



BUREAU MONTAGNE
L'EYSSINA

ACCOMPAGNATEURS EN MONTAGNE

Porquerolles et Port Cros

Les îles d'Hyères et la presqu'île de Giens

Séjour de 3 Jours, 2 Nuits, 3 jours de Marche

Du 7 au 9 avril 2026

Trois journées de randonnées faciles en bord de mer autour de la presqu'île de Giens et de l'île de Porquerolles et de Port Cros. Ces deux îles sont protégées par un parc national

Programme

Rendez-vous :

Embrun à 7h00 le jour 1 à l'aire de covoitage du rond point des Orres

Jour 1 : La Presqu'île de Giens

Accueil à Embrun, trajet en minibus pour la presqu'île de Giens via Aix en Provence par l'autoroute (Environ 3 h 30 de route). Tour de la presqu'île de Giens depuis la Madrague par la pointe des Chevaliers, la Pointe des Salis, La Pointe du Rabat et la plage des Darboussières

Dénivelé positif : 475 m, altitude Max : 95 m, distance parcourue : 10 Km, temps de marche : 5h30.

Hébergement : Hôtel BnB ** à Hyères

Repas compris : Repas du soir en restaurant à Hyères



06 70 97 01 66



eyssina.rando@gmail.com



44 chemin des Pensions, La Gardiole, 05200 Saint André d'Embrun



www.eyssinarando.fr



Jour 2 : Porquerolles

Traversée en bateau pour l'île de Porquerolles (environ 30 min) depuis la Tour Fondue, nous ferons le tour de la partie ouest de l'île par le Fort du Langoustier, la Calanque du Brégançonet, le Phare de Porquerolles et Cale longue. Retour à l'hébergement.

Dénivelé positif : 450 m. Altitude Max : 107 m.

Distance parcourue : 17 Km. temps de marche : 6h00.

Hébergement : Hôtel BnB ** à Hyères

Repas compris : Repas du soir en restaurant à Hyères



Jour 3 : Port Cros

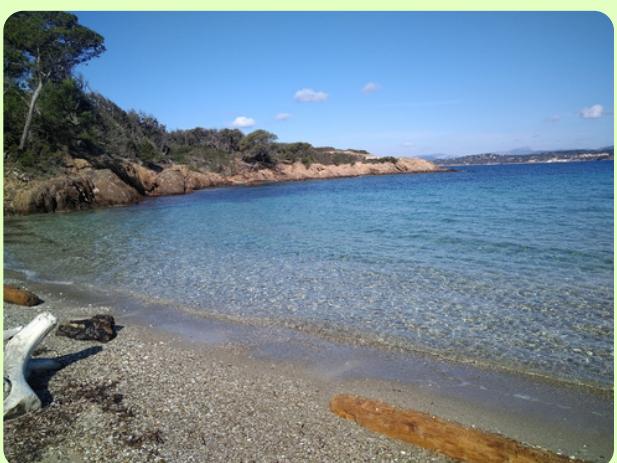
Bateau pour Port Cros, depuis le port d'Hyères (environ 1 h de traversée), Tour de l'île, plus sauvage est moins fréquentée que Porquerolles, par le port de Man, le Fortin de la Vigie et le Mont Vinaigre

Retour en bateau à Hyères puis retour sur Embrun en minibus

Dénivelé positif : 500 m. Altitude Max : 200 m.

Distance parcourue : 12 Km. Temps de marche : 5h00.

Repas compris : Petit déjeuner à l'hôtel.



Ce programme peut être modifié à tout moment par le professionnel encadrant en fonction des conditions climatiques, de la fermeture des massifs forestiers, des conditions de navigations pour les traversée en bateau, des aptitudes physiques et techniques des participants et de la disponibilité des hébergements ou tout autre événement inattendu. En dernier ressort, il reste seul juge du programme.



06 70 97 01 66



eyssina.rando@gmail.com



www.eyssinarando.fr



44 chemin des Pensions, La Gardiole, 05200 Saint André d'Embrun



Accueil

À Embrun à 7h00 le jour 1 à l'aire de covoiturage du rond point des Orres

Dispersion

À Embrun vers 20h00 le jour 3 à l'aire de covoiturage du rond point des Orres

Encadrement

MARGAILLAN José, Accompagnateur en Montagne Diplôme d'état

N° de téléphone : 06 70 97 01 66

Adresse mail : eyssina.rando@gmail.com

Nombre de participants

Nombre de participants minimum : 6 personnes, Nombre de participants maximum : 8 personnes

Niveau de difficulté

Difficulté moyenne, jusqu'à 500 m de dénivelé et jusqu'à 18 Km par jour

Hébergement et restauration

Hébergement en hôtel ** à Hyères en chambre double ou triple, Repas du soir en restaurant à Hyères. Chambres individuelles avec supplément et selon disponibilité.

Transferts internes

Transferts internes prévus au programme en minibus et transferts des jours 2 et 3 en bateau selon l'état de la mer

Portage des Bagages

Portage des affaires de la journée

Prix du séjour

450 € par personne



06 70 97 01 66



eyssina.rando@gmail.com



www.eyssinarando.fr



44 chemin des Pensions, La Gardiole, 05200 Saint André d'Embrun



Le prix comprend :

- L'encadrement par un Accompagnateur en Montagne diplômé d'état,
- L'hébergement en hôtel ** ou *** avec les petits déjeuners
- Les repas des soirées des jours 1 et 2 en restaurant à Hyères
- Les transferts en minibus des jours 1 à 3

Le prix ne comprend pas :

- Le déplacement aller / retour de votre domicile au point d'accueil/dispersion du séjour,
- Les pique-niques des repas de midi des jours 1 à 3
- Les boissons et les achats personnels,
- Les assurances,
- Les frais de dossier
- Et tout ce qui n'est pas mentionné dans la rubrique « le prix comprend ».

Equipement et matériel à prévoir

Matériel

- Un sac à dos d'environ 40 L.
- Une gourde (1,5 l par personne).
- Des lunettes de soleil protection 3 ou 4.
- Une paire de bâtons télescopiques de préférence.
- Une petite pharmacie personnelle avec de la crème solaire, un stick à lèvres, des pansements pour les ampoules(Compeed), Vos médicaments personnels habituels. Un antalgique...
- vous pouvez également prévoir une paire de jumelles et un appareil photo.

Vêtements

- Veste imperméable type Gore-tex pour protéger du vent comme de la pluie
- Une polaire.
- Pantalon pour une protection suffisante cas de mauvais temps
- Un chapeau ou une casquette.
- Une bonne paire de chaussures de montagne.
- Une cape de pluie.
- Voici pour les choses indispensables, pour le reste cela dépend de vos habitudes et votre résistance au froid. N'hésitez pas à nous appeler si vous avez une hésitation.

Formalités et Assurances :

- Carte d'identité en cours de validité
- Carte vitale ou carte européenne d'assurance maladie pour un séjour dans l'UE / EEE ou en Suisse
- Assurance Responsabilité civile : chaque participant doit être couvert en RC dans le cadre d'une activité randonnée à titre de loisirs



06 70 97 01 66



eyssina.rando@gmail.com



www.eyssinarando.fr



44 chemin des Pensions, La Gardiole, 05200 Saint André d'Embrun