

# La Crète à vélo électrique

Code voyage : CREGV0001

Vélo guidé

• Vélo • 8 jours



Voici un séjour à la dimension de cette île imposante. De la capitale - Héraklion - jusqu'à Réthymnon la vénitienne, l'itinéraire s'attarde dans une Crète de l'intérieur et sur les côtes nord et sud de l'île. L'assistance électrique permet de belles échappées dans une nature idyllique qui abrite des sites archéologiques remarquables. Un séjour idéal pour les amateurs de vacances actives qui souhaitent garder du temps pour la découverte et le farniente en bord de mer.

## Points forts

1. Des étapes somptueuses entre montagne et mer
2. La découverte de lieux archéologiques et patrimoniaux : le site de Rizinia, la cité de Gortyne, la nécropole de Lappa et la forteresse de Frangokastello
3. Le soutien logistique d'un minibus le long du voyage

# LE PROGRAMME

## J1 Accueil à Héraklion

Transfert de l'aéroport à l'hôtel. Présentation de la semaine suivie d'un repas traditionnel dans une taverne locale. Nuit en hôtel 3\* (normes locales) à Héraklion.

*Hébergement : Hôtel*

## J2 Sivas - Zaros

Départ de Sivas jusqu'au site archéologique de Rizinia par les gorges de Saint-Antoine. Après la descente jusqu'au petit village de Prinias nous traversons les étendues sauvages des contreforts du Mont Giritisi, cela ressemble à s'y méprendre au Mustang. Une dernière descente dans les ruelles de Nivritos et on débouche au bourg de Zaros. 30% sur petite route communale – 70% sur piste. Nuit en hôtel ou chambre d'hôte à Zaros.

*Hébergement : Hôtel / Chambre d'hôte*

*Itinéraire principal : 35 km, 3 h, +550 m, -220 m*

## J3 Zaros – Agios Pavlos

Départ matinal pour cette troisième étape. Descente de la montagne jusqu'aux plages du Sud de la Crète. La pente est assez raide en début de parcours, on reste donc souple sur les freins jusqu'au barrage de Faneromenis et son immense retenue. Nous traversons ensuite la plaine de la Messara au niveau de Vori jusqu'à Timbaki. Routes et pistes nous amènent directement au port d'Agia Galini. Ensuite, on remonte un peu pour éviter les falaises d'Agio Georgeos, une succession de calanques nous amènent jusqu'à Agios Pavlos où une baignade reconstituante dans la mer de Lybie nous tend les bras.

70% sur petite route communale - 30% sur piste.

Nuit en maison d'hôte.

*Hébergement : Maison d'hôte*

*Itinéraire principal : 48 km, 4h 30, +500 m, -800 m*

## J4 Agios Pavlos - Plakias

Si on devait sélectionner la plus belle des étapes, dans cette traversée merveilleuse, ce serait celle-ci. Nous longeons la mer d'est en ouest, chaque plage nous fait oublier la précédente, du sable fin, des graviers ronds, des criques moutonnantes d'embruns, on ressent ici toute l'énergie de cette côte puissante. A l'entrée de Plakias nous partons à la découverte d'une crique qui servait à cacher les bateaux hors de la vue des pirates de la côte.

20% sur petite route communale – 80% sur piste.

Nuit en hôtel à Plakias.

*Hébergement : Hôtel*

*Itinéraire principal : 29 km, 3 h, +400 m, -250 m*

## J5 Plakias – Chora Sfakion

Etape côtière pour cette sixième journée où vous n'oubliez ni les maillots de bain ni la crème solaire ! Une piste sinueuse nous permet d'accéder au contrefort de la montagne. Ici la falaise tombe dans la mer mais nous connaissons quelques échancrures où se cachent de petites criques secrètes où il fait bon jouer avec les

vagues, nous y avons même rencontré une tortue marine. Nulle garantie qu'elle sera là mais on ne sait jamais !  
Petite pose culturelle pour visiter la forteresse vénitienne de Frangokastello avant de rejoindre notre hôtel à Chorasfakion (3\* norme locale).

30% sur petite route communale – 70% sur piste.

Nuit en hôtel à Chora Sfakion.

*Hébergement : Hôtel*

*Itinéraire principal : 34 km, 3 h 30, +200 m, -150 m*

## J6 Chora Sfakion - Argiropouli

Un seul mot, préserver la batterie pour arriver jusqu'au cratère.

Un panorama exceptionnel sur Frangokastello sur cette petite route de montagne unique avec des montées pouvant aller jusqu'à 20 %. Trop facile en E-bike !

Un petit arrêt sur le plateau de Kallikratis avant de redescendre jusqu'au magnifique village d'Argiropouli.

100% route hors catégorie.

Nuit en chambre d'hôte 3\* à Argiropouli.

*Hébergement : Chambre d'hôte*

*Itinéraire principal : 45 km, 4 h 30, +800 m, -400 m*

## J7 Argiropouli – Plage de Gerani

Après la visite de la nécropole antique de LAPPÀ, nous suivrons un itinéraire alternant des portions de pistes et de routes. Quelques arrêts et visites dans des villages ruraux typiques et au curieux bungalow Church avant d'arriver sur la plage Panagia Gerani, point final de notre traversée.

Transfert jusqu'à votre hôtel à Héraklion.

80% sur petite route communale – 20% sur piste.

Nuit en hôtel 3\* à Héraklion.

*Hébergement : Hôtel*

*Itinéraire principal : 40 km, 4 h 30, +250 m, -600 m*

## J8 Fin du séjour

Fin du séjour après le petit déjeuner.

## Itinéraire

Ce séjour est guidé. Vous êtes également accompagnés par un véhicule tout au long du parcours. Vous pouvez donc à tout moment, en cas de coup de fatigue, monter dans le véhicule. Nous pouvons parfois être amenés à modifier quelque peu l'itinéraire indiqué, notamment à cause des disponibilités dans les hôtels. Faites-nous confiance, ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et un meilleur confort !

# QUELQUES PRÉCISIONS

## Niveau

Facile à moyen. Le circuit se fait majoritairement sur des pistes et de petites routes communales. Il y a un véhicule qui vous suit en cas de coup de fatigue. Peu de difficultés techniques.

## Transports des bagages

Le transport de bagage est compris. Vous ne portez que vos affaires de la journée, dans un petit sac ou une sacoche, avec le pique-nique et les vivres de course. Vous retrouvez le soir vos bagages à l'hébergement.

## Groupe

De 3 à 8 personnes.

## Durée

8 jours, 7 nuits, 6 jours de vélo.

## Encadrement

Un accompagnateur en montagne diplômé VTT francophone

## Hébergement / Restauration

### ? Hébergement

En chambres d'hôtes ou hôtels confortables (3\* normes locales) en chambre de deux.

### ? Restauration

Hébergement en demi-pension. Pique-nique à midi ou repas en taverne.

Merci de nous préciser, à l'inscription, toute allergie alimentaire ou régime spécial ; nous ferons au mieux pour adapter vos repas.

## Rendez-vous / Dispersion

### ? Rendez-vous

Le J1 dans l'après-midi à l'aéroport d'Héraklion.

### ? Dispersion

Votre guide quitte le groupe à l'hôtel, à Héraklion le J7.

Fin du séjour le J8 après le petit déjeuner à l'hôtel d'Héraklion. Nous pouvons toutefois organiser votre transfert à l'aéroport (à votre charge).

## Prolongez votre séjour

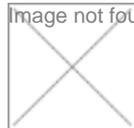
Il vous est tout à fait possible d'ajouter une nuit supplémentaire avant ou après votre séjour à vélo à Héraklion (Hotel Kronos).

## Location de vélo

Les spécificités du VTT FUJI VTT électrique FUJI Ambient

- Batterie Bosch Power Pack 400W ou 500w
- Vitesse max : 27 km/h
- Cadre aluminium
- Transmission Shimano
- Fourche Rock Shox Blocable
- Freinage à disques hydraulique
- Roues 26, 27,5 ou 29 pouces
- Poids : 23 kg

Image not found or type unknown



Les spécificités du VTT Haibike SDURO HardSeven Batterie Yamaha 500 W

- Vitesse max : 27 km/h
- Cadre Aluminium
- Transmission Shimano
- Fourche Suspendue XCM-LO, Débattement 100mm
- Freinage à disques hydraulique
- Roues 27,5 ou 29 pouces
- Poids 21 kg

## Accès

### ? En avion

Les vols ne sont pas compris dans le prix du séjour, mais nous restons à votre disposition pour vous les réserver.

## Baignade

Un certain nombre de nos voyages se prêtent à la baignade, en cours d'étape ou en fin de journée. Ce serait dommage de ne pas en profiter. Nous soulignons cependant que vous êtes seuls juges de l'opportunité d'une baignade ; ces baignades se font donc sous votre responsabilité et à vos risques et périls.

## Photos

Vous faites de belles photos ! N'hésitez pas à nous envoyer un CD, une clé USB, un lien [Dropbox](#) ou [WeTransfer](#) de vos plus belles photos réalisées lors de votre voyage. Le fait pour vous de nous communiquer des photos implique que vous acceptez que vos photos soient utilisées à titre gracieux sur nos différents supports (catalogue, site internet, fiche technique, etc...).

# DATES ET PRIX

## Les prix comprennent

- hébergement et demi-pension (sauf dîner libre le J5) en chambres d'hôtes ou hôtels confortables
- l'encadrement (2 personnes)
  - un guide expérimenté.
  - le pilote du 4x4 balaie qui assure les petits désagréments, le port des bagages, la maintenance des VTT (charge hebdomadaire, graissage, et resserrages des écrous).
- véhicule d'assistance et VTT supplémentaire
- le transfert aéroport/hôtel le J1
- le pique-nique du midi des jours 2 à 7 inclus
- les taxes de séjour

## Les prix ne comprennent pas

- les vols
- les boissons
- le dîner du J5 à Chora Sfakion
- le casque (prêt possible)
- le supplément chambre individuelle
- la location du VTT électrique ainsi que le casque
- les transferts non compris
- les dépenses personnelles
- le transfert hôtel/aéroport le J8
- les assurances
- les frais d'inscription
- tout ce qui n'est pas indiqué dans " Les prix comprennent "

## Options, suppléments et réductions

- location de vélo (+ casque) : 315 €
- supplément chambre seule : 290 €
- nuit supplémentaire à Héraklion en nuit et petit-déjeuner :  
59 € par personne en chambre de deux, 99 € en chambre seule

# DANS VOS BAGAGES

## Équipement

### Pour le vélo

- Un cuissard court et un legging que vous pourrez glisser dans votre sac à dos en cas de froid
- Des gants de vélo
- Des lunettes de soleil (contre le soleil, l'air, les moucherons)
- Des tee-shirts ou maillots de vélo en matière respirant et séchage rapide
- Un sous-pull (mêmes recommandations que le tee-shirt)
- Chaussettes confortables spéciales vélo.
- Une paire de chaussures de sport antidérapantes adaptées au vélo et à la marche.

Nota : les vêtements techniques synthétiques sont très performants. De nouveaux vêtements en laine de mérinos sont aussi apparus ; ils sont très performants et agréables à porter, et présentent l'avantage de ne pas développer les odeurs de transpiration (marque Icebreaker, Ruka, etc...) !

D'une manière générale, éviter le coton, qui refroidit lorsqu'il est mouillé.

### Contre le soleil et la pluie

- Crème et lunettes de soleil
- Chapeau, casquette ou bob (casque)
- Un coupe-vent

## Vêtements

- Un pull ou une fourrure polaire
- Un pantalon confortable
- Un short
- Un survêtement ou vêtement de rechange
- Une chemise légère en coton à manches longues
- Une paire de tennis style jogging pour le soir
- Vêtements de rechange et linge personnel
- Trousse de toilette
- Un maillot de bain
- Une mini-pharmacie : médicaments personnels, élastoplaste, bio gaze ou "2ème peau", gaze, désinfectant, arnica en granules et aspirine en cas de petits bobos ...

## Bagages

- Un bagage suiveur : un sac à dos ou un sac de voyage en bon état

# INFORMATIONS PRATIQUES

## Le pays

Pays : Grèce (République hellénique)  
Capitale : Athènes

## Formalités

### ? Papiers

Les voyageurs, mineurs inclus, doivent être en possession d'une carte nationale d'identité ou d'un passeport (ressortissants de l'UE).

### ? Santé

Se munir de la carte européenne d'assurance maladie, à demander à votre caisse d'assurance maladie au moins 15 jours avant le départ. Les conditions sanitaires sont analogues à celles de la France.

## Adresses utiles

### Consulat de Grèce

23, rue Galilée, 75016 Paris, tél : 01 47 23 72 33.

### Office de Tourisme de Grèce

3 avenue de l'Opéra, 75001 Paris, tél : 01 42 60 65 75 / fax : 01 47 20 70 28

## Téléphone

Code téléphonique depuis la France : 00 30.

## Décalage horaire

Il y a une heure de plus, lorsqu'il est 12h00 en France il est 13h00 en Crète.

## Climat

Chaud et sec. Il fait beau, en Crète. Des orages sont cependant possibles. Le vent fréquent et la proximité de la mer tempèrent la chaleur du midi, pendant laquelle nous éviterons de marcher. Au printemps et à l'automne, prévoir un équipement un peu plus chaud pour la nuit. Quand il est midi à Paris, il est 13h à Héraklion.

## Langue

Parler le Grec moderne est un atout certain pour entrer plus avant dans les relations avec une population volontiers liante. L'anglais est universellement parlé. Le Français beaucoup moins.

## Devises

Euro.

## Bibliographie

- En Crète et à Rhodes : guide bleu Hachette, collection Visa
- Histoire de la Crète : Que sais-je ?

- La Crète antique : par S. Plexion, Hachette
- L'été grec : de J. Lacarrière, Plon
- La Crète au Temps de Minos : P. Faure, livre de poche