Terra Anatolia

Adventure Travel in Turkey

www.terra-anatolia.com

Cappadoce, Taurus sauvage et découverte d'Istanbul

code : CTI

Les violentes éruptions des volcans alentours, il y a trois millions d'années, ont couvert le plateau environnant de laves et de cendres volcaniques et sont à l'origine d'un des paysages les plus insolites du monde. Aiguilles monumentales, "cheminées de fées", cônes aux formes tourmentées, vallons creusés de canyons au milieu d'un paysage lunaire. Mais la Cappadoce n'est pas seulement cet environnement naturel incroyable. L'homme a vécu là et les premiers moines chrétiens venant d'Egypte y ont façonné un des plus fascinant ensemble religieux actuellement : les pyramides et les falaises sont criblées d'ouvertures donnant accès à des habitations troglodytiques, des églises rupestres, des monastères et des villes souterraines creusées à la période paléo-chrétienne.
Vous découvrirez la Cappadoce par le biais de la marche, le long des vallons accessibles uniquement à pied, de pension en pension à la découverte de tous les trésors que recèlent ce petit bout d'Anatolie.

Vous gagnerez ensuite les montagnes du Taurus, toutes proches. Un autre univers vous y attend : celui des vallées profondes, des hautes falaises de calcaire et plateaux d'altitudes, terre de transhumance. Vous approcherez le massif d'Aladaglar par une véritable traversée de la montagne qui vous mènera du fond des vallées à la pointe des sommets de plus de 3700m, en passant par le plateau des 7 lacs, monde à part à l'ambiance lunaire perché à 3000m, terre des semi-nomades de la région.

A la redescente des montagnes, envol pour les rives du Bosphore. Istanbul, son nom suffit pour tout dire, seule ville au monde à cheval sur deux continents. Au cœur de la cité, le détroit du Bosphore relie la mer Noire, la Mer de Marmara et la Corne d'or. Dans ce site grandiose, qui fut la raison de son prodigieux destin, elle conserve fièrement les précieux témoignages des trois empires dont elle fut la capitale : romain, byzantin et ottoman ; et ce, tout en avançant vers un avenir moderne. Fusion entre l'Est et l'Ouest, le passé et le présent, c'est une ville mythique mais aussi et surtout une grande agglomération cosmopolite et animée. Au pied du décor immuable des dômes et des minarets, le grouillement joyeux et bruyant de la foule, le va-et-vient incessant des bateaux, les appels des marchands ambulants qui se mêlent aux rumeurs du port.

Points forts :

. Les églises troglodytes et les villages de Cappadoce, la découverte des plus belles vallées
. Une traversée du Taurus offrant une vue d'ensemble de massif.
. La découverte d'Istanbul avec un guide culturel.

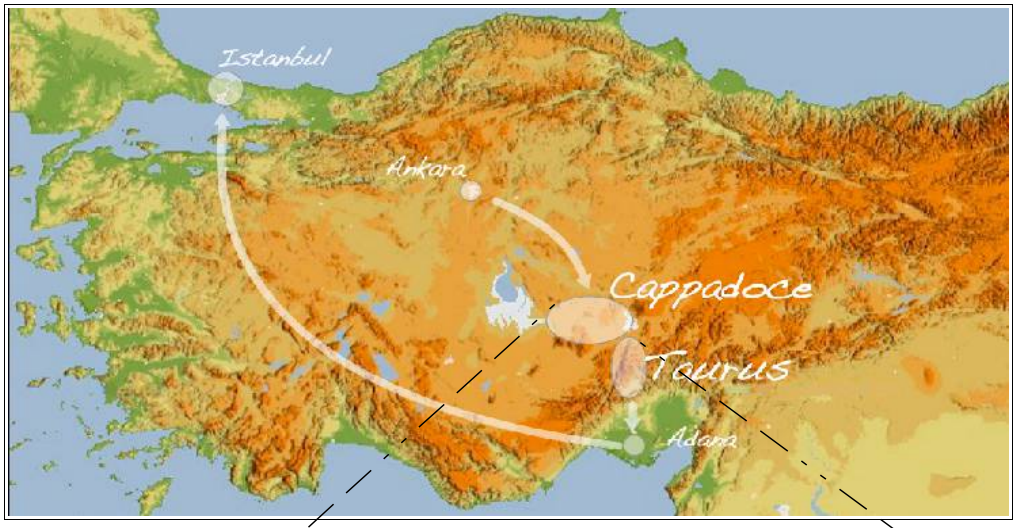
Niveau : A (pour la partie Cappadoce)
C (pour la partie Taurus)

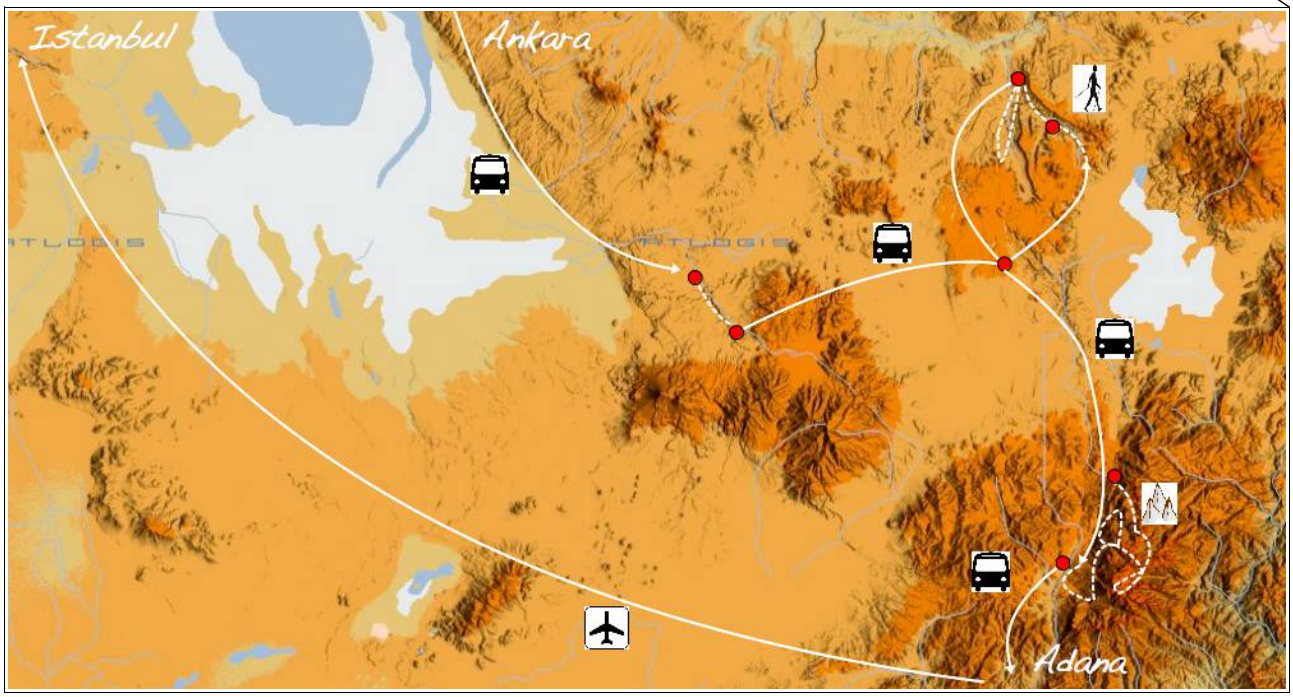
Echelle de niveau :

A: Ballade découverte, peu de dénivelés sur bons sentiers.
B: Ballade rando, quelques dénivelés peuvent parfois être important, bons sentiers mais parfois pierreux à très pierreux.
C: Rando avec dénivelé pour la plupart important. Cela concerne également des voyages noté B qui prendront un niveau de difficulté supérieur (de B à C) à cause de fortes chaleurs qui peuvent fatiguer les organismes.
D: Rando engagée où l'ensemble des marches présentent des dénivelés importants.

Durée :	**15 jours**
Portage :	**Uniquement vos affaires de la journée**
Hébergement :	**Hôtel, pension, chez l'habitant**
Encadrement :	**Guide accompagnateur turc francophone**
	Guide culturel turc francophone pour Istanbul
Repas :	**Restaurant, pique-nique, chez l'habitant**

La Cappadoce et le Taurus





Dates de départ :

du 02/06/13 au 16/06/13
du 16/06/13 au 30/06/13

du 30/06/13 au 14/07/13
du 14/07/13 au 28/07/13

du 28/07/13 au 11/08/13

du 11/08/13 au 25/08/13

du 25/08/13 au 01/09/13
du 01/09/13 au 15/09/13
du 15/09/13 au 29/09/13

Programme :

Jour 1 : Ankara
Arrivée dans la capitale turque. Accueil à l'aéroport et transfert à l'hôtel.

Transfert : 30 minutes
Hébergement : hôtel
Repas:----
Marche :----

Jour 2 : vallée d'Ihlara (Selime-Ihlara)
Transfert en minibus en direction du canyon d'Ilhara. Arrêt pour un thé sur les rives du Tuz Gölü ("lac salé", en turc), importante étendue d'eau salée d'une superficie de 1 600 kilomètres carrés. Visite en route du caravansérail d'Ağzıkarahan datant du XIIe siècle, escale pour les marchands qui parcouraient en chameau la route de la Soie. La façade d'entrée est un très bel exemple de l'art seldjoukide. Arrivée au village d'Ihlara pour une randonnée dans le fameux canyon éponyme à la végétation verdoyante, le long de la rivière Melendiz. Celle-ci a entaillé l'immense plateau sur parfois près de 150 mètres de hauteur et sculpté ce canyon de 14 kilomètres de long. Chaque repli de la falaise abrite des vestiges d'habitations et d'églises richement ornées de fresques colorées, construites jusqu'au Xe siècle (l'église Sous-l'Arbre, l'église aux Jacinthes....).

Transfert : 4h
Hébergement : hôtel

Repas: matin, midi et soir
Marche : + 310m ; - 210m ; 10km

Jour 3 : vallée de Gomeda
Au matin transfert pour le cœur de la Cappadoce. Nous nous arrêtons en chemin pour visiter la ville souterraine de Derinkuyu (classée par l'Unesco) avec ses huit étages et ses 55 mètres de galeries creusés dans le sol. Arriver au village de Mustafapacha, l'ancienne Sinasos. Un magnifique village aux nombreuses façades et portes sculptées. Du village nous rejoignons la très verte vallée de Gomeda. Nous pourrons y observer les plus beaux ensembles à pigeonniers troglodytes de la région et quelques églises rupestres étonnantes sur les sites de Pancarlik. Arriver à pied au village d'Ortahisar (littéralement « la tour du milieu ») dont le rocher citadelle domine les alentours.

Transfert : 1h15
Hébergement : pension
Repas: matin, midi et soir
Marche : + 140m ; - 160m ; 10km

Jour 4 : Ortahisar – vallée de Meskendir – vallée rouge – Cavusin
Départ du village d'Ortahisar pour Cavusin. Randonnée à Güllüdere et Kizilcukur, les mythiques vallées Rose et Rouge, le plus bel ensemble de vallons de la région, aux tons de rouges éclairés de coulées blanches et ponctués de taches soufrées, il se situe au pied de l'énorme plateau de Bozdag qui domine le centre de la Cappadoce. Sur des centaines de mètres d'épaisseur, l'érosion a fouillé les replis de ces roches plus ou moins tendres, créant une succession de paysages irréels. Nous atteignons le village de Cavusin. Visite du vieux village construit autour de deux massifs rocheux criblés d'ouvertures d'anciennes maisons troglodytiques, il fût au Ve siècle un grand centre de pèlerinage consacré à saint Jean-Baptiste, comme en témoigne aujourd'hui la vaste basilique qui lui est consacrée.

Transfert : ----
Hébergement : pension
Repas: matin, midi et soir
Marche : + 250m ; - 450m ; 10km

Jour 5 : vallée blanche – vallée des pigeonniers – Göreme – Taurus
Randonnée dans la vallée Blanche, très ouverte et dominée d'élégantes cheminées de fée, où le tuf est d'un beau blanc parfois taché d'ocre. Le chemin suit plus tard un vallon plus étroit, avec des jardins fruitiers, des vignes et des prodigieuses cheminées féeriques dont l'allure phallique a contribué au surnom de cette vallée, dite « vallée de l'amour ». Les habitations troglodytiques de la vallée sont abandonnées et servent maintenant de remises ou d'écuries. Arrivée au village d'Uçhisar, regroupé autour de son promontoire rocheux appelé la Forteresse (une crête de cendres volcaniques en réalité) qui servit de logement troglodytique durant la période hittite. Montée au sommet du château qui le domine pour une vue panoramique sur la Cappadoce. Après un déjeuner pique-nique, départ pour une magnifique balade dans des paysages aux couleurs surprenantes, c'est la vallée des Pigeonniers. Sur ses parois aux couleurs pastel courent des traînées lie-de-vin, des jaunes safran ou des verts moussus. Le sentier serpente entre les jardins et emprunte de nombreux tunnels pour rejoindre le centre du village de Göreme. Puis nous partons pour les montagnes du Taurus. Arriver au village d'Atasan établit en fond de vallée autour d'un environnement agricole typique.

Transfert : 2h
Hébergement : en camp ou en gîte selon la saison
Repas: matin, midi et soir
Marche : + - 460m ; 17km

Jour 6 : Taurus, vallée d'Emli
Petit déjeuner face au Taurus et ses cimes déchiquetées dépassant les 3700m. La chaîne de montagnes s'étend sur tout le sud de la Turquie, le long de la côte, jusqu'aux frontières de l'Asie. Départ à pied pour la vallée d'Emli. Premier contact avec la montagne, nous traversons le petit canyon de Kizikale, haut lieu de la varappe en Turquie et coup d'épée dans le roc dont le débouché voit se découvrir la profonde vallée d'Emli.

Transfert : ----
Hébergement : en camp ou en gîte selon la saison
Repas: matin, midi et soir
Marche : + 570m ; - 185m; 12km

Jour 7 : vallée d'Emli – plateau d'Eznevit – camp de Sokulupinar
Randonnée dans la vallée d'Emli à travers une forêt de résineux couronnée par les cimes du massif. Arrivée et pique-nique sur le plateau d'Eznevit, près de la source froide (2530m) où quelques campements de bergers sont installés pendant l'été. Poursuite par un sentier en balcon qui longe le mont Karasay, passage au pied des demoiselles coiffées de Kayalari, roches dressées telles des cheminées. Descente au campement de Sokullupinar (2100m), situé au pied d'un des principaux sommets des Taurus : le Demirkazik.

Transfert : ----
Hébergement : en camp ou en gîte selon la saison
Repas: matin, midi et soir
Marche : + 850m ; - 500m; 13km

Jour 8 : Gorges de Cimbar
Départ de notre camp pour le plateau d'Arpalik. Arrivé sur ce paturâge d'été, les portes des gorges de Cimbar s'ouvrent devant nous. Descente à travers ce canyon impressionnant dont les parois verticales vous devise du haut de plusieurs centaines de mètres. Arriver à l'extrémité de la gorge et retour pour à pied par un autre chemin pour retrouver notre campement.

Transfert : ----
Hébergement : en camp ou en gîte selon la saison
Repas: matin, midi et soir
Marche : + 910m ; - 310m; 14km

Jour 9 : Sokullupinar - col de Celik Buyduran - Yedigöller (les Sept-Lacs)
Départ vers le passage de Celik Buyduran (3450m) qui domine un haut plateau fantastique, le plateau des Sept-Lacs, perché à 3100 mètres où une source jaillissant de la montagne et un splendide panorama fournissent prétexte à une pause bien méritée. Les cimes environnantes sont couvertes de neige jusqu'à la mi-juillet, le paysage est spectaculaire ! Descente dans ces fabuleux paysages de montagne jusqu'au camp de Yedigöller (3100 m).

Transfert : ----
Hébergement : en camp
Repas: matin, midi et soir
Marche : + 1400m ; - 410m; 9km

Sommet du mont Emler optionnel (3723m). Situé au niveau du col à 3450m, rajouter 300-400m de dénivelé + et -.

Jour 10 : Yedigöller - col de Teke Pinari - lac de Karagol - camp de Çömce Göl
Randonnée vers le col de Teke Pinari (3450m), puis dans une autre vallée encaissée avant d'arrivée par un canyon au magnifique lac d'altitude de Karagol (2850m). Pique-nique dans un vallon dominé par de beaux cirques d'origine glaciaire et qui devient de plus en plus minéral. La journée est ponctuée par de splendides panoramas à 360 degrés et de très probables rencontres avec des nomades et leurs troupeaux. Descente vers notre campement de Çömce Göl (2550m).

Transfert : ----
Hébergement : en camp
Repas: matin, midi et soir
Marche : + 750m ; - 930m; 13km

Jour 11 : Camp de Çömce Göl - vallée de Maden – village de Cukurbag
Randonnée le long de la rivière Ecemis Çayi, au cœur de la vallée de Maden, jusqu'au village de Pinarbasi. Déjeuner pique-nique. Selon la saison, il est possible que nous apercevrions les semi-nomades qui entament leur périple pour gagner les hauteurs. Au sortir de la vallée, transfert et arrivée au village de Çukurbag (1550m) où nous passerons la nuit.

Transfert : ----
Hébergement : en gîte
Repas: matin, midi et soir
Marche : - 1300m; 13km

Jour 12 : Adana – Istanbul
Au matin, transfert pour la ville d'Adana, grande ville de la région Cilicie. Vol pour Istanbul. Accueil à l'aéroport et transfert à l'hôtel. Nous consacrons le reste de la journée à la visite du palais de Topkapi dont les divers édifices s'élèvent sur un promontoire dominant la Mer de Marmara et le Bosphore. Résidence des sultans et coeur de l'empire ottoman c'est aujourd'hui un riche musée aux collections très variées. Ensuite nous visitons le musée de Sainte Sophie : cette ancienne basilique édifiée par Constantin et reconstruite par Justinien au 6ème siècle, dédiée à la sagesse divine, compte parmi les plus grandes oeuvres de l'architecture de tous les temps. Devenue mosquée lors de la conquête d'Istanbul, c'est Ataturk qui l'a transformée en musée en 1935. Vous y admirerez de splendides mosaïques et son immense dôme de 55m de haut et 31m de diamètre.

Visite ensuite de la Mosquée Bleue (Mosquée de Sultanahmet) : Elle fut édifiée par le disciple de Sinan à la demande du Sultan Ahmet. Entre 1609 et 1616. Elle se dresse sur le plus bel emplacement de la ville, avec ses six minarets et ses cascades de coupoles. A l'intérieur, de magnifiques carreaux de faïences à dominance bleue lambrissent ses murs.

Transfert : 1h
Hébergement : hôtel
Repas: matin
Marche :

Jour 13 : Istanbul
Le grand bazar d'Istanbul forme un quartier à lui seul avec ses coupoles et ses voûtes, ses ruelles, ses carrefours à colonnes, ses 18 portes d'accès, 5 mosquées et 6 fontaines. Ses 200 000 m^2 en font le plus vaste bazar du monde. C'est un inextricable labyrinthe d'échoppe et de commerces colorés. Vous aurez plaisir à vous immerger dans cette ambiance orientale. Nous continuons ensuite dans les échoppes du marché aux épices : Avec son animation et cet irrésistible mélange d'odeurs d'épices divers, le bazar égyptien est l'un des lieux les plus attachants d'Istanbul. Le bâtiment date de 1943 ; il s'élève à l'emplacement d'un bazar datant de 1663 où Génois et Vénitiens avaient déjà installé un

marché aux épices...
Un séjour à Istanbul ne se conçoit pas sans la traditionnelle et inoubliable croisière sur le Bosphore, long détroit qui serpente entre les collines d'Europe et d'Asie. Les sultans ont su embellir ces rives en construisant, au cœur de magnifiques jardins agrémentés de fontaines et de jeux d'eaux, des palais, des kiosques, et des pavillons. A leur suite les hauts dignitaires de l'empire et les riches stambouliotes ont voulu y avoir leurs résidences d'été, ce sont de vastes maisons de bois ouvragé appelées «yali » ouvrant sur l'eau et parfois sur pilotis.

Transfert :
Hébergement : hôtel
Repas: matin
Marche :

Jour 14 : Istanbul
Visite du Palais de Dolmabahçe : L'édifice se compose d'une haute enceinte entourant plusieurs bâtiments de marbre blanc à un étage, au centre, une haute salle de plan cruciforme coiffé d'une vaste coupole qui constituait la salle du trône. Il fut édifié sur un terrain de remblayage sous le règne du sultan Ahmet (1603-1617). Par la suite plusieurs souverains contribuèrent à son agrandissement. Sa visite vous fera revivre le faste de la vie des Sultans...
Visite de la Tour de Galata : Une vue inoubliable s'offre à vous depuis les 68m de haut de cette tour, sur la ville et sur l'entrée du Bosphore. La tour de Galata, l'ancienne tour du Christ aurait été construite au Veme siècle de notre ère.
Nous vous proposons ensuite la visite de la mosquée de Suleymaniye, qui selon les poète turcs est la splendeur et la joie d'Istanbul et passe pour l'un des plus beaux sanctuaires de l'ancienne capitale ottomane. Elle fut construite entre 1550 et 1557 par le célèbre architecte Sinan.
Nous poursuivons la visite d'Istanbul avec le musée de Kariye (Saint Sauveur in Chora) qui date 11eme siècle qui est le monument byzantin le plus important d'Istanbul. Elle conserve aujourd'hui un riche ensemble de fresques et de mosaïques à fond d'or et témoin de la renaissance artistique de l'Empire byzantin au 14eme siècle.

Transfert :
Hébergement : hôtel
Repas: matin
Marche :

Jour 15 : Istanbul
Transfert à l'aéroport et vol retour.

Transfert : 30 min
Hébergement : hôtel
Repas: matin
Marche :

Prix :

6-9 pers	9-14 pers

Départ garanti à partir de 6 personnes.

Le prix comprend :
. Les transferts terrestres nécessaires au déroulement normal du programme.
. L'hébergement décrit, base chambre double en hôtel, pension et camp.
. Cuisinier et aides de camp.
. La pension complète pendant toute la durée du voyage, sauf les repas à Ankara, Adana, Istanbul.
. L'eau minérale pour les repas pris au restaurant (à titre indicatif 1 bouteille pour 3 personnes).
. L'accompagnement par un guide de randonnée turc francophone.
. L'accompagnement à Istanbul par un guide culturel.
. Le vol Adana-Istanbul

Le prix ne comprend pas :
. Les transports aériens (hormis le vol Adana-Istanbul).
. Les entrées des sites.
. Boissons et dépenses personnelles.
. L'assurance annulation-interuption de séjour et l'assistance.
. Tout ce qui n'est pas écrit dans « le prix comprend ».

A payer sur place :
. Les repas du midi et du soir à Ankara, Adana et Istanbul, entre 8 et 15€ par repas.
. Les entrées dans les sites, monuments et musés : 2 à 10€ par site et par personne suivant les visites.

Les pourboires :
Ils font partie de la culture du pays. Il est de tradition de constituer une cagnotte remise à la fin du trek aux membres de l'équipe : cuisiniers, muletiers, chauffeurs... (à titre indicatif, environ 20 à 25 € par participant), ainsi qu'au guide (à titre indicatif, environ 15 à 20 € par participant). Ce geste de remerciement, auquel chacun participe selon sa satisfaction, est toujours apprécié.

Information complémentaires :

Sur le terrain
L'équipe
. un guide de randonnée turc francophone.
. un guide culturel à Istanbul.
. un chauffeur pour la conduite du bus.
. cuisiner et aides de camps dans le massif du Taurus.

Les déplacements
. transferts terrestres : les véhicules sont privatifs et réservés pour le groupe. Minibus et/ou véhicules 4X4 en fonction du terrain.

L'hébergement
. à Ankara et Istanbul: hôtels confortables base chambre double, trois étoiles norme locale.
. hors ville, pensions : petits hôtels très conviviaux, base chambre double. A la montagne, des camps fixe sont proposés sous cette forme : une tente mess où nous prenons les repas et où s'organise la vie de groupe. Des tentes base deux personnes, plantées à proximité. Un petit coin toilette.

Liste non exhaustive des hôtels/pensions :
http://almer.com.tr/
http://www.motelgreen.com/en/index.html
http://www.themetropolhotel.com/

Attention toutefois, selon les dates de départ, nous pouvons utiliser différents hébergements de catégorie équivalente.

Les repas
Dans les villes et villages : petit déjeuner et repas du soir pris au restaurant (parfois chez l'habitant). Certains repas de midi sont également pris au restaurant. Pendant les marches : repas de midi froid sous forme de pique-nique.

Boissons : thé, café, raki (eau-de-vie anisée), vin, bière et boisson à base de yaourt. L'eau minérale à tous les repas et à votre arrivée dans les camps. Pour votre consommation pendant la randonnée, prévoir d'acheter de l'eau minérale quand cela est possible, ou de prendre des pastilles type Micropur ou Hydroclonazone afin de purifier l'eau.

Gastronomie : nous nous attachons à vous faire découvrir une grande variété de plats composant la cuisine turque, qui est excellente : hors-d'œuvre variés (mezze) : anchois marinés, purée de fève, aubergines à la tomate et à l'ail, yaourt au concombre relevé d'ail, fromage de brebis ou de chèvre, feuilles de vignes farcies avec du riz. Différents potages : bouillon d'agneau relevé de citron, potage aux lentilles rouges ; viandes : adana kepab (viande hachée épicée), poulet grillé, agneau, bœuf ; desserts variés.

Le transport des bagages
Chaque participant se déplace avec un petit sac à dos pour la journée ou la demi-journée (gourde, appareil photo, pique- nique de midi, vêtement de protection...). Le reste de l'équipement est transporté chaque jour par des animaux de bât ou des véhicules, selon les étapes.

Les devises
La monnaie est la nouvelle livre turque (TRY).
Taux de change (cours indicatif) : 1 € = 2,30 TRY Nous vous conseillons d'emporter des euros en espèces, que vous changerez sur place. Dans les grandes villes, la carte de crédit est acceptée dans les commerces importants et on trouve des distributeurs automatiques de billets.

A prévoir avant le départ

Les formalités administratives
Pour les ressortissants français : un passeport en cours de validité ou une carte d'identité d'une validité de 90 jours au moins après le retour. Dans ce cas, à l'entrée dans le pays, la police de l'air turque remet un papier timbré qu'il faut présenter au retour.
Les enfants sont soumis aux mêmes obligations que les adultes, décrites ci-dessus. A noter : les inscriptions de mineurs sur les passeports des parents sont désormais impossibles, les mineurs doivent être titulaires d'un passeport individuel ou d'une carte d'identité individuelle. S'il est accompagné d'une personne titulaire de l'autorité parentale, le mineur peut quitter le territoire français avec sa carte nationale d'identité. Dans ce cas, les autorités douanières peuvent exiger un document prouvant que l'accompagnant est bien le parent (livret de famille ou acte de naissance par exemple). S'il voyage seul ou avec un tiers, le mineur devra présenter, en plus de sa carte d'identité en cours de validité, une attestation de sortie du territoire français, délivrée à la demande du titulaire de l'autorité parentale par le maire de la commune de résidence.

La santé
Aucun vaccin n'est obligatoire.

Les aléas du voyage

L'aventure, même préparée avec le plus grand soin, garde heureusement sa part d'événements imprévisibles. Ils ne doivent pas vous déstabiliser au point de gâcher votre plaisir de voyager. Des situations indépendantes de notre volonté peuvent modifier le déroulement de votre voyage (météo, routes coupées, vols annulés, grèves, fêtes locales, etc...). Nos guides feront tous leurs efforts pour faire face à ces aléas, avec leur expérience et professionnalisme, en modifiant le programme si besoin est.

La sécurité est notre objectif principal, quels que soient les types de terrain traversés et le niveau de difficulté de votre voyage. Dans le cas d'un éventuel accident, votre groupe, sous la conduite du guide, devra faire face le plus souvent par ses propres moyens ou en s'appuyant sur les infrastructures locales. Soyez prêt à accepter l'éloignement et les risques susceptibles d'en découler (parfois absence de structure de secours organisée, peu ou pas de réseau de communication), sachant que votre guide, et toute l'équipe de Terra Anatolia vous proposeront les solutions les plus adaptées à la situation. En cas de contretemps sérieux, votre aide et votre participation leur seront nécessaires.

TERRA ANATOLIA

Gençlik Mah. 1312 Sokak Süer Apt N°12/3 07100 Muratpasa ANTALYA - TURKEY

Tel/Fax: +90 (242) 244 89 45

E-mail: tanatolia@terra-anatolia.com - Website: www.terra-anatolia.com

montagne de Direktas, plateau des septs lacs, Taurus