

ESPAGNE

# Sur les sentiers de Tenerife et de la Gomera

- La Gomera, sa faune et flore endémique, classée Réserve de la Biosphère.
- Tenerife, ses contrastes et le volcan du Teide.
- L'accueil par notre équipe francophone à Ténérife.

À PARTIR DE

**640 €**

DURÉE

8 jours

TYPE

Voyage en liberté

NIVEAU



THÉMATIQUE

Randonnée

Tout proche des côtes marocaines, l'archipel des Canaries jouit d'un climat exceptionnel et d'une situation géographique idéale. A seulement quelques heures de Paris, vous découvrez alors un terrain de jeu véritable pour tous les amateurs de la randonnée. Partez à la découverte de Tenerife, dominé en son centre par le Teide, et la calme et paisible Gomera.

Ce voyage combine deux des plus belles îles des Canaries, à 45 minutes de ferry l'une de l'autre.

Vous récupérez votre voiture de location dès votre arrivée à Tenerife et ensuite jouissez d'une véritable liberté par le biais de notre menu de rando à la carte. Parmi toutes ces possibilités, le parc national du Teide et la possibilité de faire l'ascension du point culminant d'Espagne: le Teide (en option). Après avoir arpentré les sentiers de Tenerife, vous voilà embarqués pour La Gomera, toute proche et pourtant si différente. Laissez-vous charmer, découvrez le parc national de Garajonay et la douceur de vivre des îliens. C'est sans nul doute un des circuits vous donnant une très belle première approche de l'archipel.



# Itinéraire

## JOUR 1

### Ténérife - Guimar

TRANSPORT : VÉHICULE DE LOCATION | HÉBERGEMENT : HÔTEL RURAL | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Arrivée à l'aéroport de Ténérife, prise en charge de votre voiture de location et route vers votre hébergement à Guimar. Installation pour 3 nuits.

## JOUR 2

### Icod de Los Vinos - Guimar

TRANSPORT : VÉHICULE DE LOCATION | MARCHE : 4H30 | DÉNIVELÉ POSITIF : 473 M |  
DÉNIVELÉ NÉGATIF : 476 M | HÉBERGEMENT : HÔTEL RURAL | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Au dessus d'Icod de Los Vinos, au pied du dernier volcan de Tenerife, vous attend un spectacle de toute beauté. Randonnée au cœur d'un paysage volcanique récent, contrastant avec le vert tendre des pins canariens.

## JOUR 3

### Le parc national du Teide - Guimar

TRANSPORT : VÉHICULE DE LOCATION | MARCHE : 3H | DÉNIVELÉ POSITIF : 385 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 385 M |  
HÉBERGEMENT : HÔTEL RURAL OU REFUGE | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Au programme de cette journée, paysage lunaire où domine l'imposant et majestueux Teide (3718m). Le sentier conduit sur la «Fortaleza», une montagne plate, formation géologique particulière, qui offrira de magnifiques vues sur le Teide.

Ascension du Teide (option) à la journée ou nuit au refuge (fermé en ce moment)

Ascension du plus haut sommet d'Espagne (3718m), expérience magique au lever de soleil.

Dénivelé + 1350m / - 1350m.

Possibilité d'utiliser un téléphérique (supplément).

## ○ JOUR 4

# ***Le parc naturel de Teno - Port Los Cristianos - Gomera - Hermigua***

TRANSPORT : BATEAU, VÉHICULE DE LOCATION (0H45) | MARCHE : 5H | DÉNIVELÉ POSITIF : 550 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 550 M | HÉBERGEMENT : APPARTEMENT | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Randonnée à la découverte d'un des plus anciens massifs de Tenerife. Ce parc naturel protégé à tout pour vous séduire : petits hameaux isolés, plateaux accueillants les chèvres pour le pâturage, végétation et micro-climats variant tout au long de l'étape. Vers 18h, vous vous rendez au port et prenez le ferry entre Tenerife et La Gomera (45 minutes). Route pour Hermigua, votre nouveau point de chute!

## ○ JOUR 5

# ***Parc nature de Majona - Plage Caleta - Hermigua***

TRANSPORT : VÉHICULE DE LOCATION | MARCHE : 3H-4H | DÉNIVELÉ POSITIF : 375 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 375 M | HÉBERGEMENT : APPARTEMENT | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Cette randonnée circulaire est une excellente mise en jambes pour le premier jour. La journée vous permettra de découvrir le parc naturel de Majona, ses petites maisons isolées, ses anciennes terrasses cultivées et la plage de la Caleta.

## ○ JOUR 6

# ***Parc national de Garajonay - Hermigua***

TRANSPORT : VÉHICULE DE LOCATION | MARCHE : 5H | DÉNIVELÉ POSITIF : 589 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 589 M | HÉBERGEMENT : APPARTEMENT | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Randonnée circulaire proche du logement, qui vous permettra de découvrir le fameux Parc national de Garajonay qui abrite une des plus belles laurisilva au monde (forêt primaire de lauriers et bruyères arborescentes). Bien que sportive par moment, c'est une journée qui a tout pour plaire !

## JOUR 7

# **Excursion baleines ou randonnée - Port San Sebastian - Tenerife Sud**

TRANSPORT : BATEAU, VÉHICULE DE LOCATION (0H45) | MARCHE : 3H | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 550 M |

HÉBERGEMENT : APPARTEMENT | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Cette activité est en option (à réserver et à payer sur place - compter 60 euros environ par personne). Quel est un des meilleurs moyens pour découvrir une île ? Depuis la mer, bien sûr ! Nous vous conseillons une magnifique excursion, au bord du bateau d'excursion TINA afin de découvrir les côtes abruptes du sud et de l'ouest de la Gomera, également Valle Gran Rey, tout en pouvant rencontrer des baleines pilotes et/ou dauphins en cours de traversée !!!

Autre option pour cette dernière journée sur la Gomera : partez en direction de Alajero. Une excursion parmi les plus belles de la Gomera, vous offrant des paysages à couper le souffle, des sentiers empierrés vous conduisant au paisible hameau d'Imada, perché dans la montagne. Une étape incontournable dans votre voyage sur La Gomera.

En fin d'après-midi, vous vous rendez au port de La Gomera et prenez le ferry entre La Gomera et Ténérife (environ 45 minute de traversée).

NB : une petite partie du chemin à emprunter pour effectuer cette jolie boucle Alajero - Imada s'est effondrée, le rendant impraticable en ce moment. En remplacement pour le moment, nous proposons une randonnée dans la spectaculaire vallée de Benchijigua. L'espace protégé de Benchijigua est connu pour ses paysages de grande beauté, mais aussi pour sa richesse botanique. Ce ravin, au début très large, offre de splendides vues sur le « Roque de Agando », piton phonolitique emblématique du parc national. Puis, petit à petit, le ravin se resserre en un superbe canyon. En chemin, vous découvrez un charmant petit village, aujourd'hui abandonné, avec son église dédiée à San Juan, son aire de battage, son moulin.

## o

## JOUR 8

# **Ténérife Sud - aéroport**

HÉBERGEMENT : VÉHICULE DE LOCATION | PETIT-DÉJEUNER : LIBRE | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Selon l'heure de votre vol, vous vous rendez à l'aéroport pour rendre votre voiture de location.

# Budget

(informations au 17/12/2025)

PÉRIODE RÉALISABLE : JANVIER À DÉCEMBRE

## PRIX A PARTIR DE, DES 01/01/2025

### Haute saison

**Du 08 janvier au 31 mars**

**Du 1er novembre au 20 décembre**

Base 2 personnes : 915 € par personne

Base 3 personnes : 950 € par personne

Base 4 personnes : 745 € par personne

### Basse saison

**Du 1er avril au 12 avril**

**Du 21 avril au 30 octobre**

Base 2 personnes : 785 € par personne

Base 3 personnes : 830 € par personne

Base 4 personnes : 670 € par personne

### **SEMAINE NOËL/NOUVEL AN ET SEMAINE SAINTE (du 21 décembre au 07 janvier et du 13 au 20 avril)**

Nous consulter (pour tarifs et disponibilités).

\*prix sous réserve de disponibilité au moment de votre réservation.

## LE PRIX COMPREND

- 7 nuits dont:
  - \* 4 nuits sur Tenerife,
  - \* 3 nuits sur La Gomera
- La location de voiture depuis Tenerife, assurance tout-risque incluse.
- Les traversées en ferry Tenerife/La Gomera aller J4 et retour J7 pour les piétons et la voiture.
- Un carnet de route numérique.
- Ticket d'entrée pour le parc du Teide à réserver en avance sur [ce site](#)

## LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le transport international
- Les taxes aériennes
- Eco participation à la contribution carbone volontaire de votre voyage 8 euros par personne si vous réservez les vols avec nous.

### À payer sur place :

- Les repas non mentionnés (comptez 20€ pour un menu complet et 8€ pour le petit-déjeuner par jour et par personne)
- Les boissons et dépenses personnelles.
- Le carburant
- Les entrées de sites

## ASSURANCES AU CHOIX

- **Assurance multirisque** : 4,3 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque premium (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.)** : 5 % du voyage par personne

Pour ce voyage, nous vous recommandons notre assurance multirisque, spécialement étudiée pour le voyage d'aventure.

## **OPTIONS**

### **Ténérife Nord**

- Nuit supplémentaire en hôtel chambre double avec petit déjeuner: à partir de 95 euros/personne
- Nuit supplémentaire en hôtel chambre individuelle avec petit déjeuner: à partir de 160 euros/personne.

### **La Gomera**

- Nuit supplémentaire en appartement double sans petit déjeuner: à partir de 85 euros/personne
- Nuit supplémentaire en appartement individuel sans petit déjeuner: à partir de 140 euros/personne.

### **Ascension du Teide en option**

- Marche : 6h-7h Dénivelé positif : 1200 m Dénivelé négatif : 1200 m Altitude max : 3715 m
- Option de prendre un guide à la journée pour l'ascension (Prix base 2 personnes : 215 euros par personne)
- 2 options pour la descente :
  - Par le téléphérique (34 euros par personne)
  - A pied
- L'ascension et la redescente peuvent se faire dans la journée :
  - Soit en partant très tôt le matin avec un guide pour profiter au sommet du magnifique lever de soleil sur tout l'archipel
  - Soit en partant en début de matinée si vous souhaitez le faire en toute autonomie et retour en fin de journée



# **Détail du voyage**

---

## **NIVEAU**

Ce circuit est de niveau facile et accessible, de fait, au plus grand nombre.

Cependant, nous vous mettons à disposition un roadbook contenant 6 randonnées de niveau FACILE et 6 randonnées de niveau MODÉRÉ, pour Tenerife et La Gomera, vous permettant ainsi de densifier votre voyage si vous le souhaitez.

## **ENCADREMENT**

Séjour sans accompagnateur avec un carnet de route numérique (remis avant départ).

Téléchargez l'application Altaï Roadbook sur votre Smartphone. Simple d'utilisation, elle vous géolocalise et vous guide en temps réel sur le terrain. Une fois le parcours téléchargé, cette application fonctionne sous le mode avion de votre téléphone (hors ligne). Vous y retrouvez aussi toutes les informations nécessaires au bon déroulement du voyage (les bons d'échange de vos hébergements et/ou transferts, les points d'intérêts à découvrir tout au long de votre randonnée, les informations pratiques...).

## **ALIMENTATION**

Les repas du midi et du soir sont à votre charge (ainsi que le petit-déjeuner du J8).

Les boissons sont à votre charge.

## **HÉBERGEMENT**

### **TENERIFE**

Du J1 au J3: 3 nuits en hôtel rural à Guimar.

Chambre double, triple ou individuelle (sur demande).

La dernière nuit le jour 7 se passe aussi à El Medano.

### **LA GOMERA**

Du J4 au J6: Hermigua: il s'agit de studio composé d'une chambre double avec TV, table à manger, cuisine et salle de bain avec douche ou petite baignoire. L'hébergement compte également une piscine extérieure, utilisable toute l'année.

Les Canaries étant une destination de plus en plus prisée, il est important de prendre en considération les points suivants:

- A plus de 6 mois du départ, vous avez une forte probabilité de voir confirmer votre demande de réservation au refuge, à la date que vous sollicitez
- Entre 6 mois et 2 mois avant le départ: nous ne pouvons garantir la disponibilité sur une date fixe que vous solliciteriez mais avons de grandes chances de trouver de la disponibilité sur un des jours de votre semaine de vacances
- A moins de 2 mois du départ: il sera très compliqué de trouver un lit disponible sur n'importe quel jour de votre semaine de vacances.

## **HEURE ET LIEU DE RENDEZ-VOUS**

A l'aéroport de Tenerife, J01 afin de récupérer votre voiture de location.

## **DISPERSION**

A l'aéroport de Tenerife, J08 afin de rendre votre voiture de location.

## **SE LOGER AVANT OU APRÈS LE CIRCUIT**

Nuits supplémentaires, consulter l'onglet prix-option.

## **PARKING PENDANT LE CIRCUIT**

La voiture de location est un gage de liberté sur ce genre de destination. Aucun problème de parking sur l'île !

## DÉPLACEMENT

Les traversées bateaux suivantes sont incluses:

\* Ténérife-La Gomera (véhicule inclus) J04

\* La Gomera-Ténérife (véhicule inclus) J07

La location du véhicule sur 7 jours comprend l'assurance CDW et le kilométrage illimité depuis l'aéroport de Ténérife J01 jusqu'à l'aéroport de Ténérife J08.

Pour information, ci-dessous les catégories de voiture que nous utilisons selon le nombre de personnes:

2-3 pers. : 1 voiture catégorie A type POLO, OPEL CORSA

4-5 pers. : 1 voiture catégorie B type PARTNER, CADDY

Attention, les loueurs de voiture confirment les catégories mais en aucun cas ne peuvent confirmer le modèle de la voiture.

\* CDW: couvre les dommages matériels liés à un accident fautif, les dommages sur un parking et le délit de fuite de la partie adverse

\* TP: permet de réduire la responsabilité du client à hauteur d'une franchise (selon la catégorie de véhicule) en cas de vol du véhicule

\* PAI: couvre les frais médicaux en cas d'accident et indemnise en cas de décès ou d'invalidité. Vous pourrez donc partir en toute sécurité à bord de votre véhicule, tous les passagers y compris le conducteur seront protégés

## ATTENTION

**Au moment de la prise en charge du véhicule, il vous sera demandé le permis de conduire au nom du conducteur et une carte bancaire au nom du conducteur. Il est nécessaire que ce soit une carte bancaire de CREDIT (mention « crédit » et non « débit » sur la carte). Pensez à bien vérifier auprès de votre banque avant votre départ!**

Aussi, si vous ne récupérez pas votre voiture dans les heures qui suivent l'heure prévue (généralement sous 6 heures), le loueur se réserve le droit de livrer votre voiture à un autre client.

Suivant vos horaires d'avion, une journée supplémentaire peut vous être facturée sur place par le loueur si vous dépassez cette durée de 7 jours (par tranche horaire de 24h).

Vous devez également rendre le véhicule avec le plein de carburant.

## BUDGET & CHANGE

L'unité monétaire est L'Euro. Pensez au petit budget dont vous aurez besoin pour les boissons et quelques repas libres.

# **Equipement**

---

## **VÊTEMENTS À PRÉVOIR**

Les vêtements, des pieds à la tête :

- Chaussures de randonnée. Ce sont les meilleures amies du randonneur. Elles doivent réunir trois qualités : solidité, bonne tenue du pied et de la cheville (tiges hautes) et imperméabilité. Choisissez des chaussures à semelles antidérapantes et relativement rigides type "Vibram",
- Chaussures légères (tennis ou sandales) pour enfiler le soir dans les villes et villages.
- Chaussures de baignade,
- Sous vêtements. C'est la première isolation que vous aurez, soignez la ! Des fibres techniques fines, comme la Carline ou la Polartec, sont très efficaces, chaudes, souples, confortables et légères. Elles sèchent très rapidement,
- Pantalons de randonnée,
- Shorts,
- Vests polaires. Ces dernières sont résistantes, chaudes, légères et sèchent rapidement. Les plus adaptées, bien connues des montagnards, sont les fibres Polartec, Carline et Ulfrotté.
- Tee-shirts (techniques de préférence),
- Cape de pluie ou veste imperméable type Gore-tex,
- Chapeau,
- Paire de gants et bonnet,
- Maillot de bain et serviette de bain,

## EQUIPEMENT À PRÉVOIR

- Pochette à mettre autour du cou ou en ceinture pour votre passeport et/ou votre carte d'identité, votre permis de conduire, votre carnet de vaccination, votre carte européenne d'assurance maladie, votre dépliant assurance voyage, vos devises, votre carte de crédit et vos papiers personnels.
  - Boîte en plastique de taille moyenne avec couverts en plastique si vous souhaitez vous préparer certains repas.
  - Sacs plastiques pour garantir l'étanchéité de vos affaires, appareils photos et vêtements.
  - Sac à linge sale,
  - Serviettes humidifiées type "Calinette" pour la toilette quand l'eau est trop froide ou inaccessible,
  - Boules Quiés, toujours utiles!
  - Bloc notes et stylo, livre, jeu de carte
  - Bâtons de marche ( facultatifs). Ils sont d'une aide précieuse pour économiser vos genoux à la descente (jusqu'à 30% de votre poids + celui de votre sac sont supportés par les bâtons) et soutenir votre effort à la montée (les bras aident en plus des jambes).
  - Paire de jumelles,
  - Appareil photos,
  - Téléphone portable,
- 
- Trousse de toilette,
  - Paire de lunettes de soleil,
  - Crème de protection solaire (visage et lèvre),
  - Lampe de poche ou frontale avec piles de rechange,
  - Gourde de 1.5 litres minimum, légère et isotherme. Vous pouvez prévoir également une poche à eau de 2 litres. Cette dernière a l'avantage de permettre une consommation directe grâce à sa pipette. Vous n'êtes donc pas obligé de tomber le sac à dos pour saisir la gourde. Ainsi vous buvez plus régulièrement et en petite quantité ce qui est conseillé pour une bonne hydratation,

Astuce : avoir deux récipients permet de consommer l'un pendant que l'autre est en cours de traitement,

- Couteau de poche, multi-usages de préférence (à mettre en soute si vous prenez l'avion),
- Papier hygiénique,
- Gel hygiénique,

Remarque : pas besoin du sac de couchage pour le refuge du teide, un simple drap de sac suffit car les couvertures sont fournies.

## **BAGAGES**

L'ensemble de vos bagages doit être réparti dans deux sacs :

- Un sac de voyage souple avec fermeture éclair latérale donnant plus facilement accès à son contenu type sac marin 80 litres environ et de 15 Kg maximum.
- Un petit sac à dos d'une contenance d'environ 30 litres pour vos affaires de la journée : polaire, tee-shirt de rechange, gourde, lunettes, appareil photo, jumelles, petit matériel...

Attention, certains pays interdisent l'importation et l'utilisation des cigarettes électroniques, nous vous recommandons donc vivement de vous renseigner auprès des autorités compétentes (MAE, ambassade, consulat) avant votre départ.

## **PHARMACIE**

Il est recommandé de constituer votre propre trousse à pharmacie : crème solaire hydratante corps et lèvres, élastoplast et ciseaux, vitamines C, collyre, doliprane et/ou aspirine, antidiarrhéique et antiseptique intestinal (immodium, intetrix), pommade cicatrisante et antiseptique local, antibiotique courant (facultatif).

Pensez également à votre traitement en cours.

Pensez à votre carte vitale.

Si vous avez choisi de monter au Teide, merci de prendre note que vous évoluez dans un milieu considéré comme Haute Montagne. Selon les conditions météorologiques, l'accès au sommet tout comme au refuge peuvent être fermés sans préavis.

# **Formalités & santé**

## **PASSEPORT**

Oui en cours de validité.

En plus de votre passeport ou de votre CNI, nous vous conseillons de voyager avec une photocopie en permanence sur vous (la double page où figure la photo), qui vous dépannera en cas de perte ou de vol de l'original.

A partir du 15 janvier 2017, un enfant qui voyage à l'étranger sans être accompagné de l'un de ses parents doit présenter les 3 documents suivants :

- Pièce d'identité valide du mineur : carte d'identité ou passeport + visa éventuel en fonction des exigences du pays de destination (à vérifier en consultant les fiches pays du site diplomatie.gouv.fr )
- Photocopie du titre d'identité valide du parent signataire : carte d'identité ou passeport
- Formulaire d'autorisation de sortie du territoire signé par l'un des parents titulaire de l'autorité parentale.

NB : cette autorisation peut être requise par certains pays lorsque l'enfant mineur voyage avec un seul de ses parents (par exemple : Algérie, Maroc, Suisse : à vérifier en consultant les fiches pays du site diplomatie.gouv.fr

## **VISA**

Non

## **CARTE D'IDENTITÉ**

Oui en cours de validité.

À compter du 1er janvier 2014, la durée de validité des cartes nationales d'identité (CNI) délivrées aux personnes majeures passera de 10 à 15 ans. Attention, cette prolongation ne concerne pas les CNI délivrées aux mineurs qui resteront toujours valables 10 ans. Un décret vient en effet d'être publié en ce sens au Journal officiel du vendredi 20 décembre 2013. Cet allongement de 5 ans concernera à la fois : les nouvelles CNI délivrées à partir du 1er janvier 2014, les CNI délivrées entre le 2 janvier 2004 et le 31 décembre 2013. Pour les CNI délivrées entre le 2 janvier 2004 et le 31 décembre 2013, cette prolongation de 5 ans n'impliquera aucune démarche particulière de la part des usagers, la date de validité inscrite sur le titre n'étant pas modifiée. Pour chaque pays acceptant la carte nationale d'identité comme document de voyage, le ministère de l'intérieur propose une fiche d'information traduite.

<http://www.interieur.gouv.fr/Actualites/L-actu-du-Ministere/Duree-de-validite-de-la-CNI>

## **VACCINS**

Depuis la pandémie, la plupart des pays n'accueillent que des personnes vaccinées contre la COVID, pensez à vous informer régulièrement sur les conditions sanitaires, et gardez en tête qu'elles sont évolutives.

## **RECOMMANDATIONS SANITAIRES**

Les obligations sanitaires de chaque pays face à la pandémie évoluent fréquemment, il est important et de votre responsabilité de les consulter jusqu'au jour de votre départ sur le site du ministère des affaires étrangères, rubrique "Conseil aux voyageurs