



Le temps d'une semaine, partez découvrir Tenerife, la plus grande des îles de l'archipel des Canaries !

Vous serez surpris par la variété des paysages qui façonnent l'île. Vous randonnerez au beau milieu d'une nature luxuriante composée de forêt primaire (Laurisilva) dans les parcs de l'Anaga et du Teno, changerez totalement de décor dans le parc national du volcan Teide, avec son environnement désertique de roches volcaniques sculptées par l'érosion, et découvrirez la Laguna, charmante petite ville coloniale animée au patrimoine culturel riche ! Vous irez également à la rencontre des habitants de l'île, en participant à des activités atypiques (cours de cuisine, observation des étoiles, dégustation de vins et visite de fromagerie). Une véritable immersion dans la vie locale ! Vous pourrez profiter de deux journées libres pour passer en mode farniente ou continuer vos explorations !

Un circuit tout en douceur à la découverte d'un petit paradis perdu dans l'océan Atlantique !



POINTS FORTS

- La découverte du volcan El Teide : le plus haut sommet d'Espagne
- Les randonnées dans les parcs de l'Anaga et du Teno
- Les activités atypiques et l'immersion dans la vie locale
- Les baignades dans l'océan

ITINERAIRE

JOUR 1 : VOL POUR TENERIFE - PUERTO DE LA CRUZ

Dès votre arrivée à l'aéroport de Tenerife, vous serez accueillis par notre représentant. Transfert et installation à votre hôtel à Puerto de la Cruz. Selon vos horaires de vol, vous aurez un peu de temps libre pour flâner dans la ville. Dîner libre. Nous pouvons vous recommander les restaurants : la Hierbita (typique dans une maison coloniale) - Bodegon el puntero (typique à la bonne franquette !) - La Posada (traditionnel & rustique).

Repas : Dîner libre

Transfert : environ 30min

Hébergement : Hôtel

JOUR 2 : PARC RURAL DE L'ANAGA - ARAFO

Le matin, vous prendrez la route en direction du parc rural de l'Anaga dans le nord-est de l'île. Massif volcanique de plus de 1000m d'altitude, le parc de l'Anaga abrite l'un des derniers vestiges de forêt laurisilva (forêt primaire) et compte une grande concentration d'espèces endémiques. Véritable trésor préhistorique, ce parc a été classé réserve de biosphère par l'Unesco en 2015. Vous effectuerez une randonnée au beau milieu d'une végétation luxuriante et bénéficierez de superbes points de vue sur l'île et le Teide ! Retour à votre hébergement dans l'après-midi.

A 18h, vous partirez pour Arafo ! Votre guide vous ouvrira la porte de sa maison pour un cours de cuisine collectif. Une expérience locale et conviviale au plus proche du mode de vie des Canariens. En bonus, vous pourrez même observer les étoiles avec un télescope !

Repas compris : Petit-déjeuner - Déjeuner (pique-nique) - Dîner (cours de cuisine)

Transfert : 1h

Marche : 3h, 9km, dénivelés : +780m -500m

Hébergement : Hôtel

JOUR 3 : LA LAGUNA ET DEGUSTATION DE VINS

Après le petit-déjeuner, vous partirez visiter l'une des plus belles villes de l'île, la Laguna, classée au patrimoine mondial de l'UNESCO. Première ville coloniale sans murailles, elle a su conserver son tracé original datant du XVIe siècle. Vous pourrez observer ses innombrables monuments historiques et déambulerez dans ses rues animées et son marché. Émerveillement garanti ! Pour le déjeuner, vous vous rendez dans un bar à tapas local appelé *tasca*.

L'après-midi sera consacrée à une balade dans les vignes et une visite de cave à vins (bodegas) où vous pourrez déguster les vins AOP de l'île ! Retour à votre hôtel en fin d'après-midi.

Repas compris : Petit-déjeuner - Déjeuner

Transfert : 40 min

Hébergement : Hôtel

JOUR 4 : JOURNEE LIBRE

Vous profiterez d'une journée libre pour explorer la station balnéaire de Puerto de la Cruz ou flâner dans les ruelles des charmantes villes coloniales de Icod de los Vinos ou la Orotava, pour ne citer

qu'elles... Nous vous recommandons également un arrêt baignade dans les piscines naturelles de Garachico ou une balade dans les alentours de El Tanque pour bénéficier d'une vue imprenable sur l'océan ! A vous de choisir !

Repas compris : Petit-déjeuner

Hébergement : Hôtel

JOUR 5 : LE TEIDE ET SA CALDERA

Départ matinal pour une journée inoubliable à la découverte du parc national du Teide ! Véritable trésor géologique, le volcan du Teide est le plus haut sommet d'Espagne (3718m). Vous emprunterez le téléphérique jusqu'à atteindre un fantastique point de vue sur le Teide et sa caldeira. Vous partirez ensuite pour une randonnée autour du volcan et serez émerveillés par son paysage lunaire et désertique composés de coulées de basaltes, roches colorées, cratères et cheminées. Retour à l'hôtel en fin d'après-midi.

Repas compris : Petit-déjeuner - Déjeuner (pique-nique)

Transfert : 1h

Marche : 3h, 9km (Altitude max 2250m / mini : 1850m)

Hébergement : Hôtel

JOUR 6 : JOURNEE LIBRE

Vous bénéficierez d'une autre journée libre pour profiter d'un moment de farniente à la plage ou faire quelques visites ou activités en option ! Ne manquez pas Los Gigantes et ses impressionnantes falaises plongeant dans l'océan, ou l'excursion en bateau pour aller voir les baleines ! Un moment inoubliable !

Repas compris : Petit-déjeuner

Hébergement : Hôtel

JOUR 7 : PARC RURAL DU TENO

Pour cette dernière journée de randonnée, vous prendrez la route vers la pointe extrême ouest du nord de l'île pour découvrir le parc du Teno, l'un des plus beaux sites naturels de Tenerife. Situé à 1300m d'altitude, ce massif est presque entièrement encerclé par l'océan. Le parc est réputé pour sa biodiversité et sa végétation luxuriante entre ravins et étroites vallées. Vous vivrez une journée entre terre et mer en descendant jusqu'à la Punta de Teno. En chemin, vous aurez l'occasion de visiter une chèvrerie et goûter ainsi à quelques spécialités locales !

Repas compris : Petit-déjeuner - Déjeuner (pique-nique)

Transfert : 1h15

Marche : 4 à 5h, 11km dénivelés : +700m -700m

Hébergement : Hôtel

JOUR 8 : FIN DU SEJOUR

Selon vos horaires de vol, vous serez transférés jusqu'à l'aéroport de Tenerife pour votre vol retour.

Repas compris : Petit-déjeuner

Une extension en liberté est possible sur l'île de La Gomera. Nous consulter.

IMPORTANT :

Cet itinéraire peut être soumis à modification, en fonction des conditions climatiques, des aptitudes physiques des participants et de la disponibilité des hébergements. En dernier ressort, le guide reste seul juge du programme.

Au cours de nos voyages, nous sommes parfois confrontés à des impondérables qui peuvent se traduire par des modifications de plannings, d'horaires, d'itinéraires et/ou d'hébergements. Notre expérience du tourisme nous autorise à reconnaître que - malgré notre professionnalisme et notre

bonne volonté - ces inconvénients sont inhérents à tous les types de voyages (circuits, excursions, simples séjours) quels que soient les pays visités. Face à ces aléas éventuels qui sont aussi une des composantes de toute aventure, il est conseillé d'adopter une attitude ouverte et positive. Celle-ci vous permettra de bien vivre tout évènement imprévisible pouvant nous amener à modifier le descriptif prévu et contribuera ainsi au succès de votre voyage.

LE PRIX

Le prix comprend

- Les vols internationaux
- Les taxes aériennes et la surcharge carburant
- L'hébergement (en base chambre double partagée)
- Les repas indiqués comme "compris" dans l'itinéraire
- Les transferts indiqués au programme
- Un guide-accompagnateur francophone

Le prix ne comprend pas

- Toutes prestations non mentionnées au programme (activités sportives)
- Les repas non compris dans le programme (compter 15 à 20€ par repas au restaurant)
- Les boissons
- Les pourboires
- Le supplément single éventuel (320€/personne)
- Les dépenses personnelles
- Les assurances rapatriement, annulation et multirisques
- Les frais de dossier (15€)

Nos prix sont soumis à modifications en fonction des variations de taux de change, du montant des taxes aéroport et de la surcharge carburant, de la disponibilité et tarifs des sites visités, ainsi que des disponibilités et tarifs aériens et hôteliers au moment de votre réservation.

LES "PLUS" DES COVOYAGEURS

1. La garantie de partir avec d'autres solos ayant les mêmes affinités
2. La possibilité de voir les profils des autres Covoyageurs déjà inscrits sur votre voyage
3. Des programmes exclusifs spécialement conçus pour favoriser échanges et convivialité
4. Des chambres à partager pour éviter un supplément single

VOTRE VOYAGE

Le groupe

De 3 à 8 participants.

Sur certaines dates, il sera possible de confirmer le départ dès deux participants.

Niveau

Randonnée de niveau modéré (3 jours de marche). Vous marcherez entre 2 et 5 heures par jour, sur des terrains variés dont les dénivelés positifs oscillent entre 780 et 500 mètres.

Ce circuit nécessite d'être en bonne condition physique. Les temps de marche sont donnés à titre indicatif et ne tiennent pas compte des temps de pauses.

Activités en option lors des journées libres

- Croisière observation des dauphins et baleines
- Parc aquatique Siam Park
- Safari en kayak avec tortues de mer et snorkeling
- Plongée sous-marine
- Expérience en jet-ski sur la côte sud
- Vol en parapente tandem

Pour vos déplacements lors des journées libres : Ligne de bus locale TITSA

<https://www.titsa.com/index.php/en/?accion=tarifas&IdSeccion=52>

Encadrement

L'encadrement est assuré par un guide accompagnateur français résident aux canaries ou un guide canarien francophone.

Transport

Minibus (le guide sera aussi le chauffeur).

Portage des bagages

Durant les balades, vous ne porterez que vos affaires personnelles pour la journée (eau, pique-nique, appareil photo...).

Repas/Boissons

- Les petits-déjeuners et dîners seront pris à l'hébergement ou dans de petits restaurants locaux
- Les déjeuners seront sous forme de repas pique-nique sur le terrain
- L'eau est potable partout, mais peut parfois avoir un goût particulier

Hébergement

Sur Tenerife, vous serez logés en hôtel. Vous serez en chambre double partagée (avec 2 lits). Draps et serviettes de toilette sont fournis. Serviettes de plage, shampoing et gel douche ne sont pas fournis.

EN PARTANT AVEC LES COVOYAGEURS : vous avez la possibilité de partager une chambre avec un autre participant du même sexe. Si vous le souhaitez, vous pouvez néanmoins réserver une chambre single (avec supplément). Nous pouvons également être amenés à vous facturer le supplément single s'il ne reste personne avec qui partager la chambre (**notamment en cas d'inscription tardive**).

Aérien :

Les vols entre Paris et l'aéroport de Tenerife s'effectuent sur des compagnies régulières ou charter. Vous recevrez votre convocation aéroport avec vos horaires d'avion définitifs quelques jours avant le départ. Pour vos réservations de pré et post acheminements, nous vous conseillons d'acheter des prestations (avion, train, hôtels, etc.) modifiables ou remboursables afin d'éviter tous risques de perte financière en cas de modification ou annulation de votre voyage.

Attention, pour les contrôles de sûreté à l'aéroport, vous ne devez pas avoir dans votre bagage à main les objets suivants (liste non exhaustive) :

- Instruments tranchants comme les couteaux, rasoirs, limes à ongles, ou les ciseaux dont la lame dépasse 6cm

- Liquides, aérosols, gels et pâtes dans des contenants de plus de 100 ml (boissons, eau minérale, soupes, parfums, lotions, crèmes, gels douche, shampoings, dentifrice, savons liquides, déodorants, etc...)
- Piles

Si vous avez des médicaments type inhalateur (asthme), traitements insuline, ou autres, munissez-vous d'une prescription de votre médecin ou de votre pharmacien.

Pour plus de précisions, consultez :

<http://www.aeroportsdeparis.fr/ADP/fr-FR/Passagers/Formalites-Infos-Pratiques/Bagage/bagage-de-cabine/>

AVANT LE DEPART

Formalités :

- Pour tous les ressortissants français, le passeport (ou la carte nationale d'identité en cours de validité), valable au moins 6 mois à compter de retour en France, est obligatoire.
- Pour les ressortissants étrangers, le passeport est obligatoire, et sauf dispense, un visa est nécessaire. Il doit être sollicité avant le départ auprès de l'ambassade d'Espagne de votre pays de résidence.

Nous vous recommandons de vérifier les informations ci-dessus avant votre départ auprès des autorités concernées (ambassades, consulats), puisque des modifications peuvent avoir lieu.

IMPORTANT : Veuillez noter que lors de votre inscription, vous devez décliner votre identité exacte, à savoir les noms et prénoms figurant sur votre passeport. A défaut, la compagnie aérienne se verra dans l'obligation de refuser votre embarquement.

Nous vous conseillons par ailleurs, de toujours avoir sur vous une photocopie de ces documents (page où apparaît votre photo), ainsi que de votre assurance, en cas de besoin, de perte ou de vol de l'original.

Pour plus d'informations :

Ambassade d'Espagne en France

22 avenue marceau

75381 PARIS Cedex 08

Tél : 01 44 43 18 00

Fax: 01 47 20 56 69

Site web: <http://www.exteriores.gob.es/Embajadas/PARIS/es/Embajada/Paginas/inicio.aspx>

Ambassade de France en Espagne

C/ Salustiano Olózaga, 9 –28001 Madrid

Tél : 0034 91 423 89 00

<https://es.ambafrance.org/>

Un site utile : <https://www.diplomatie.gouv.fr/fr/conseils-aux-voyageurs/conseils-par-pays-destination/espagne/>

Santé

- Même si aucune vaccination n'est obligatoire pour entrer aux Canaries, il est important d'être à jour de vos vaccinations habituelles : diphtérie-tétanos-poliomyélite en incluant rubéole, oreillons et plus particulièrement la rougeole.
- Afin de pouvoir bénéficier d'une prise en charge par la Sécurité sociale, les Français de passage doivent être munis d'une carte européenne d'assurance maladie, à demander à leur caisse locale au moins 15 jours avant le départ. Pour plus d'informations, consultez le site de l'assurance maladie en ligne : <https://www.ameli.fr/assure/droits-demarches/europe-international>

Equipement

Bagage :

Nous vous conseillons, dans la mesure du possible, de prévoir un bagage peu encombrant et facile à transporter. Pour des raisons de logistique nous vous demandons de limiter le poids du sac à 12-15kg avec un seul bagage par personne.

Pensez à prendre un petit sac à dos pour vos affaires de la journée (environ 35/40L).

Vêtements :

La liste des vêtements doit être adaptée en fonction de la saison choisie.

- Les chaussures de randonnée à tiges hautes sont préconisées pour une meilleure tenue du pied et de la cheville. (Évitez les chaussures neuves, ou essayer les bien avant. Il est très important qu'elles soient imperméables et confortables)
- Sandales ou tennis pour le soir
- Paires de chaussettes (de randonnée et pour le soir)
- 1 doudoune (pour le sommet du Teide)
- Bonnet, écharpe et gants (pour le Teide)
- 1 pantalon de trekking
- 1 legging
- 1 short ou bermuda
- 1 maillot de bain
- 1 serviette de plage
- Chemises ou T-shirts à matière respirante
- 1 polaire chaude
- 1 coupe-vent imperméable
- Linge personnel et pyjama
- Vêtements de rechange
- Trousse de toilette
- Lunettes de soleil
- Chapeau ou casquette
- Des boules Quies
- Protection solaire
- Gourde 1L minimum ou Camel Bag
- Appareil photo, jumelles
- Lampe frontale
- Recharges ou piles pour appareils

Pharmacie

Votre accompagnateur disposera d'une pharmacie de premiers secours, mais nous vous conseillons toutefois d'emporter vos médicaments et traitements personnels : aspirine, pansements et



compresses, désinfectant, bande elastoplast, double peau pour les potentielles ampoules, anti-diarrhéique, collyre, pastilles pour la gorge, antibiotique à spectre large, anti-inflammatoire, pastilles d'hydroclonazone pour purifier l'eau, et répulsifs anti-moustiques.

INFORMATIONS PAYS

Géographie & Climat

L'archipel des Canaries est situé dans l'océan Atlantique, à environ 150 kilomètres du Maroc, et se compose de 7 îles principales : Lanzarote, Fuerteventura, Tenerife, Grande Canarie, La Gomera, la Palma, et El Hierro. Il s'agit d'un archipel volcanique.

L'archipel connaît des microclimats. Le climat est doux et printanier tout au long de l'année, mais est sous l'influence des vents et des courants marins assez froids. La température annuelle est de l'ordre de 20°C

Les étés sont chauds, les hivers sont doux, et il peut faire froid en altitude.

Pour plus d'informations, n'oubliez pas de consulter les conditions météorologiques avant votre départ.

Budget & change

Aux Canaries, l'unité monétaire est l'Euro. Vous trouverez des distributeurs automatiques dans la plupart des villes.

Pensez au budget nécessaire pour vos dépenses personnelles et vos achats souvenirs.

Pourboires

Les pourboires sont facultatifs, mais si vous avez été satisfaits de votre voyage et du travail de nos équipes locales, il est d'usage de donner un pourboire.

Décalage horaire

Il y a - 1 heure de décalage par rapport à la France.

Quand il est midi à Paris, il est donc 11h à Tenerife.

Electricité

Mêmes prises qu'en France.

Photos & Vidéos

Pensez à vous munir de batteries ou recharges pour vos appareils.

Pour tout portrait photo ou vidéo des gens que vous allez rencontrer, pensez à leur demander leur autorisation.

Quelques mots du quotidien

Bonjour = Hola

Au revoir = Adiós

Oui = Sí

Non = No

Merci = Gracias

S'il vous plaît = Por favor

Pardon, excusez-moi = Discúlpeme

Je ne comprends pas = No entiendo

Parlez-vous français ? = Habla francés ?

Comment allez-vous ? = Cómo está ?

Combien ça coûte ? = Cuánto cuesta ?

Je voudrais acheter ... = Me gustaría comprar ..



Acceptez-vous les cartes de crédit ? = Aceptan tarjetas de crédito?

Un peu = Un poco

Beaucoup = Mucho

Le petit déjeuner = el desayuno

Le déjeuner = el almuerzo (la comida)

Le dîner = la cena

L'addition, s'il vous plaît = Me trae la cuenta por favor

Carte = el mapa

Information touristique = Información turística

TOURISME RESPONSABLE

Dès leur création, les Covoyageurs ont cherché à promouvoir un tourisme responsable basé sur des valeurs de respect, de solidarité et de qualité sur un plan humain, environnemental et économique.

La prise de conscience et la sensibilisation de tous nous semblent primordiales.

Que nous soyons explorateurs, passionnés, randonneurs ou monoparentaux, nous sommes toujours les visiteurs invités des pays hôtes que nous parcourons.

Le Respect des Patrimoines

La nature et les sites culturels et historiques du pays visité constituent des richesses touristiques, uniques et irremplaçables. Ils sont aussi à l'origine du désir de voyager des Covoyageurs. Leur sauvegarde est primordiale et la responsabilité des Covoyageurs vis-à-vis du pays visité est donc essentielle.

Le respect des patrimoines naturels et culturels se traduit par :

- *le respect des sites culturels: ne pas dégrader des œuvres d'art ou des monuments, parfois simplement en les touchant!, ne pas prélever de vestiges archéologiques, ne pas acheter d'objets traditionnels ou sacrés provenant de sites vandalisés, etc.*
- *le respect des sites naturels: ne pas sortir des sentiers balisés, ne pas conduire hors-piste, ne pas rapporter de "souvenirs" partie intégrante du patrimoine naturel, prélever le moins de bois possible pour la cuisine, utiliser avec parcimonie l'eau potable, éviter de polluer avec des savons non biodégradables, faire lessive et toilette en aval et le plus loin possible des maisons et des puits, ne pas abandonner de déchets ou d'ordures derrière vous sauf s'ils peuvent faire l'objet de recyclage, ne pas faire de feu sans avoir demandé l'autorisation au préalable, etc.*
- *le respect de la faune locale: ne pas perturber les animaux dans leur vie quotidienne, toujours respecter une distance minimale lors de leur observation, ne pas chercher à les approcher, les caresser ou les nourrir, ne pas faire de bruit en les approchant, ne pas chasser ou pêcher d'espèces rares, ne pas chercher à acheter ivoire, écailles, peaux, coraux, coquillages, ou même animaux vivants, qui font souvent partie des espèces menacées et/ou protégées, ne pas demander à votre guide d'enfreindre ces règles, etc.*

Le Respect des Hommes

L'un des principaux intérêts des voyages proposés par les Covoyageurs réside dans l'authenticité et la diversité des rencontres effectuées avec les populations locales. Chacun de ces peuples fonctionne avec ses règles et ses traditions propres, souvent partie intégrante de leur culture et/ou de leur

religion. On a coutume de dire qu'il n'y a pas de mauvais touristes, mais seulement des voyageurs mal informés. Là aussi, la responsabilité des Covoyageurs vis-à-vis des populations rencontrées est fondamentale.

Le respect des hommes se traduit par :

- *une attitude de respect et d'humilité vis-à-vis des populations locales rencontrées, de leur culture, de leur façon de vivre, de leur rythme de vie: respect de certains « codes », pas de tenue vestimentaire débraillée ou provocante, pas d'embrassade en public, pas de contact trop appuyé notamment sur la tête des enfants, pas de photo sans demander l'autorisation au préalable, etc.*
- *la prise de conscience des différences de niveaux de vie entre le Covoyageur et les populations rencontrées. Celles-ci peuvent générer des incompréhensions voire du ressentiment. Tous biens, services, cadeaux, nourritures, doivent être évalués en valeur locale (attention à ne pas déstabiliser interlocuteurs et marchés par des pourboires ou cadeaux manifestement disproportionnés par rapport aux pratiques locales, attention à ne pas exhiber appareils photos, caméras, matériels audio-vidéo, dont la valeur peut représenter des mois de salaires pour le pays visité, vous pouvez pratiquer le marchandage - qui fait souvent partie intégrante des traditions locales - mais avec tact, patience et humour, etc.)*
- *des donations encadrées afin d'éviter certains effets néfastes d'un développement touristique rapide: nous vous encourageons à effectuer des donations sur place en nature (cahiers, stylos, fournitures, etc.) ou en numéraire mais nous vous recommandons de ne pas donner directement de cadeaux ou d'argent aux enfants car cela ne fait qu'augmenter la mendicité. Nous vous conseillons de vous rapprocher de votre guide local qui saura redistribuer au mieux vos présents.*

Le Développement d'un Tourisme Equitable

Toutes les activités touristiques génèrent des retombées économiques locales mais elles peuvent aussi provoquer des nuisances non souhaitées jusqu'à déstabiliser les équilibres sociaux du pays visité. Là aussi, la responsabilité des Covoyageurs vis-à-vis des retombées bénéfiques sur les populations rencontrées et le développement du pays est totale.

Le développement d'un tourisme équitable se traduit par :

- *une vigilance particulière des Covoyageurs dans le choix de ses partenaires locaux de façon à ce que les retombées économiques soient le plus justement réparties entre les acteurs du voyage (priorité donnée aux services rémunérés localement plutôt qu'aux organisations étrangères, ils en bénéficieront ainsi directement et sans intermédiaires, etc.)*
- *des voyages en petits groupes (maximum : 15 participants) qui privilégient un tourisme léger pour minimiser les impacts néfastes sur les ressources locales et l'environnement et qui permettent une meilleure intégration dans le pays visité*
- *une distribution sur le web et la suppression des intermédiaires commerciaux de façon à maximiser les retombées économiques locales.*

La Qualité des Services et des Relations Humaines

Les Covoyageurs est la première agence de voyages à proposer des circuits spécialement dédiés aux solos et aux monoparentaux. Quelle que soit votre façon de voyager, quel que soit votre profil de voyageur, quelle que soit la destination que vous avez choisie, les Covoyageurs cherchent à

promouvoir un tourisme responsable qui vous fera découvrir dans un contexte authentique des natures insoupçonnées, de nouvelles cultures, des façons de vivre différentes.

Respect, tolérance et bienveillance font partie intégrante de votre voyage. Ils aident à magnifier rencontres et découvertes, et s'inscrivent dans le cadre du développement durable de la Terre et des Hommes.

Bon voyage !