

## PANORAMA DU VAL GARDENA en Liberté

### Les Dolomites de l'Ouest en version panorama



Les Dolomites... référence géologique autant qu'esthétique, massif incontournable de l'imaginaire montagnard... un nom unique pour désigner plus d'une quinzaine de "gruppo" aux allures toutes différentes. Ce programme en version Panorama dans les Dolomites de l'Ouest vous propose d'entrer dans l'intimité de quatre de ces massifs : Puez-Odle, Sella, Sasso-Lungo et Rosengarten, afin d'approcher un peu cette surprenante diversité, à votre rythme et en profitant d'un hébergement « cosi » dans la vallée. Dentelles minérales, immense vaisseau de pierre, vaste plateau lunaire et alpages verdoyants... autant ; gastronomie jouant à "saute-saveurs" de l'Europe Centrale à la Méditerranée et langages multiples mêlant italien, allemand et ladin... Une randonnée à la rencontre de toute la richesse de cette région !

🕒 5 jours

👤 Liberté / sans guide

🧳 Sans transport de bagages

🏠 Hébergement : Confort (chambre)

🦶 Niveau : \*\*\*

💰 A partir de : 990€

### Vous allez aimer

- Le contraste entre l'austérité du massif de Sella et l'opulence des alpages des Odle et de Siusi,
- L'ambiance de film fantastique des Catinaccio,
- Les passages aménagés d'escaliers, de mains courantes, de câbles...qui rendent ces forteresses de pierre si accessibles,
- L'accueil et le confort des hébergements associés à leur gastronomie, point d'union entre l'Italie et l'Autriche.

# Le parcours

## Jour 1

Départ à pied du centre d'Ortisei/ St Ulrich, Val Gardena.

### **ORTISEI - PARC NATUREL DES ODLE - SANTA CRISTINA**

Départ avec la télécabine de La Seceda. Une première montée un peu raide suit dans la forêt puis le sentier débouche sur le large alpage de la Seceda : prés verdoyants et "Montagnes Pâles" de la chaîne des Odle... ça y est, vous êtes dans les Dolomites ! La traversée de l'alpage jusqu'au refuge Firenze se déroule tranquillement en passant au plus près des falaises par la Forcella Pana et Peralonga. Pour un démarrage plus en douceur, le téléphérique de la Seceda permet de rejoindre directement le plateau. Le retour dans la vallée se fait ensuite à pied jusqu'à San Cristina. Possibilité de prendre la télécabine du Col Raiser pour raccourcir l'itinéraire. Retour en bus sur Ortisei.

6h30 de marche / Dénivelé : + 850m / - 1050 m / 15 km

## Jour 2

Prendre les Bus 350 puis 473 de la gare routière d'Ortisei jusqu'au col de Passo Gardena.

### **PASSO GARDENA - MASSIF DE PUEZ**

L'itinéraire se déroule en boucle au départ du col de Passo Gardena. La journée démarre avec un sentier en balcon qui offre un premier large panorama, du massif des Sella à celui des Tofanes. Elle se poursuit en alternant des ambiances extrêmement variées : l'impressionnant cirque de Puez, l'immense canyon de la Vallunga, le plateau de Creispèina et les Pizes de Cier et leur drôles de tours rocheuses jalonnent le parcours. Retour en bus depuis Passo Gardena.

5h00 de marche / Dénivelé : +/- 750 m / 12 km

## Jour 3

Prendre les Bus 350 puis 471 de la gare routière d'Ortisei jusqu'au col de Passo Pordoi (ou de Passo Gardena selon l'itinéraire choisi)

### **PASSO SELLA / PASSO PORDOI - HAUT PLATEAU DE SELLA**

Immersion totale dans l'ambiance minérale des Dolomites pour cette journée, dans l'un de ses plus hauts massifs : le Gruppo del Sella ! Selon votre niveau, possibilité de traverser complètement cet immense vaisseau de pierre, avec un parcours un peu plus technique, aménagé de marches et de mains courantes sur certaines portions, ou de rejoindre le cœur du massif grâce au téléphérique de Saas Pordoi, puis d'effectuer une boucle autour du Piz Boé. Retour en bus depuis Passo Pordoi.

6h de marche / Dénivelé : +900 m - 1200 m / 10 km pour la traversée complète depuis Passo Gardena

6h30 de marche / Dénivelé : +/- 1230 m / 13 km depuis Passo Pordoi

4h de marche / Dénivelé : +400m - 1100 m / 9 km en empruntant le téléphérique à la montée

## Jour 4

Prendre les Bus 350 puis 471 de la gare routière d'Ortisei jusqu'au col de Passo Sella.

### **PASSO SELLA - SASSO LUNGO**

Une journée dans le Gruppo du Sasso Lungo, emblème du Val Gardena. L'entrée dans le massif peut se faire à pied ou bien en empruntant la télécabine originale de la Forcella Sasso Lungo. Puis l'itinéraire plonge au cœur des aiguilles de pierre dans le vallon de Vicenza, avant de rejoindre les pins mungo, les marmottes et l'alpage de Sasso Piatto. Retour au Passo Sella par le Sentier Royal Friedrich August. Retour en bus depuis Passo Sella.

6h30 de marche / Dénivelé : +/- 1050 m / 15 km

5h15 de marche / Dénivelé : +570 m - 1050 m / 13 km en empruntant la télécabine à la montée

## Jour 5

Prendre les Bus 172 puis 10 (ou bus 172 puis la télécabine de Seiser Alm)

### **ALPE DE SIUSI - ROSENGARTEN**

Une autre randonnée en boucle entre l'Alpe de Siusi, le plus vaste alpage des Alpes, et le massif des Rosengarten : un voyage entre verts et ocres pour une journée haute en couleurs ! Plusieurs itinéraires sont possibles, de longueur et de difficulté différente, avec la possibilité de prolonger la découverte en passant une nuit supplémentaire au refuge de Alpe de Tires.

### **Fin de la randonnée à Ortisei.**

*Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction ; des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement.*

# Le voyage

## NIVEAU \*\*\*

Dénivelé : +/- 750m en moyenne par jour

Temps de marche : 4.30 à 7 heures par jour, avec des extensions possibles.

Type de randonnée : itinéraire de montagne sur sentiers balisés sans difficultés techniques. Quelques passages aériens bien aménagés et sécurisés par des câbles, principalement dans le massif des Sella.

Il est nécessaire d'être en bonne condition physique générale. Pratiquez régulièrement un sport d'endurance tel que la marche, la course à pied, le vélo, de 3 à 4 heures par semaine. Votre préparation physique facilitera votre séjour et vous permettra de l'apprécier d'autant plus. Découvrez le descriptif des niveaux en cliquant ici : [niveaux des randonnées](#)

Le roadbook fournit les informations nécessaires pour effectuer votre randonnée. Il reste cependant indispensable de savoir maîtriser la lecture de carte au 1:25'000 et d'être suffisamment autonome en montagne pour pouvoir aborder l'itinéraire sereinement, quelle que soit la météo (brouillard, neige,...). L'encadrement d'un professionnel n'est pas inclus dans le forfait liberté. Vous risquez de traverser des zones blanches, sans réseau téléphonique. Pour votre sécurité, vous pouvez vous munir d'une radio ou d'un téléphone de dernière génération pouvant contacter un satellite.

**Attention** : jusqu'à fin juin, des névés seront encore présents sur le parcours, notamment sur les versants nord. Chaussures montantes de montagne, guêtres et bâtons de marche sont indispensables. Soyez prêt !

## ROAD BOOK

Un mois avant votre randonnée, nous vous ferons parvenir vos documents de voyage. La version "papier" que nous envoyons par voie postale est composée de :

- La Carte Tabacco,
- 1 road-book comprenant tous les renseignements nécessaires pour la randonnée,
- 1 porte carte,
- La liste des hébergements.

## HÉBERGEMENT

6 nuits en hôtel\*\*\*, en chambre de 2 personnes en demi-pension

## LES REPAS

Les petits déjeuners et dîners sont servis dans les hébergements. Les pique-niques sont non compris. Certaines étapes permettent de se restaurer en cours de route dans des refuges ou auberges.

Merci de nous préciser vos allergies et régimes alimentaires **au moment de la réservation.**

*Nous faisons de notre mieux pour prendre en compte les régimes particuliers (sans gluten, végétarien, etc.). Nous vous encourageons cependant à prévoir quelques produits complémentaires pour vos propres pique-niques.*

## CARTOGRAPHIE

Carte Tabacco 05 Val Gardena - Alpe di Siusi (1/25000)

# Infos pratiques

## ACCÈS AU POINT DE DÉPART

**En étoile depuis Ortisei/ St Ulrich, Val Gardena.**

EN TRAIN (puis transfert en bus)

Paris - Milano - Verone - Bolzano - Renseignements SNCF : 3635 ou [www.sncf.com](http://www.sncf.com)

Bus réguliers entre Bolzano / Ortisei / Siusi :

- Bolzano >> Ortisei, Val gardena avec le bus 350, un départ toutes les heures, 1 heure de trajet.
- Siusi >> Bolzano avec le bus 170, un départ toutes les 1/2 heures, 30 minutes de trajet.
- Siusi >>Ortisei, Ortisei >>Siusi avec le bus 4 toutes les 1h15, (dès 8h10 / 8h45).

[Valgardena bus](#)  
[Südtirol Mobil](#)

EN VOITURE

Par Milan, Vérone, Bolzano, Val Gardena.

Parkings gratuits : Siusi / Seis, Südtirol : au départ de la télécabine Seiseralm. Du parking, [bus 172](#) pour Ortisei. Départ à 11h50 >> 12h25 (ou 10h50 >>11h25).

Parkings longue durée : Ortisei, Val gardena : parking de la télécabine Alpe di Siusi, 6€ par jour.

EN AVION

Par Venise, Munich, Innsbruck ou Milan. Transfert en bus ou train pour Bolzano puis bus pour le Val Gardena.

**Fin de la randonnée à Siusi / Seis, Südtirol.**

## HÉBERGEMENT AVANT ET APRÈS LE SÉJOUR

[Hotel Feichter](#), Bolzano

[Hotel de charme Goldenstern](#), Bolzano

Office du tourisme de [Val Gardena](#)

Office du Tourisme [Seiser Alm](#) ( Alpe di Siusi) : [seiseralm.it](http://seiseralm.it) et [seiser-alm.it/en](http://seiser-alm.it/en)

## ASSURANCE

Conformément à la réglementation, nous sommes assurés en Responsabilité Civile Professionnelle. En aucun cas nous ne pouvons nous substituer à votre Responsabilité Civile Personnelle. Si vous avez choisi l'assurance assistance rapatriement EUROP ASSISTANCE que nous proposons, Altitude Mont Blanc sert seulement d'interface entre le client et l'assureur. Nous ne pouvons influencer sur l'une ou l'autre des parties. Nous nous en tenons aux conditions strictes de vente. Vous êtes responsables du respect des procédures de déclaration de tout sinistre.

Avant de prendre toute décision, contactez EUROP ASSISTANCE.

## NOUS CONTACTER

Si vous êtes en retard, contactez l'agence : **+33 (0)4 50 79 09 16** ou **+33 (0)6 42 49 76 07**

# Dates & tarifs

## DÉPARTS ET PRIX

Départ au choix à partir du 28 juin au fin septembre 2025

**Circuit de 5 jours de randonnée, 6 nuits à Ortisei, Val Gardena**

A partir de **990€/ personne**, hébergement en chambre double en hotel\*\*

A partir de **1115€/ personne**, hébergement en chambre double en hotel\*\*\*

**Selon la date de départ choisie et le niveau d'hébergement, le tarif peut varier.**

## LE PRIX

Comprend :

- Les demi-pensions dans l'hôtel ;
- Le road book: descriptif et cartes Tabacco (1 dossier pour groupe) ;
- Les frais d'organisation, de réservation et les taxes de séjour.

Ne comprend pas :

- Les pique-niques du midi ;
- Les boissons, les visites éventuelles ;
- Les transferts en bus entre Ortisei, en taxi ou en voiture personnelle, et les départs de randonnée ;
- L'assurance assistance annulation (4.2% du montant du séjour) ;
- Le voyage depuis votre domicile jusqu'au lieu d'accueil et retour.

**Le tarif s'entend tout compris du point de rendez-vous au point de dispersion.**

# Équipement et bagages

## EQUIPEMENT CONSEILLE

### Vêtements

Pour la randonnée :

- Pantalons de randonnée
- Short (1 maillot de bain au cas où)
- Tee-shirts "respirant" ou en laine mérinos
- Caleçon long "respirant" ou en laine mérinos
- Polaire ou pull
- Doudoune légère
- Coupe-vent ou veste Goretex
- Cape de pluie + guêtres ou pantalon type Goretex + une cape de sac
- Une paire de gants et un bonnet léger
- Chapeau ou casquette
- Chaussettes de randonnée (double couche, à bouclettes... 1 paire par jour)
- Chaussures de randonnée déjà rodées et à semelles bien crantées
- 1 tenue de rechange pour le soir
- Chaussures de rechange pour le soir

### Matériel divers

- Trousse de toilette
- Serviette de toilette (séchage rapide, vendue en boutique spécialisée)
- Lunettes de soleil et crème solaire
- Gourde ou thermos (1,5 litre minimum)
- Couteau et couverts
- Une boîte hermétique en plastique en guise d'assiette pour vos pique-niques (0,40L à 0,50L)
- Gobelet pour le café
- Petite pharmacie personnelle (antalgique, pansements type compeed...)
- Couverture de survie
- Frontale ou lampe de poche
- Un drap-sac et une taie d'oreiller (les gîtes fournissent des couvertures)
- Deux bâtons télescopiques (fortement recommandés)
- Carte d'identité ou passeport valide

## SAC À DOS

Prévoir un sac à dos confortable de 30 à 40 litres pour vos effets de la journée (un vêtement chaud, une cape de pluie, une gourde, boîte et couverts pour le pique-nique, protection solaire et papiers d'identité) et un peu de place pour transporter un pique-nique et des encas.

# Détails

## COMMENT S'INSCRIRE

Pour vous inscrire, nous avons besoin de vos coordonnées :

- Nom, Prénom, date de naissance
- Adresse postale
- Adresse e-mail
- Téléphone
- Téléphone mobile

Merci de préciser si vous souhaitez prendre une assurance annulation (4.2% du prix du voyage).

Nous vous faisons ensuite parvenir, par e-mail, une facture proforma (par couple) avec une demande d'arrhes de 30%, associée aux coordonnées de votre compte chez Altitude Mont-Blanc (rubrique "mon compte"). Vous pouvez faire votre règlement par CB, virement bancaire, chèque... Vous recevez ensuite une confirmation d'inscription.

Le solde du séjour est à régler 1 mois avant le départ, sans rappel de notre part. Pour les séjours en liberté, nous vous faisons alors parvenir votre dossier (carte, road book etc.)

Si vous le souhaitez, vous pouvez également vous inscrire par courrier en remplissant le formulaire ci-dessous et en nous le renvoyant à notre adresse postale :

Altitude Mont-Blanc  
180, route du lac  
74110 MONTRIOND

Les conditions de vente, annulation, etc. sont disponibles sur notre site.

Nous restons à votre écoute pour toute information.

