



Thierry Garnier, François Lesavre, Jean-Marc Vengeon,
Guides de Haute Montagne

Voyage ski en Crète

08 au 15 février 2015

Aux confins de l'Europe et de l'Orient, dernier balcon rocailleux avant l'Afrique, la Crète est mythique à plus d'un titre, car elle est depuis toujours l'île des dieux.

La Crète possède une forme étirée : elle s'étend sur 260 km d'est en ouest et sur 60 km du nord au sud. D'une superficie de 8 400 km², et d'une périphérie d'environ 1 000 km, elle est la cinquième île de Méditerranée après la Sicile, la Sardaigne, Chypre et la Corse.

Tout comme la Corse, elle est montagneuse ; trois massifs montagneux dominent l'île : les Lefká Óri (2 453 m) ou montagnes Blanches à l'ouest, le massif du mont Psiloritis (2 456 m) ou mont Ida au centre (le point culminant de l'île) et le massif du Mont Dikti (2 148 m) à l'est.



Voyage ski en Crète - Février 2015

Thierry Garnier Guide de Haute Montagne

Les Granges 73210 BELLENTRE tél : 06 03 79 24 59 – tgarnier@expes.com – www.expes.com

LES MATINS DU MONDE - RCS 437 506 298 Lyon – Immatriculation IM069100084

Garantie financière : APS - 15 avenue Carnot 75017 Paris - RCP : HISCOX 0086435

« Le collectif des guides Expes.com est propriétaire des droits de propriété intellectuelle ou détient les droits d'usage sur tous les éléments accessibles sur le site »

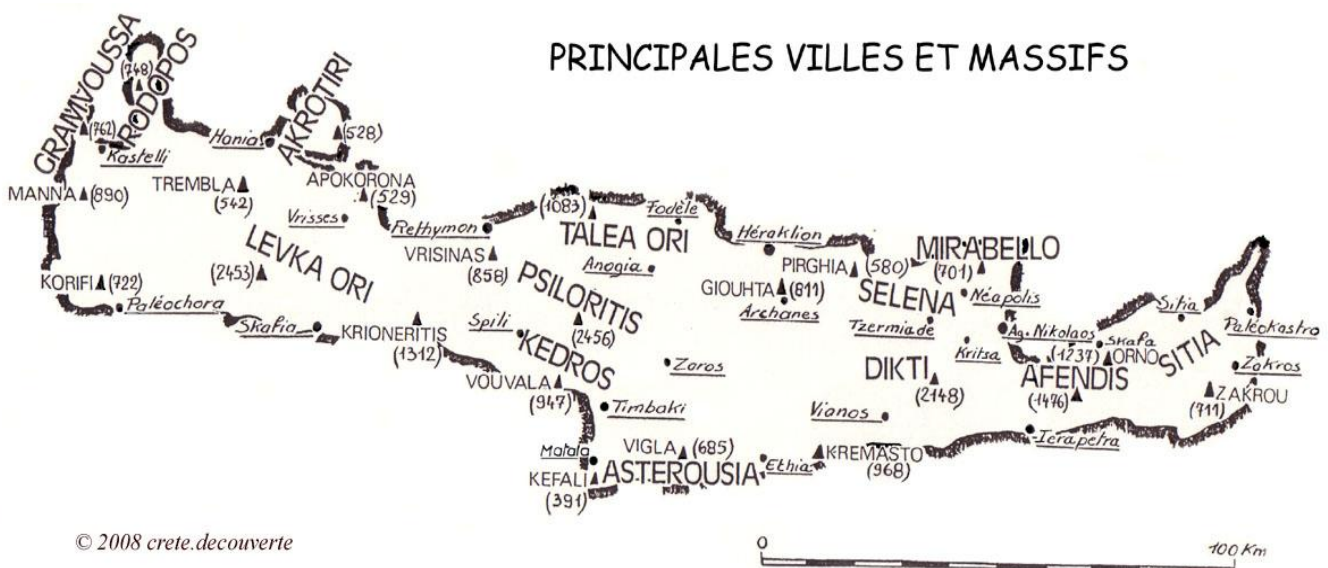


**Thierry Garnier, François Lesavre, Jean-Marc Vengeon,
Guides de Haute Montagne**

La Crète est une île superbe, et ses montagnes sont souvent très enneigées, le climat s'apparente à celui de la Corse.

Les montagnes culminent à 2400 m et les reliefs y sont assez doux.

Nous rencontrerons une neige variable selon les versants et les conditions du moment : transformée, soufflée, croutée, poudreuse... Déchaussage et portage possibles pour passages caillouteux ou rocheux selon l'enneigement...



AU FIL DES JOURS

J1- vol départ France pour Héraklion. Accueil à notre hôtel. Repas et nuit en hôtel à Anogia, suivant l'heure d'arrivée possibilité d'une nuit à Héraklion.

J2 - Transfert dans le massif du Mont Ida depuis le village d'Anogia, avec notre premier objectif le Mont Koussakas 2211 m en AR. Nuit en demi-pension à l'hôtel.
Dénivelé +/-1100m

J3 - Ascension du mont Ida 2454 m, point culminant de l'île, en AR. Dans l'après-midi, transfert à Hania. Nuit en demi-pension à l'hôtel.
Dénivelé +/-1200m

J4 - Depuis le plateau d'Omalos, petite course soit le mont Gigilos 1964m ou le mont Psilafi 1984 m. Nuit en demi-pension à l'hôtel à Omalos.
Dénivelé +/-800m

Voyage ski en Crète - Février 2015

Thierry Garnier Guide de Haute Montagne

Les Granges 73210 BELLENTRE tél : 06 03 79 24 59 – tgarnier@expes.com – www.expes.com

LES MATINS DU MONDE - RCS 437 506 298 Lyon – Immatriculation IM069100084

Garantie financière : APS - 15 avenue Carnot 75017 Paris - RCP : HISCOX 0086435

« Le collectif des guides Expes.com est propriétaire des droits de propriété intellectuelle ou détient les droits d'usage sur tous les éléments accessibles sur le site »



**Thierry Garnier, François Lesavre, Jean-Marc Vengeon,
Guides de Haute Montagne**

J5 - Montée au refuge Kalerghi 1520 m et ascension en aller retour du mont Psari 1817m. Nuit en refuge.

Dénivelé +500 ou 900m/700m

J6 - Traversée sur le refuge Kastiveli 1980m par le mont Melintaou 2133m et le mont Kefalas 2121 m. Nuit en refuge.

J7 - Ascension du Pachnes 2453 m, deuxième sommet de l'île et descente sur Anopoli puis, transfert à Heraklion. Repas libre le soir et nuit en hôtel.

Dénivelé +800m/1200m

J8 - Vol retour pour la France.

Ceci est un exemple de programme à ski de randonnée en Crète. Les conditions météorologiques, de neige ainsi que le niveau des participants pourraient amener le guide à le modifier ou à faire certains itinéraires dans un ordre différent.

CARACTERISTIQUES TECHNIQUES

Pré-requis :

- Technique : raid à ski préalable dépendant de l'objectif,
- Physique : pratique sportive régulière (endurance),
- Mental : motivation, aptitude à la vie en groupe, acceptation de l'inconfort lié à l'altitude et la rusticité de certains hébergements.

Nous vous proposons, à travers ces itinéraires, de vous emmener dans des régions que nous connaissons mal ou pas du tout mais qui nous semblent présenter un fort potentiel pour la découverte. Rien n'est garanti, curiosité et sens de l'improvisation seront indispensables...

Niveau :

Ce voyage demande des expériences de raids à ski de randonnée, un bon niveau de ski toutes neiges dans des pentes jusqu'à 35°, une bonne forme physique permettant d'enchaîner des journées de 6 à 7 heures d'effort pendant 6 jours consécutifs. Le dénivelé quotidien des sorties varie de 800 à 1200m. Nuit en refuges non gardés.

Encadrement : guide de haute montagne français.

Taille du groupe : entre 6 et 10 participants. Le voyage sera assuré à partir de 6 participants. Si ce nombre n'était pas atteint vous seriez avertis au plus tard 21 jours avant la date du départ.

Voyage ski en Crète - Février 2015

Thierry Garnier Guide de Haute Montagne

Les Granges 73210 BELLENTRE tél : 06 03 79 24 59 – tgarnier@expes.com – www.expes.com

LES MATINS DU MONDE - RCS 437 506 298 Lyon – Immatriculation IM069100084

Garantie financière : APS - 15 avenue Carnot 75017 Paris - RCP : HISCOX 0086435

« Le collectif des guides Expes.com est propriétaire des droits de propriété intellectuelle ou détient les droits d'usage sur tous les éléments accessibles sur le site »



**Thierry Garnier, François Lesavre, Jean-Marc Vengeon,
Guides de Haute Montagne**

Hébergement :

Selon la composition du groupe, vous pouvez être avec quelqu'un de sexe opposé.

En hôtel en chambre double ou triple et en refuges non gardés en montagne. Néanmoins ces refuges ont des couvertures, du gaz et de la vaisselle, ce qui permettra de faire la traversée des montagnes blanches avec des sacs relativement légers.

Nourriture :

Petits-déjeuners et repas du soir sont dégustés à l'hôtel ou dans un restaurant, nous aurons tout loisir d'apprécier la cuisine crétoise, boire les vins de pays et l'ouzo ! Pique-nique le midi et repas préparés par nous mêmes dans les refuges avec des produits locaux dans la mesure du possible.

Date : 08 février 2015.

Prix : 2050 € 00, par personne tout compris au départ de Paris.

· Départ de province, ou depuis l'étranger Suisse ou autre, n'hésitez pas à nous contacter.

Le prix comprend :

- L'encadrement par un guide de haute montagne français,
- Les transferts sur place,
- L'hébergement et la nourriture pendant tout le séjour sauf le repas du premier et du dernier soir,
- Le prêt **sur demande** du matériel de secours en avalanche (DVA, pelle, sonde),
- Une pharmacie collective,
- Un conseil médical à distance 24/24h.

Le prix ne comprend pas :

- Le matériel personnel (cf. liste du matériel en fin de document),
- Les boissons et extra personnels dans les gîtes et les hôtels,
- Les repas du dernier soir,
- L'assurance (rapatriement, assistance, maladie, accident, annulation et interruption de voyage, perte ou vol de bagages, frais de secours et de sauvetage).

Voyage ski en Crète - Février 2015

Thierry Garnier Guide de Haute Montagne

Les Granges 73210 BELLENTRE tél : 06 03 79 24 59 – tgarnier@expes.com – www.expes.com

LES MATINS DU MONDE - RCS 437 506 298 Lyon – Immatriculation IM069100084

Garantie financière : APS - 15 avenue Carnot 75017 Paris - RCP : HISCOX 0086435

« Le collectif des guides Expes.com est propriétaire des droits de propriété intellectuelle ou détient les droits d'usage sur tous les éléments accessibles sur le site »



**Thierry Garnier, François Lesavre, Jean-Marc Vengeon,
Guides de Haute Montagne**

ASSURANCES

En ce qui concerne l'assurance, il y a deux aspects à considérer :

La garantie Annulation :

Nous vous conseillons vivement de souscrire à l'assurance annulation, si vous n'êtes pas déjà garanti pour ce risque par ailleurs. L'expérience nous a montré qu'une simple foulure à la cheville peut coûter cher si vous n'avez pas cette garantie.

La garantie Assistance Rapatriement et Frais médicaux / Frais de recherche et de secours qui est obligatoire :

Nous vous proposons de souscrire le contrat global "Les Matins du Monde", spécial Haute Montagne. Sinon, certains contrats sont acceptables (c'est-à-dire qui ont des plafonds de garanties suffisants pour des secours en Montagne) :

- La licence FFME
- La carte Vieux Campeur avec l'option adaptée en termes d'altitude/distance, etc...

Dans ce cas, vous devrez nous fournir une "Attestation de garantie Frais Médicaux/Assistance Rapatriement/Frais de secours et de sauvetage", rédigée et signée par votre compagnie d'assurances, indiquant clairement le voyage concerné, les dates du voyage, les personnes garanties et les montants de garantie Frais de recherche et de secours.

Règlement : Par chèque, virement, ou carte bancaire (Amex frais de 1,5 % du montant du voyage).

INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES

Formalités :

Administratives : Carte d'identité ou passeport en cours de Validité.

Sanitaires : Aucune vaccination n'est obligatoire, le Tétanos est vivement conseillé.

Change / pourboires

La monnaie est l'euro, vous trouvez des distributeurs de billets à l'aéroport et dans les plus grandes villes (Héraklion, Chania). La carte bancaire est acceptée dans la plupart des commerces.

Dans la culture locale, les pourboires sont appréciés, selon votre satisfaction bien entendu.

Voyage ski en Crète - Février 2015

Thierry Garnier Guide de Haute Montagne

Les Granges 73210 BELLENTRE tél : 06 03 79 24 59 – tgarnier@expes.com – www.expes.com

LES MATINS DU MONDE - RCS 437 506 298 Lyon – Immatriculation IM069100084

Garantie financière : APS - 15 avenue Carnot 75017 Paris - RCP : HISCOX 0086435

« Le collectif des guides Expes.com est propriétaire des droits de propriété intellectuelle ou détient les droits d'usage sur tous les éléments accessibles sur le site »



**Thierry Garnier, François Lesavre, Jean-Marc Vengeon,
Guides de Haute Montagne**

Bagages :

* Nous vous recommandons de limiter votre équipement au strict nécessaire.

Poids des bagages enregistrés en soute (hors bagages à main) : 20 kg par personne maximum, skis compris.

- un sac à dos 50l pour vos affaires personnelles, les repas de midi et une partie du matériel collectif. Ce sac pourra voyager avec vous en cabine dans l'avion.

- un sac marin ou grand sac de voyage avec cadenas pour vos affaires personnelles qui voyageront en soute dans l'avion et dans le minibus. Les skis doivent être impérativement dans une housse à cet effet.

* Attention : pas de couteaux, ciseaux, etc. ... dans le bagage à main.

Matériel :

- Sac à dos 50 litres permettant de porter les skis,
- Skis de randonnée, peaux de phoque, couteaux, bâtons,
- Chaussures de ski de randonnée,
- ARVA, pelle, sonde,
- Crampons légers,
- Paires de chaussettes,
- Collant et pantalon coupe vent et imperméable type GoreTex,
- T-shirts respirant, carlines,
- 1 veste polaire et une veste coupe vent et imperméable type GoreTex,
- 1 bonnet et une casquette,
- 1 paire de gants de ski chauds et 1 paire de gants en laine polaire,
- Thermos ou gourde,
- Lampe frontale,
- Lunettes de glacier, masque de ski, crème solaire et stick pour les lèvres,
- Petite pharmacie personnelle, petite trousse de toilette,
- Un appareil photo,
- Une spécialité de votre région que nous aurons plaisir à partager le soir !

Voyage ski en Crète - Février 2015

Thierry Garnier Guide de Haute Montagne

Les Granges 73210 BELLENTRE tél : 06 03 79 24 59 – tgarnier@expes.com – www.expes.com

LES MATINS DU MONDE - RCS 437 506 298 Lyon – Immatriculation IM069100084

Garantie financière : APS - 15 avenue Carnot 75017 Paris - RCP : HISCOX 0086435

« Le collectif des guides Expes.com est propriétaire des droits de propriété intellectuelle ou détient les droits d'usage sur tous les éléments accessibles sur le site »