Pomonte avec ses cultures en terrasses et ses vignes. Redescente par la vallée dei Mori jusqu'au village de Pomonte. Dîner et nuit à l'hôtel à Pomonte.

▲ 4h30 de marche, 12km, +800m/-1100m de dénivelé

### **JOUR 7 : POMONTE - PORTOFERRAIO**

Fin de la prestation après le petit-déjeuner. Retour en bus pour Portoferraio.

### **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 en Accompagné : [L'île d'Elbe, l'archipel de Vénus](#)

## **FICHE PRATIQUE**

### **NIVEAU PHYSIQUE :**

- Marcheur Confirmé

Pour marcheur confirmé ayant une bonne condition physique et une résistance à l'effort. De 4h à 6h de marche en moyenne par jour avec des dénivelé moyen allant de -350m à +800m.

### **NIVEAU TECHNIQUE :**

Pas de difficulté terrain particulière à part les journées sur les crêtes où les sentiers peuvent être parfois rocailloux et un peu escarpés. En juin et septembre, les fortes chaleurs peuvent être une difficulté supplémentaire.

### **ENCADREMENT :**

Aucun accompagnateur, vous randonnez seuls avec votre topoguide.



### **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 pour 4 et envoyé par groupe. Pour ce séjour vous pourrez trouver des cartes IGN en complément de votre Topoguide. Ce séjour inclut également 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). Il est possible également de vous le fournir uniquement en format numérique sur demande. 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 :**

- Hôtels 2\* à Portoferraio, Marina di Campo et Pomonte.
- Hôtels 3\* à Porto Azzuro et Marciana Marina.

### **TRANSPORT DES BAGAGES :**

Vous porterez uniquement vos affaires de la journée. Le transport des bagages est inclus lorsque vous changez d'hébergement.

### **TRANSFERTS :**

Les transferts indiqués au programme : taxi, (bateau et bus sont à votre charge.). Dans vos documents de voyage, vous retrouverez toutes les informations pour ces trajets : horaires, où prendre les billets, lieux/arrêts, lignes etc.

### **GROUPE :**

A partir d'un seul participant (avec suppléments)

### **RENDEZ-VOUS :**

A votre hôtel à Portoferraio à partir de 14h30.

### **DISPERSION :**

Après le petit-déjeuner le dernier jour, retour en bus pour Portoferraio par vos propres moyens.

### **MOYENS D'ACCÈS :**



#### **EN VOITURE**

Vous pouvez consulter votre itinéraire sur le site : [www.viamichelin.com](http://www.viamichelin.com)

-De Paris : par l'A6 jusqu'à Macon, l'A40 jusqu'au tunnel du Mont-Blanc, l'A5 jusqu'à Alessandria, l'A26 jusqu'à Genova, l'A12 jusqu'à Livourne et Pise.

-De Marseille : par l'A8 jusqu'à Vintimille, l'A10 jusqu'à Gênes, l'A12 jusqu'à Livourne et Pise.



## PARKING

Il existe un parking gratuit longue durée que l'on trouve en allant tout droit au rond-point que l'on rencontre sur la route qui conduit au port. C'est un parking assez grand, ce qui ne garantit pas, cependant, de trouver de la place. En alternative, il existe des parkings payants dont vous trouverez la liste ci-dessous :

- GARAGE DEL PORTO (à côté du terminal passager) : tel. +39 0565 226623 - 3334599203.
- GARAGE IL PORTO (Viale Regina Margherita) : tel. 0565 225578. (Environ 9 € par jour)
- SERVIZI TURISTICI PIOMBINESI (Viale Regina Margherita) : tel. 0565 220426 - 0565 35391 (Environ 50 € pour 7 jours)
- AUTORIMESSA DEL PORTO (Esplanade au-dessus du terminal) : tel. 0565 226089.

Pour toutes informations relatives aux tarifs et aux disponibilités, nous vous conseillons de contacter les garages directement.



## EN AVION

(Conseillé)

De nombreux vols depuis Paris pour Pise , compagnies régulières :

- Air France (CDG) : [www.airfrance.fr](http://www.airfrance.fr)
- Alitalia (CDG) : [www.alitalia.com](http://www.alitalia.com)

Compagnies Low Cost :

- Ryanair (Paris Beauvais) : [www.ryanair.com](http://www.ryanair.com)
- Easyjet (Orly) : [www.easyjet.com](http://www.easyjet.com)



## DATES ET PRIX

### INFORMATIONS DATES ET PRIX :

Départ possible tous les jours du 08 avril au 30 juin et du 01 septembre au 22 septembre 2024.

➤ Prix par personne en basse saison ( du 08/04 au 31/05 ) :

A partir de 2/3 participants : 765€/pers.

A partir de 4 participants : 715€/pers

➤ Prix par personne en haute saison ( du 01/06 au 30/06 et du 01/09 au 22/09 ) :

A partir de 2/3 participants : 865€/pers.

A partir de 4 participants : 825€/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 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 : 6 nuits en hôtels 2\* et 3\*,
- Les 5 dîners des J1, J2, J3, J5, J6 (sauf dîner du J4),
- Les 6 petits déjeuners du J2 au dernier jour,
- Le transfert en taxi de Porto Azzurro au départ de la randonnée le J4,
- La fourniture d'un topo guide pour 4 personnes,
- Les traces GPX,
- Le transport des bagages.

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

- Les repas de midi et le dîner du J4,
- Les transferts maritimes les J1 et J7 et les transferts en bus indiqués dans le programme,
- Les boissons et dépenses personnelles,
- Les assurances annulation et/ou assistance,
- Votre transport aller/retour jusqu'au lieu de rendez-vous et de dispersion,
- Le supplément chambre individuelle (en option),
- Les taxes de séjour à régler sur place
- Les frais d'inscription éventuels,
- D'une façon 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 (selon disponibilité) : +270€



## **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
- ✓ 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 (facultatif, 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 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 légende dit que l'île d'Elbe fut créée lorsque le collier de Vénus, en se brisant, éparpilla ses perles dans la mer Tyrrhénienne, entre la côte italienne et la Corse. Mythologie et histoire se confondent dans les origines de l'île d'Elbe. Les écrivains antiques racontent que là débarqua, par la volonté de Jason, l'expédition des Argonautes et qu'une expédition d'Elbois prêta renfort à Priam dans la guerre de Troie. Les nombreuses découvertes archéologiques attestent que la présence de ses premiers habitants remonte à l'âge pierre. À l'Âge de fer, l'île connut un développement extraordinaire du fait de sa richesse en minerai de fer. Les écrits d'Aristote et plus tard de Virgile attestent que c'est sur l'île d'Elbe que s'ouvrit pour l'Italie, l'âge de fer. La domination des Etrusques dura longtemps et laissa de nombreuses colonies dans l'île, repérées par les fouilles archéologiques. Conquise par les Romains en 453 avant J.C, l'île fut appelée Ilva.



## **GÉOGRAPHIE :**

C'est l'île la plus grande de l'archipel Toscan et la 3ème d'Italie après la Sicile et la Sardaigne.

Séparée de la Toscane par le canal de Piombino, l'île d'Elbe s'étend sur une longueur d'environ

27km et une largeur de 18km maximum dans la partie orientale. Le territoire montagneux et accidenté peut être divisé en trois parties distinctes :

- La partie occidentale comprenant le massif granitique du Mont Capanne (1019m) ;
  - La partie centrale comprenant la plaine qui fait face au Golfe de Campo et une série de reliefs modérés d'origine volcanique disposés en amphithéâtre dont les points les plus élevés sont les Monts Tamponne (379m) et Orello (377m).
  - La région occidentale dont la composition géologique est plus complexe que les autres. Elle est formée de deux séries de collines qui culminent respectivement à la Cima del Monte (516m) et au Mont Calamita (413m).
- Ces trois parties diffèrent également par leurs caractères géologiques : l'orientale est formée de schistes, calcaire et grès contenant des minéraux ferreux ; la centrale est composée de roches éruptives ; la partie occidentale du Mont Capanne étant formée essentiellement de granite.

## **BIBLIOGRAPHIE :**

- FLORENCE ET LA TOSCANE » Guide Vert MICHELIN
- L'ART ITALIEN » par André Chastel (Flammarion)
- LA TOSCANE » Guide Bleu HACHETTE
- TOSCANE » par S. Romano (Le Seuil ; coll. Point Planète)
- Ouvrages de littérature pour se mettre dans l'ambiance :
- « TOSCANE » par Pierre-Jean Rémy (Le livre de poche)
- « PETITS MALENTENDUS SANS IMPORTANCE » par Antonio Tabucchi (coll.10/18)
- Guide "FLORENCE ET LA TOSCANE AUJOURD'HUI" Edition Jeune Afrique

## **ADRESSES UTILES :**

Office National du Tourisme Italien (ENIT) : 23, rue de la Paix 75002 PARIS

Tel : 01 42 66 66 68

Fax : 01 47 42 19 74

Email : [enit.parigi@wanadoo.fr](mailto:enit.parigi@wanadoo.fr),

Sites : [www.enit.it](http://www.enit.it)



## 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



[http://](http://www.cheminsdusud.com)

[www.cheminsdusud.com](http://www.cheminsdusud.com)

Dernière mise à jour : 25/01/2024