



*Au sud de l'Italie, sur la façade adriatique, les Pouilles sont une vaste région qui s'étend sur près de 360 km de long : un littoral paradisiaque, et un arrière-pays égrenant des paysages superbes ponctués de cités de pierres dorées, de villages chaulés de blanc où chaque siècle a laissé sa marque : églises rupestres, cathédrales romanes, palais baroques...etc !*

*Au nord, la péninsule du Gargano est propice à la découverte pédestre : les îles TREMITI sont un petit bijou posé sur la mer d'azur. Plus au sud dans les terres : MONTE SAN ANGELO ville blanche chargée d'histoire et de spiritualité, MATERA cité fascinante, LECCE ville incroyablement baroque, OSTUNI : tout en blanc, et BARI capitale dynamique et populeuse : 12 jours d'itinérance, de découvertes et de randonnées entre nature, patrimoine et gastronomie à l'italienne !*

**LIEU :** Italie - POUILLES

**DATE :** du lundi 29 septembre au vendredi 10 octobre 2025

**DURÉE :** 12 jours et 11 nuits

**ENCADREMENT :** Guilhemette DHOYER accompagnatrice en montagne Tel : 06 64 43 28 00

**MAIL :** [sejours.atlas@gmail.com](mailto:sejours.atlas@gmail.com)

**NIVEAU :** MOYEN

**HÉBERGEMENT :** HOTEL \*\*\*\*, hôtel \*\*\*, auberge, agritourisme, refuge (en chambre partagée) Pour chambre single se renseigner auprès d'Atlas.

**GROUPE :** 7 à 12 personnes

**DEPART/ARRIVEE :** Lundi 29 septembre fin de journée à Bari (le lieu de rendez vous vous sera donné ultérieurement)  
Retour en France le vendredi 10 octobre 2025

**PORTAGE :** vos affaires et le pique-nique chaque jour.

**TARIF :** 2155€ tout compris par personne

<b>Le prix comprend</b>	<b>Le prix ne comprend pas</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- L'hébergement en pension complète</li> <li>- L'encadrement par 1 accompagnatrice en montagne diplômée d'état</li> <li>- <b>La pension complète</b> du jour 1 dîner, au jour 12, matin.</li> <li>- <b>tous les déplacements (en taxi et en train)</b></li> <li>- <b>le portage de vos sacs</b> du J2 au J8 (J9 à J12 nous voyageons en train avec nos bagages)</li> <li>- <b>toutes les entrées aux musées</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Le transport A/R entre votre domicile et le lieu de séjour</li> <li>- vol France Bari non inclus</li> <li>- Les boissons et les dépenses personnelles</li> <li>- l'entrée au SPA de l'Hotel à Monte san Angelo</li> <li>- le transport entre l'aéroport de Bari et l'hôtel</li> <li>- Les assurances annulation et rapatriement</li> </ul> <p>Tout ce qui n'est pas mentionné dans la rubrique « le prix comprend »</p>

## LES PLUS DE CE SEJOUR

Découverte du Parc National du Gargano et des plus belles villes des Pouilles.

## PROGRAMME DU SÉJOUR

### Lun. 29/09/25 RENDEZ-VOUS à BARI

L'adresse de l'hôtel vous sera communiquée en temps voulu  
Installation, présentation du programme du séjour, dîner, et nuit en hôtel

### Mar. 30/09/25 BARI - TERMOLI

Après avoir visité le matin les ruelles populeuses et tortueuses de la vieille ville, le port, les sanctuaires de Bari Vecchia, transfert en train de 2 heures pour TERMOLI. Flânons dans ce charmant petit port de pêche.. Baignade possible en bord de mer (sous votre propre responsabilité) Nuit en auberge.

### Mer. 01/10/25 LES ILES TREMITI

Journée marine aujourd'hui. Transfert en bateau (1heure 15) vers les îles TREMITI : archipel d'une beauté saisissante. Balade (2heures 30 de marche) visite de San Domino et San Nicola. Baignade possible en bord de mer (sous votre propre responsabilité). Fin de journée retour sur Termoli (en bateau) Deuxième nuit à l'auberge de Termoli.  
Si la météo ne nous permettait pas de prendre le bateau, une randonnée vous sera proposée en remplacement.

### Jeu. 02/10/25 REFUGE SFILZ

Transfert matinal en Taxi privé à Peschici. Nous quittons la côte nord du Gargano, pour entreprendre une magnifique traversée du Parc National du Gargano : oasis de nature préservée et sauvage ! Nuit en refuge. Vous retrouvez vos bagages.  
Dénivelé + 600 m - Temps de marche 4 heures - 12 km

### Ven. 03/10/25 SFILZI – FORESTA UMBRA – AGRITURISMO MONTE SACRO

Splendide journée de randonnée dans la hêtraie de Foresta Umbra. Accueil paysan et nuit en agriturismo  
Dénivelé + 400 m - Temps de marche : 5 heures 30 - 22 km

### Sam. 04/10/25 MONTE SACRO – MATTINATA

Découverte du haut pays, puis ascension facile de Monte Sacro (872m) où se dévoilent les ruines de L'Abbaye de la Sainte Trinité. Dans un paysage méditerranéen nous descendons vers la mer et la petite ville blanche Mattinata. Soirée et repas en hôtel. Baignade possible en bord de mer (sous votre propre responsabilité) Vous retrouvez vos bagages.  
Dénivelé - 300 m / - 900 m - Temps de marche : 5 heures – 15 km

### Dim. 05/10/25 MATTINATA – MONTE SARRACENO (260m) – MONTE SANT ANGELO (802m)

En matinée une jolie randonnée nous permet de découvrir les oliveraies, la baie de Mattinata et la nécropole de Monte Sarraceno : la vue s'étend sur tout le golfe de Manfredonia.  
Court transfert en taxi privé en début d'après midi vers Monte San Angelo. Découverte du sublime sanctuaire rupestre : centre vivace de l'archange St Michel, lieu chargé d'histoire et de spiritualité. Repas et nuit en hôtel. Vous retrouvez vos bagages.  
Dénivelé + 260 m / - 260 m - Temps de marche : 3 heures 30 – 8km

### **Lun. 06/10/25 MONTE SAN ANGELO – SANTA MARIA DI PULSANO - MATERA**

Dernière étape dans le Gargano : un plateau glabre semé de gros cailloux où survit une végétation rabougrie ! Dans la lumière éclatante surgit l'abbaye de St Maria di Pulsano, antique ermitage en équilibre sur les falaises.

Transfert en taxi privé de 4 heures pour Matera. Visite de la vieille ville. Repas en ville / nuit en appartement  
Dénivelé + 150 m / - 250 m - Temps de marche : 3 heures - 8 km

### **Mar. 07/10/25 MATERA – BARI**

La journée est consacrée à la sublime ville de MATERA : elle est au inscrite au patrimoine mondial de l'Unesco ! Visite des célèbres SASSI (quartiers troglodytes toujours habités), des églises rupestres, musées...  
Retour en train à Bari (1h40). Dîner en ville et nuit en hôtel.

### **Mer.08/10/25 BARI – LECCE**

Transfert matinal en Train de 1h 40 pour LECCE.

La ville de Lecce où la « Florence baroque » comme aiment l'appeler ses habitants vous séduira. Ses places, Ses palais, ses cathédrales baroques sont magnifiques ! Repas en ville et nuit en hotel.

### **Jeu. 09/10/25 LECCE – OSTUNI - BARI**

Nous reprenons le train ; en 50mn nous sommes à OSTUNI la « ville blanche » pour se restaurer et admirer.  
Retour en train sur BARI (50mn) pour une dernière soirée délicieuse dans ces merveilleuses Pouilles.

### **Ven.10/10/25 Retour en France**

*Ce programme est susceptible d'être modifié à tout moment par le professionnel encadrant en fonction des conditions climatiques, des aptitudes physiques et techniques des participants. Tous les dénivelés sont donnés à titre indicatif, ils seront plus ou moins atteints*

### **RENDEZ-VOUS, DISPERSION, REJOINDRE LE POINT DE DEPART**

RENDEZ VOUS Lundi 29 septembre 2025 fin de journée à Bari à l'hôtel ZODIACUS RESIDENCE

SEPARATION même lieu Vendredi 10 octobre 2025 après le petit déjeuner.

#### **Pour venir à BARI / Aéroport BARI PALESE**

De nombreuses compagnies desservent BARI (Air France, Volotéa, Ryanair, ITA Airways...etc)

Entre l'aéroport et le centre de la ville : train (le plus facile et le moins cher) , Bus ou taxi

Vous recevrez tous les détails en temps voulu.

#### **PAR ROUTE**

C'est un peu long ....Il y a des autoroutes payantes : du sud de le France : arriver soit à GENES (puis Florence, Rome, Naples et enfin Bari)

Du nord de la France : arriver par Turin, Milan, Bologne, Ancône et enfin Bari.

#### **PAR TRAIN**

Vous devez arriver a Bari Centrale.

TRENITALIA propose de nombreuses solutions , entre autre un train de nuit qui part de Turin le soir et arrive le matin à Bari Centrale.

### **L'EQUIPEMENT**

- Sac à dos de contenance 30 litres + « sur sac » de protection
- 2 Tee-shirts manches courtes, respirant ou Mérinos
- 1 Couche intermédiaire pour apporter de la chaleur type fibre polaire.
- 1 Veste imperméable type Goretex idéale pour protéger du vent.
- 1 Doudoune légère
- Un gilet sans manche
- Un short + un pantalon de marche
- Une tenue confortable pour le soir
- Chaussures de randonnée hautes ou basses (mais avec une bonne semelle)
- Une paire de tongs, ou sandales ou baskets
- Casquette ou chapeau
- Bâtons de marche

- Lunette de soleil. Crème solaire,
- Gourde 1 litre minimum
- Une petite boîte style « Tupperware » pour les pic nic
- Maillot de bain et serviette de bain
- Pharmacie personnelle + ordonnance s'il y a lieu
- Couteau (en soute si vous prenez l'avion) et cuillère
- Papiers d'identité + argent et CB (dans une pochette étanche)
- Voyagez LEGER nous allons prendre de nombreux transports en commun ....

#### FORMALITE

- Passeport ou carte d'identité en cours de validité + carte sécurité sociale européenne.
- RC : Chaque participant doit être couvert en Responsabilité civile (dans le cadre d'une activité randonnée à titre de loisirs)

#### REGIMES ALIMENTAIRES ET SANTÉ

Il est de votre responsabilité de nous fournir tous renseignements concernant votre santé pouvant avoir une influence sur le déroulement et la conduite du séjour du séjour. Merci de nous communiquer vos régimes particuliers.

#### ASSURANCE ET ANNULATION

Il est indispensable pour participer à nos séjours d'être assuré en responsabilité civile personnelle, par ailleurs vous devez être assurés pour l'assistance et le secours en cours de séjour, l'assurance annulation est fortement conseillée en cas d'annulation de votre séjour pour une cause qui serait de votre fait.

Si ce n'est pas le cas, ATLAS est en mesure de vous proposer des assurances aux conditions suivantes :

#### CONTRATS ASSURANCES

**Assistance rapatriement - frais de secours : 1 %** du prix du séjour

**Annulation + bagages : 2, 8 %** du prix du séjour

Extrait de nos contrats d'assurances à consulter sur notre site internet. Aucune modification ne sera possible une fois l'assurance souscrite. Si le participant ne désire pas souscrire à notre assurance rapatriement - secours et recherche, nous lui demanderons de nous communiquer une attestation de sa propre assurance Rapatriement.

#### LITIGE – MEDIATION DE LA CONSOMMATION

*En cas de litige entre le Client et l'entreprise, ceux-ci s'efforceront de le résoudre à l'amiable (le Client adressera une réclamation écrite auprès du professionnel ou, le cas échéant, auprès du Service Relations Clientèle du professionnel). A défaut d'accord amiable ou en l'absence de réponse du professionnel dans un délai raisonnable d'un (1) mois, le Client consommateur au sens de l'article L.133-4 du code de la consommation a la possibilité de saisir gratuitement, si un désaccord subsiste, le médiateur compétent inscrit sur la liste des médiateurs établie par la Commission d'évaluation et de contrôle de la médiation de la consommation en application de l'article L.615-1 du code de la consommation, à savoir : La Société Médiation Professionnelle [www.mediateurconsommation-smp.fr](http://www.mediateurconsommation-smp.fr) 24 rue Albert de Mun - 33000 Bordeaux*

