



# Terra Anatolia

Adventure Travel in Turkey

[www.terra-anatolia.com](http://www.terra-anatolia.com)

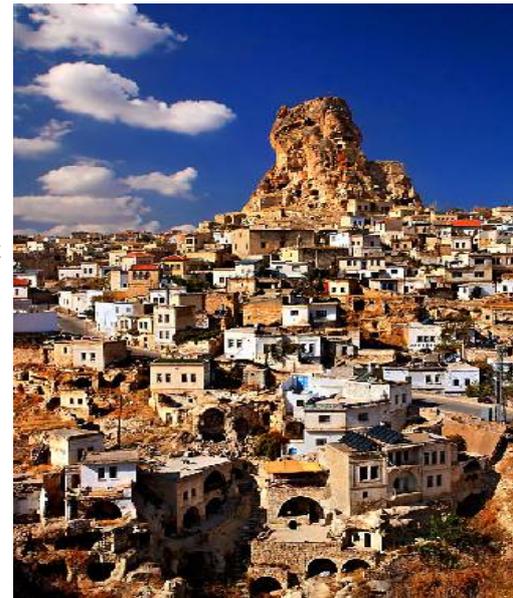
## Cappadoce *en liberté*

code : C01



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 ce n'est pas seulement un 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. Les vallées Rouge et Blanche, le canyon d'Ihlara et les villes souterraines. De pension en pension et dans l'intimité de chacune des vallées vous partirez à la découverte de tous les trésors que recèlent ce petit bout d'Anatolie.



### points forts :

- . L'ensemble des vallées de Cappadoce, les plus beaux villages et leurs églises troglodytes.
- . Des marches accessibles toute l'année et par tous.
- . Un topo guide complet appuyé par une équipe souple et joignable.

# Niveau : A

Echelle de niveau :

**A:** Ballade découverte, peu de dénivelés sur bons sentiers.

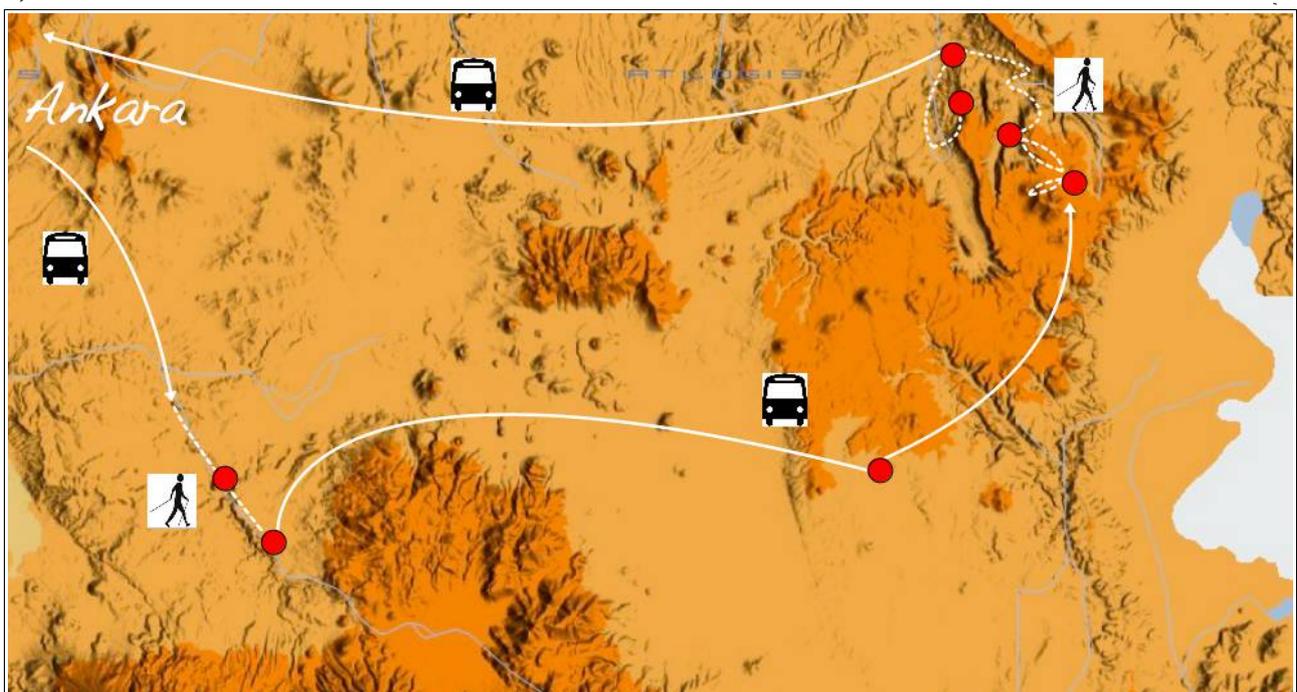
**B:** Ballade rando, quelques dénivelés peuvent parfois être importants, bons sentiers mais parfois pierreux à très pierreux.

**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.

<b>Durée :</b>	<b>8 jours</b>
<b>Portage :</b>	<b>Uniquement vos affaires de la journée</b>
<b>Hébergement :</b>	<b>Hôtel, pension</b>
<b>Encadrement :</b>	<b>Topo guide et notre équipe locale à votre écoute</b>
<b>Repas :</b>	<b>Restaurant, pique-nique</b>

## La Cappadoce :



## Dates de départ :

Toutes dates possibles.

## Programme :

### **Jour 1 : Ankara**

Arrivée dans la capitale turque, vous rejoignez votre l'hôtel.

Transfert : 30 minutes

Hébergement : hôtel

Repas:----

Marche :----

### **Jour 2 : Aksaray - Vallée d'Ihlara**

Bus de ligne pour rejoindre la ville d'Aksaray et sa gare routière. L'hôte de votre soirée vous y accueillera pour vous mener ensuite jusqu'à la vallée d'Ihlara sillonnée par la rivière Melendiz qui a entaillé l'immense plateau sur parfois 150 mètres de hauteur et sculpté ce canyon de 14 kilomètres de long. Chaque faille de la falaise abrite des vestiges d'habitations et d'églises richement décorées de fresques colorées, construites jusqu'au Xe siècle (l'église Sous-l'Arbre, l'église aux Jacinthes...). Arrivée en milieu de vallée au village de Belirsirma où vous quittez une première fois la vallée. Vous dormirez ce soir là au village d'Ihlara.

Transfert : 4h

Hébergement : pension

Repas: matin, midi

Marche : + 100m ; -200m ; 5km

### **Jour 3 : Ihlara – Sinasos**

Au matin vous descendrez de nouveau dans la vallée d'Ihlara pour découvrir la dernière partie du canyon et encore bien d'autres églises cachées dans la roche. Arrivée une nouvelle fois à Belirsirma à l'heure du déjeuner. Transfert pour le cœur de la Cappadoce. En chemin nous nous arrêtons à Derinkuyu pour visiter la très surprenante ville souterraine qui servie de refuge à plusieurs reprises aux premiers chrétiens qui habitaient la région.

Nous arrivons dans la journée à Mustafapacha, un village au visage grec, anciennement nommé Sinasos. Mustafapacha fut habité par des grecs orthodoxes jusqu'en 1923, dates du traité de Lausanne (échange des population entre la Grèce et la Turquie). Vous êtes ici dans l'un des plus beaux villages de la Cappadoce. Vous pourrez admirer le charme des vieilles pierres ainsi que la medrese aujourd'hui reconvertie en université. Dans les proches environs du village où vous pourrez observer de vieilles églises dans ce qu'on appelle la vallée des monastères.

Transfert : 1h

Hébergement : pension

Repas: matin, midi et soir

Marche : + 150m ; - 150m ; 7km

### **Jour 4 : vallée de Gomed**

Randonnée dans la très verte vallée de Gomed, très peu fréquentée. Nous pourrons y observer les plus beaux ensembles à pigeonniers troglodytes de la région et quelques églises rupestres étonnantes sur les sites de Pancarlik. Arrivée à pied au village d'Ortahisar (littéralement « la tour du milieu ») dont le rocher citadelle domine les alentours.

Transfert : ----

Hébergement : pension

Repas: matin, midi et soir

Marche : + 140m ; - 160m ; 10km

### **Jour 5 : vallée rouge/rose – Cavusin**

En quittant Ortahisar par un sentier (*ou bien par un petit transfert*), vous descendrez la vallée de Meskendir pour rallier un des plus beaux ensembles de vallées de la Cappadoce, celui dit des vallées rouges et roses qui doit son nom aux belles couleurs des tufs volcaniques, résultat féérique du travail de millions d'années d'érosion dû au vent et à la pluie, sur une roche volcanique tendre. Pics, vallons, pénitents et cheminées de fée alternent harmonieusement. L'ingéniosité de l'homme y a ajouté une touche particulière, par le besoin de s'intégrer dans ce paysage lunaire : habitations troglodytiques en grand nombre et églises décorées de fresques encore bien conservées. En fin de journée vos pas vous mèneront jusqu'à Cavusin. Ce petit village, construit autour de deux massifs rocheux criblés d'ouvertures d'anciennes maisons troglodytiques, fut au 5ème 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 : + 380m ; - 350 ; 11km *si vous prenez le petit transfert au matin : + 255m ; -300 ; 7,5km*

### **Jour 6 : vallée blanche – vallée des pigeonniers – Göreme**

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 féériques 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 déjeuner, 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.

Transfert : ----

Hébergement : pension

Repas: matin, midi et soir

Marche : + - 460m ; 17km

### **Jour 7 : Ankara**

Au matin vous prendrez un bus de ligne (local) très confortable, pour rejoindre la capitale de la Turquie. L'occasion pour vous de terminer votre voyage en Anatolie par une visite du Musée des civilisations anatoliennes (musé d'importance internationale) et par un tour de la vieille ville pour vous rendre compte de ce qu'était Ankara (une simple bourgade anatolienne) avant de l'avènement de la République qui a fait d'elle la ville de plus de 4 millions d'habitants, la plus moderne de Turquie et une des plus intéressantes.

Transfert : 4-5h

Hébergement : hôtel

Repas: matin

Marche : ----

### **Jour 8 : Retour**

Vous rejoignez l'aéroport pour le vol du retour.

Transfert : 45 min

Hébergement : ----

Repas: matin

Marche : ----

## **Prix :**

Départ garanti à partir de 1 personne.

### **Le prix comprend :**

- . L'hébergement décrit, base chambre double en hôtel, pension.
- . La pension complète pendant toute la durée du voyage, sauf les repas à Ankara.
- . L'eau minérale pour les repas pris au restaurant (à titre indicatif 1 bouteille pour 3 personnes).
- . Les transferts de vos bagages en véhicule.
- . La fourniture d'un topo guide complet pour l'orientation et la logistique lors de votre voyage.
- . L'assistance par notre équipe locale.

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

- . Les transports aériens.
- . Les entrées des sites.
- . Boissons et dépenses personnelles.
- . L'assurance annulation-interruption 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 : entre 8 et 15€ par repas.
- . Les entrées dans les sites, monuments et musées : 3 à 10€ par personne suivant les visites.

### **Prolongez à Istanbul :**

Profitez d'être en Turquie et de l'emplacement exceptionnel de nos hôtels partenaires à Istanbul pour découvrir sites et monuments célèbres. Par les ponts Galata ou Atatürk, la Corne d'Or et la tour Galata constituent une superbe visite. Dans le quartier de Sultanahmet, aux rues animées, petits jardins et ruelles typiques, se trouvent le palais Topkapi, Sainte- Sophie, la Mosquée bleue, le Grand Bazar, la tour Beyazit, etc.

. Guide local à Istanbul : **125 € la journée.**

. Nuits sup /personne:

<b>chambre</b>	<b>individuelle</b>	<b>double</b>	<b>triple</b>
<b>hôtel 3*</b>	<b>70€</b>	<b>45€</b>	<b>40€</b>
<b>hôtel 4*</b>	<b>100€</b>	<b>65€</b>	<b>55€</b>

## La randonnée liberté : qu'est ce que c'est ?

Vous randonnez sans guide ou accompagnateur. Nous prenons en charge toute la logistique: réservation des hébergements et taxi éventuels, mais aussi transfert de vos bagages à chaque étape. Pour vous permettre de partir en toute sécurité nous avons crée nous même des topos guides détaillés avec lesquels vous trouverez toutes les informations dont vous avez besoin au jour le jour. En vrac, un résumé de la journée qui vous attend, le détail de la randonnée, un peu de vocabulaire, les éventuels transports... Vous ne vous chargez de rien et lorsque vous arrivez en fin de journée à votre pension, c'est les pieds sous la table !

La randonnée liberté c'est également un triple avantage pour vous :

- la garantie de pouvoir partir à deux, trois ou plus (ou même seul).
- des tarifs plus abordables car les personnes qui partent ne supportent pas le coût fixe d'un guide de randonnée.
- enfin pour ceux qui apprécie une certaine indépendance, c'est le loisir de progresser à votre rythme.

## Information complémentaires :

### **Sur le terrain**

#### L'équipe

- . une équipe locale qui saura vous conseiller au mieux si vous avez des questions.
- . les hôtes de vos pensions et hôtels qui s'occupent de l'acheminement de vos bagages.

#### Les déplacements

Généralement en bus de ligne ou avec nos partenaires en voiture ou minibus selon la taille du groupe.

#### L'hébergement

- . à Ankara : hôtels confortables base chambre double, trois étoiles norme locale.
- . hors ville, pensions : petits hôtels très conviviaux, base chambre double.

Liste non exhaustive des hôtels/pensions :

<http://almer.com.tr/>

<http://www.motelgreen.com/en/index.html>

<http://www.cheznazim.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. 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 kebab (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.

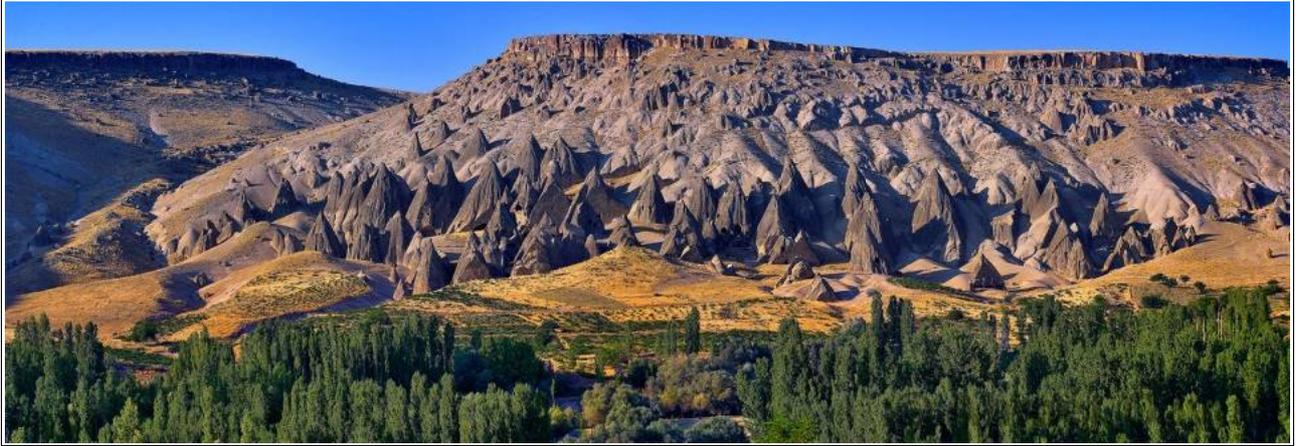
La sécurité est notre objectif principal, quels que soient les types de terrain traversés et le niveau de difficulté de votre voyage. Dans le cas d'un éventuel accident, votre groupe, sous la conduite du guide, devra faire face le plus souvent par ses propres moyens ou en s'appuyant sur les infrastructures 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](mailto:tanatolia@terra-anatolia.com) - Website: [www.terra-anatolia.com](http://www.terra-anatolia.com)



Selime, vallée d'Ihlara, Cappadoce