

## LE MOLISE

*Une région méconnue*

**Du samedi 9 au samedi 16 juin 2018**

**792 € / 2 chaussures**

**Accompagnatrice : Andrée Houmard-Letendre**

**Durée du séjour :** 8 jours et 7 nuits

**Voyage :** vol aller-retour Paris-Naples, puis autocar

**Hébergement :** demi-pension en hôtel (Capracotta, Agnone et Larino)

**Temps de marche :** 4 à 7 heures par jour, pauses comprises

**Niveau :** 2 chaussures (ne requiert pas une préparation de spécialiste mais demande une bonne condition physique) ; plus difficile le 6ème jour

### PROGRAMME DE LA SEMAINE :

**ATTENTION :** ce programme peut être modifié sans préavis en fonction des conditions météorologiques ; cela peut entraîner des frais supplémentaires ; autant que possible, l'ensemble du programme est respecté et toutes les visites prévues sont effectuées.

#### **1er jour : bienvenue dans le Molise !**

Arrivée à l'aéroport de Naples et rencontre avec le guide. Transfert à Capracotta (environ 1h30), la commune la plus élevée du Molise (1421 m). Installation à l'hôtel pour le dîner et la nuit.

#### **2ème jour : Vastogirardi - Capracotta**

Transfert de 30 minutes à Vastogirardi. Après la visite du château et du bourg, nous nous rendrons au lieu-dit Sant'Angelo où se trouvent les vestiges d'un temple italique du II<sup>ème</sup> siècle avant J.-C. et d'où part le sentier. Nous commencerons notre ascension du mont Capraro jusqu'à la cime (1736 m). Le retour se fera par un autre versant, en suivant d'abord la piste de ski alpin jusqu'à un croisement avec un sentier qui nous mènera directement à l'hôtel. Excursion de 11,5 kilomètres en 6 heures. Dénivelé : 840 mètres en montée, 450 mètres en descente. Dîner et nuit à Capracotta.

#### **3ème jour : Capracotta – San Pietro Avellana**

Randonnée au départ de Capracotta le long d'un sentier panoramique qui passe par un des principaux sommets du haut Molise. De là nous descendrons progressivement jusqu'à Vastogirardi, village de montagne situé à 1200 mètres d'altitude. Nous ferons une halte pour visiter le site archéologique du temple italique et le bourg médiéval. La pause pique-nique sera agrémentée d'une dégustation à la fromagerie locale. Nous reprendrons ensuite notre parcours vers le Tratturo Celano-Foggia dont les pistes herbeuses nous conduiront au cœur de la MAB (Man And Biosphere), à San Pietro Avellana, où nous visiterons la réserve naturelle et le musée. Ensuite, transfert de 25 minutes à Capracotta. Excursion de 18 kilomètres en 6h50. Dénivelé : 450 mètres en montée. Dîner et nuit à Capracotta.

#### **4ème jour : Capracotta - Agnone**

Départ à pied de l'hôtel pour rejoindre la chapelle de Santa Lucia située un peu à l'extérieur du village au pied du Monte Campo. La chapelle jouxte un intéressant jardin de la flore apennine que nous visiterons. Puis nous entamerons la belle ascension du Monte Campo sur un chemin de campagne jusqu'à 1750 mètres d'altitude environ d'où nous aurons une vue spectaculaire sur la Majella et la mer Adriatique. Nous suivrons la ligne de crête jusqu'à Guado Liscia où nous pique-niquerons. Après la pause repas, nous continuerons sur le sentier jusqu'au Monte Castelbarone pour ensuite redescendre et traverser un beau paysage rural typique de la région, jusqu'à la commune

d'Agnone (830 m), célèbre pour sa fonderie de cloches. Excursion de 13 kilomètres en 5h30. Dénivelé : 600 mètres en montée, 850 mètres en descente. Dîner et nuit à Agnone.

#### **5ème jour : Agnone - Pietrabbondante**

Transfert de 30 minutes à Pietrabbondante (1027 m), petit bourg caractéristique enchâssé entre d'énormes rochers dénommés *Morge* et réputé pour son site archéologique, le plus important de l'aire samnite, qui abrite un théâtre-temple du II<sup>ème</sup> siècle avant J.-C. Après la visite du site, nous poursuivrons jusqu'à Molino Scatozza (550 m). Ensuite, nous retournerons à Agnone (environ 30 minutes) pour la visite du centre historique. Excursion de 11 kilomètres en 3 heures. Dénivelé : 100 mètres en montée, 600 mètres en descente. Dîner et nuit à Agnone.

#### **6ème jour : Casacalenda - Larino**

Transfert d'environ 90 minutes à Casacalenda. Randonnée au départ de Casacalenda le long de la splendide vallée du Cygne qui traverse des aires rurales, des zones de maquis méditerranéen et des bois de chênes. Nous arriverons à la partie médiévale de Larino, cité au riche et glorieux passé historique. Bref transfert à Larino centre pour installation à l'hôtel. Excursion de 18 kilomètres en 7 heures. Dénivelé : 695 mètres en montée. Difficulté moyenne. Dîner et nuit à Larino.

#### **7ème jour : de Larino à San Martino in Pensilis**

Excursion au départ de Larino le long d'un tronçon larinois de la *Francigena* qui nous amènera au chemin Sant'Andrea-Biferno d'où nous rejoindrons, en longeant presque toujours le torrent Cigno, San Martino in Pensilis, pays de la *Pampanella*, produit régional typique à base de viande de porc. Transfert de 20 minutes à Larino. Excursion de 14 kilomètres en 4 heures. Dénivelé : 350 mètres en montée. Parcours facile. Dîner et nuit à Larino.

#### **8ème jour : départ pour Paris**

Départ pour l'aéroport de Naples (environ 2h30).

**Le programme des 1<sup>er</sup> et 8<sup>ème</sup> jours dépend des horaires de vol.**

**Ce qu'il faut apporter (indispensable) :** chaussures de randonnée, sac à dos d'environ 30 litres pour la journée, trousse de premiers soins personnelle, gourde d'au moins un litre, vêtement de pluie et/ou parapluie pliable, veste chaude, bonnet et gants pour les sommets.

**Prix : 792 €, payables à l'agence VILLEPARISIS VOYAGES, pour un minimum de 12 participants.**

**Ce prix comprend :** l'hébergement demi-pension en chambres de deux ou trois personnes ; les repas (vin et eau compris), du dîner du premier jour au petit-déjeuner du dernier jour, y compris les pique-niques ; les dégustations de produits régionaux ; le transfert entre l'aéroport ou la gare et le lieu de départ ou d'arrivée de la randonnée ; le transport des personnes sur place pendant tout le séjour (en randonnée, on ne porte que les affaires utiles pour la journée) ; la rémunération du guide officiel local et de l'accompagnateur Naturaliter ; la TVA italienne et les frais d'agence.

**Il ne comprend pas :** le voyage aller-retour en avion entre Paris et Pescara ; le voyage en train entre Termoli et Pescara (8<sup>ème</sup> jour) ; le déjeuner des premier et dernier jours ; les boissons et nourriture hors repas ; le supplément en chambre individuelle (attribuée exceptionnellement) ; la taxe de séjour en hôtel (un Euro par personne et par nuit) ; les éventuelles entrées dans les musées, monuments, sites archéologiques, etc. ; l'assurance personnelle des participants ; tout ce qui n'est pas inclus dans "Ce prix comprend".

**Les participants sont assurés par Passeggiate.**