

# *Pyrène et Compagnie*

## *Randonnées dans Les Pyrénées et Ailleurs...*



## **Fiche technique «Les hauts sommets des Balkans»**

### **Le séjour en résumé:**

Les montagnes occupent une place centrale dans la culture de ce pays... Vous le comprendrez aisément en arrivant à Sofia: la seule capitale d'Europe ayant un sommet à plus de 2000 mètres et à moins de 20 minutes de transport... Un séjour de 13 jours pour découvrir les 2 principaux massifs Bulgares: Pirin et Rila. L'un fait de calcaire aux arrêtes effilées l'autre bien assis sur son socle de granite accueillant des lacs turquoises étincelant. Les deux massifs sont classés au patrimoine mondiale de l'Unesco pour de multiples raisons: monastères multiséculaires, espèces endémiques animales et végétales...

**Durée:** 12jours / 11 nuits / 9 jours de marche

**Hébergement:** 3 nuits en refuge de montagne, 6 nuits en petit hôtel familial, 1 nuit en hôtel à coté du monastère de Rila, 1 nuit en hôtel 3\* (à Panitchichté)

**Dénivelé moyen/ jours :** +/- 800 m de dénivelé moyen / jour

**Altitude maximum :** Vihren 2914 m

**Difficulté :** Sportif  
6h00 à 8h00 de marche par jour

## Les + :

- La découverte des 2 plus grands massifs de la Bulgarie
- Des sites classés au patrimoine mondial de l'Unesco
- Peu de transferts
- Le choix dans les hébergements et les repas à la fin du séjour sur Sofia
- Un accompagnateur Franco-Bulgare

## Déroulement:

### **J1: Vol Paris/Sofia.**

Transfert direct vers la montagne de Rila (75km). Installation au village de Govedartzi (1150 m) dans un gîte familial pour deux nuits.

Nuit en petit hôtel familial/chambre d'hôte.

### **J2: Le lac Elenino, 5 h00, + 750 m/ - 750 m (+/- 200m pour le sommet)**

Balade en direction du mont Malyovitsa (2729 m), l'un des plus beaux sommets bulgares. On monte au lac Elenino (2450m) avec l'ascension du sommet en option (aller-retour depuis le lac). Panorama exceptionnel sur tout le massif.

### **J3: Les 7 lacs de Rila, 7h30, + 1000 m / - 800 m.**

Départ dans une forêt magnifique de conifères en direction du cirque des Sept Lacs du Rila. Nous réaliserons une boucle nous permettant de profiter de l'ensemble du cirque. Descente sur petite station Panitcichte (1600m). Nuit en hôtel

**J4: La cascade Skakavitza, traversée du cirque, nuit chez un poète... 7h30, dénivelé, + 1000 m / - 300 m**

Montée par le refuge « Skakavitza » en passant près de la cascade la plus haute de Rila et Pirin - Skakavitza, 70m. Traversée du cirque fabuleux des Sept Lacs du Rila. Descente vers le refuge « Ivan Vazov » (2300m).

**J5: Le monastère de Rila, 7 h00, + 100 m / - 1300 m.**

Après avoir traversée la zone des alpages, descente sur le Monastère de Rila (1150m). Installation à côté du plus grand ensemble monastique de Bulgarie, fondé au Xe siècle.

Visite du monastère l'après midi avec toutes les merveilles qu'il recèle.

Nuit en hôtel à proximité du monastère.

**J6: Visite des alentours du monastère et Découverte de Pirin**

**1h30, + 250 m / - 50 m le matin, 7 h00, + 750 mètres pour la montée vers le refuge**

Balade matinale sur le sentier de pèlerins jusqu'à la tombe de St Jean de Rila. Départ en transfert vers le Pirin via Blagoevgrad (la ville principale du Bulgarie sud-ouest).

Première randonnée dans le Parc national de Pirin, placé sous la protection de l'Unesco pour montée à pied au refuge Yavorov (1800m) qui se trouve au départ de la grande crête karstique.

Nuit en chalet confortable, chambres à deux/trois, sanitaires privées avec de l'eau chaude.

**J7: La crête mythique, Kuthelo, Koncheto, Vihren... 8 h30, + 1300 m / - 1300 m (+/- 300m pour Vihren)**

Grande journée de marche sur la crête karstique, un parcours mythique pour les randonneurs bulgares. Des vues magnifiques toute la journée, plusieurs sommets sur notre chemin, notamment Kutelo à la fin - 2908m. A un endroit la crête deviens étroite sur 200 m et équipée avec un câble - passages vertigineux.

Ascension possible du pic Vihren (2914 m), une pyramide de marbre, c'est le deuxième sommet le plus haut de la Bulgarie. En arrivant on passe a cotée de plus vieux pin de Macédoine en Bulgarie (1300 ans). Transfert à Bansko.

Nuit en petit hôtel familial/chambres d'hôte

**J8: La traversée sauvage vers le pic de Kamenitsa, 6h30, dénivelé + 900 m/ - 200 m**

Prévoir les affaires pour 2 jours en refuges !

Montée en bus 30 min jusqu'à refuge Vihren (1950 m) et départ a pied pour les jolies cretes panoramiques de Tipitzite (2600 m) en passant par le cirque Banderichki avec beaucoup de lacs sur le chemin.

Traversée de quelques petits sommets avant d'arriver au col Mozgovichka, d'où on va au lac Tevno avec le refuge qui porte le même nom à cote. Très joli cirque au milieu de la montagne avec le beau sommet de Kamenitza en face. Nuit en refuge - dortoirs. Drap de sac nécessaire. Possibilité de se laver avec de l'eau froide.

**J9 - Le sommet de Kamenitsa et le refuge Pirin, 4 h30 , + 100 mètres / - 900 mètres, 6h00, +400m / -1300m (si sommet)**

Départ du refuge vers l'est pour traverser un col (2550 m). Descente raide du col vers un lac. Après descente tranquille au sud à travers les alpages vers refuge « Pirin » (1700m), caché dans une belle forêt de hêtres.

Nuit en refuge - dortoirs. Possibilité de se laver avec de l'eau froide.

Option - le matin montée au sommet Kamenitza (2830 m) 1h30 aller-retour depuis le col ou sommet Krlev Dvor (2650 m), qui est juste au dessus du col - 30 minutes aller-retour.

**J10: Monastère de Rojen et les cheminées de fées de Melnik, 6 h00, dénivelé + 200 m / - 1300 m**

Dernière journée de randonnée avec une descente tranquille, essentiellement en forêt vers le monastère de Rojen (l'un de plus beaux en Bulgarie).

Après la visite du monastère, on continue à travers des pyramides de sable et de cheminées de fées la descente vers la ville de Melnik qui était un grand centre viticole d'autrefois, maintenant une cité avec architecture bien préservée et classée.

Nuit en pension familiale, repas avec dégustation de vin dans une des vieilles maisons avec une cave.

**J11 Visite de l'église de Boyana et visite de Sofia**

Matinée tranquille à Melnik et départ en direction de Sofia. Possibilité de s'arrêter à l'entrée de la ville pour visiter l'église de Boyana, une merveille de peinture médiévale, classée par UNESCO. Visite guidée du centre historique. Dîner libre.

Nuit en hôtel - non compris

## **J12 Visite de Sofia et dispersion**

Visite libre de la capitale Bulgare en fonction du vol. Transfert à l'aéroport et vol pour Paris.

*Les itinéraires sont susceptibles d'être modifiés selon les conditions météorologiques et le niveau de l'ensemble du groupe.*

### **Tarifs :**

*1110 euros*

#### **Le prix comprend :**

*10 jours, 10 nuits en PC:*

*3 nuits en refuge de montagne*

*5 nuits en petit hôtel familial*

*1 nuit en hôtel a cote de monastère de Rila*

*1 nuit en hôtel 3\* (a Panitchichté)*

*Tous les transferts terrestres.*

*Accompagnateur bulgare francophone pour tout le séjour*

#### **Le prix ne comprend pas :**

*Le vol international*

*Les boissons*

*Les entrées dans les cites, éventuelles remontes mécaniques et tout autres dépenses personnelles.*

*L'hébergement et la nourriture à Sofia*

*Tarif sur la base de 5 personnes inscrites*

## **Options :**

- *Supplément chambre single pour les hôtels (100 euros)*

## **Sont exclus du prix :**

Les boissons et dépenses personnelles

Les assurances annulation, rapatriement, interruption, bagages,

*Le pique nique du dimanche midi*

## **Date:**

Du Dimanche au Jeudi :

Du 11 au 22 Septembre 2016

Du 10 au 21 juillet 2016

*Autres dates sur demande*

Du 21 Août au 01 Septembre 2016

## **Accès :**

### **En avion :**

De la France à Sofia plusieurs compagnies offrent des vols intéressants. Nous vous accompagnerons dans votre démarche de recherche de billets.

# Équipement :

## Habillement :

-Chaussures de randonnée à tige haute, confortables, imperméables et déjà portées...

-Une paire de sandales (pour le soir)

-Un pantalon de randonnée en coton ou synthétique (si possible respirant, déperlant, séchage rapide)

-Une veste en polaire

-Une veste de montagne à capuche (Si possible imperméable et respirante)

-Un ou deux autres pulls (réguler la chaleur de votre corps)

-Des tee-shirt manche courte et manche longue (Si possible synthétiques respirant)

-Des paires de chaussette (si possible en synthétique ou laine, coton=ampoules)

-Des sous vêtements

-Une cape de pluie (poncho)

-Un drap de bain séchage rapide

-Un maillot de bain

-Un bonnet

-Un pantalon léger (pour le soir)

-Une paire de gant

-Une écharpe ou un foulard

## Matériel :

-Un sac de voyage pour vos affaires personnelles

-Un sac à dos pour une journée de marche (20 à 40 L )

-Un sac à viande (drap de tissu léger en forme de sac de couchage)

-Une paire de bâtons de marche télescopiques (facultatif mais grandement recommandé)

-Une gourde d'eau (2 L)

-Un couteau de poche

-Une lampe frontale

-Lunettes de soleil, crème solaire

-Appareil photo, Jumelles

-Casquette ou chapeau

-Papier toilette

-Un briquet

-Des boules Quies

-Nécessaire de toilette

-Votre pharmacie personnelle (Elastoplast, compeed, médicaments personnels)

- Quelques sacs poubelle pour protéger votre sac les jours de pluie

## **Budget :**

Prévoir un budget en espèces pour vos dépenses personnelles